



Komboecha recept voor 1 liter

Ingrediënten:

- ✓ 1 liter (bron)water
- ✓ 3 tot 4 zakjes groene of zwarte thee
- ✓ 100 gram witte suiker
- ✓ Komboecha moederzwam (SCOBY)
- ✓ 10% komboecha van de vorige keer of 2 eetlepels gedistilleerde azijn

Werkwijze:

- ✓ zet een pot met de aangegeven hoeveelheid water op het vuur
- ✓ wacht tot het water kookt en zet de hitte bron uit
- ✓ voeg de suiker en glucose al roerend toe tot ze opgelost zijn
- ✓ voeg de thee toe en laat deze tot 15 minuten trekken
- ✓ laat alles rustig staan totdat het is afgekoeld tot ongeveer 30°C
- ✓ zeef daarna de thee en giet alles in de glazen pot (2L inhoud)
- ✓ voeg daarna de komboecha moederzwam toe
- ✓ dek de bokaal af met een neteldoek en doe er een elastiek omheen
- ✓ laat de pot staan bij kamertemperatuur (ideale temperatuur is 23°C)
- ✓ na ongeveer 14 dagen kan er gebotteld worden (7-28 dagen afhankelijk van de temperatuur)

Komboecha maken - tips & advies

- werk altijd met schoon materiaal en zorg voor een goede hygiëne
- vermijd het contact van de komboechezwam met metalen voorwerpen
- laat de pulp onderin de bokaal zitten, dit helpt de volgende komboechezwam om te groeien
- zwarte of groene thee heeft tijdens onderzoek de beste resultaten opgeleverd in vergelijking met andere theesoorten voor de bereiding van komboecha, kruidenthee is niet aangeraden
- nooit blootstellen aan direct zonlicht tijdens het fermenteren (gisting)
- de komboechedrank moet een pH-waarde hebben lager dan 4,6
- bewaar de komboechedrank bij voorkeur in glazen flessen
- vermijd contact met waterkefir & melkkefir. Contaminatie met andere bacteriën kan de zwam doden
- giet de drank in flessen via de trechter, de flessen niet hermetisch afsluiten, bij kamertemperatuur kan er nog nagisting op de fles gebeuren, de drank bewaren in de koelkast