

Komboecha

Benodigdheden

- Glazen kan met brede opening
- Luchtdoorlatend doekje met elastiek om de kan af te sluiten
- Thee (zwarte Chinese thee, 5 g per liter water)
- Witte suiker (50 g per liter thee)
- Honing (33 g per liter thee)
- Druivensuiker (27 g per liter thee)
- Kookthermometer
- Komboechazwam



Gebruiksaanwijzing

- Maak 2 liter thee in een glazen kan (zwarte Chinese thee en eventueel een deel groene of andere thee, daar kunt u mee experimenteren).
- Laat dit 15 minuten trekken, daarna zeven en laten afkoelen tot 35-40 °C.
- Voeg de suikers toe en roer goed om deze op te lossen. Er worden twee soorten suiker gebruikt om verschillende bacteriegroei te bevorderen. De honing voorkomt schimmelwerking.
- Wanneer de thee is afgekoeld tot 30 °C, deze aanzuren met 10 % komboechadrnk uit de vorige bereiding, of 5 % gekookte en tot 25 °C afgekoelde wijnazijn, cider- of tafelazijn (dit laatste alleen als u nog geen komboechadrnk heeft).
- Zwam toevoegen. Eerst handen goed wassen, zo min mogelijk met de handen de zwam aanraken, om een zo gunstig mogelijke bacteriewerking te krijgen.
- Pot afdekken met een luchtdoorlatend doekje (de zwam heeft zuurstof nodig) en vastmaken met een elastiekje.
- Zet de pot op een warme (\pm 18-20 °C) en rustige plaats, bijvoorbeeld bovenop een kast in een ruimte waar niet gekookt en niet gerookt wordt.
- Controleer regelmatig (kijk naar: belletjes, vorming van nieuwe zwam, helder worden van de vloeistof).
- Na 14 dagen is de drank klaar. Verwijder de zwam (let weer op schone handen). De bovenste zwam de volgende keer ondersteboven gebruiken. De onderste zwam uitdelen, of als reserve in de vriezer bewaren, of wegdoen.
- Als de vloeistof weer helder is, de vloeistof zeven en in flessen bewaren in de koelkast (let op: bewaar het onderste deel van de komboechadrnk om de volgende keer aan te zuren).
- Gebruik een deel komboechadrnk met water. Proef hoe u het wilt drinken. Drink het zo vaak u wilt, bij voorkeur 1 tot 2 keer per dag.

Opmerkingen

In de praktijk kunt u om een komboechazwam vragen.