

Handleiding voor de aanmaak van Komboecha

Benodigdheden voor 2 liter:

Ingrediënten:

- 10 gram groene of zwarte thee per 2 liter water
- 200 gram suiker per 2 liter water
- 2 liter water
- 20 cl van de vorige bereiding of 2 eetlepels gedistilleerde azijn

Hulpmiddelen:

- 1 glazen pot met brede opening van minstens 2,5 liter inhoud
- 1 luchtdoorlatend gaasdoek (eventueel keukenhanddoek)
- 1 elastiek

Werkwijze :

1. Kook 0.5 liter water en voeg de thee toe, laat het mengsel minstens 15 minuten trekken.
2. Na het trekken verwijderd men de theebuiltjes of losse thee en voegt men al roerend al de suiker toe.
3. Giet 1,5 liter water in de glazen pot met brede opening en voeg het aangemaakte mengsel (0.5 liter) toe. Roer alles om en laat alles afkoelen tot beneden 30°Celsius.
4. Leg nu de moederzwam in het mengsel.
5. Dek de bokaal af met een luchtdoorlatend doekje en span het doekje om de hals van de bokaal met een elastiek.
6. Zet de bokaal met komboecha op een rustige, warme en donkere plaats (+/-21°C).
7. Na een gistingstijd van 10 tot 18 dagen is de drank klaar. De drank zou nu een Ph-waarde hebben tussen 4 en 3.
8. Neem nu de moederzwam en dochterzwam uit de bokaal en spoel ze eventueel af.
9. Giet de bekomen drank door een zeef en bewaar de drank in glazen flessen. Zet de flessen koel (koelkast). Drink dagelijks 1 glas van de kant en klare komboecha.
10. Herhaal de handeling van in het begin.

Tips:

- Gebruik schone materialen. Maak de bokaal goed schoon met heet water. Hygiëne is in alle omstandigheden zeer belangrijk. Dus was uw handen en gebruiksvoorwerpen grondig alvorens men begint met de bereiding.
- Vervang deels de suiker v/h mengsel door een gelijke hoeveelheid honing of druivensuiker (glucose).
- De drank moet wat zurig smaken. Voeg wat vruchtensap toe om de drank minder zuur te maken.
- Sluit de bokaal nooit hermetisch af, de komboecha heeft namelijk zuurstof nodig.
- Vermijd vochtige plaatsen (bad, onder de wasbak, garage,...) en rook van sigaretten dit werkt schimmelvorming in de hand.
- Raadpleeg uw huisdokter, indien U de drank wil gebruiken als therapie.
- Er zijn verschillende Nederlandstalige boeken over Komboecha beschikbaar. Zij kunnen een meer uitleg geven over Komboecha.

Alvast veel plezier,
Komboecha.info