

Verwerking gedroogde Waterkefir, v1.2

U heeft 3, 6 of 9 gram gedroogde waterkefir ontvangen. Deze zal weer volledig actief worden in een oplossing van water, vruchten en suiker. Dat duurt 1 tot 2 weken, het duurt dus even voordat de kefir echt actief is. Tijdens de 1e verwerking zal de gedroogde kefir wellen en toenemen tot respectievelijk ruim 25, 50 en 75 gram levende waterkefirkorrels. Iedere verwerking duurt 2 dagen en alleen het resultaat van de eerste verwerking dient u weg te gooien. Na 2 dagen begint de cyclus opnieuw. De eerste 2 tot 3 bereidingen zullen nog niet echt smakelijk zijn, dat wordt iedere volgende bereiding steeds beter.

Voor 0,25 liter nodig (of resp. 0,5 en 0,75 liter): een weckpot of voorraadpot en een **plastic** zeef. Doe daar het volgende in:

- 0,25 liter (bron)water
- De gehele inhoud van het zakje gedroogde waterkefir
- resp. 12, 24 of 36 gram biologische- of rietsuiker
- 1 tot 3 gedroogde biologische vijgen, abrikozen, dadels, of klein handje rozijnen. In ieder geval zoete gedroogde, ongezwavelde vruchten.
- Eventueel 1/4 (biologische) citroen. Deze kan ook achteraf uitgeperst en toegevoegd worden. Citroen is optioneel.

Ps: Naarmate de kefirkorrels groeien, blijven de verhoudingen gelijk. U kunt daar naar smaak een beetje mee spelen.

Werkwijze

- Doe alle ingrediënten in de weckpot.
- Roer nu goed maar voorzichtig door, zodat de suiker goed oplost. Sluit de pot en zet hem op een lichte plaats, zonder direct zonlicht.
- Laat deze bereiding 2 dagen staan. Roer het geheel af en toe nog eens voorzichtig om.
- Na ongeveer 1 dag merkt u dat het koolzuurgehalte in de weckpot stijgt, er stijgen bubbels op!
- Na 2 dagen is de kefirbereiding klaar. Haal nu eerst het fruit uit de bereiding.
- U knijpt/perst de citroen uit boven een opvangbak met zeef. Gebruik hiervoor **GÉÉN** metalen zeef! Hier kunnen de kefirkorrels slecht tegen. Spoel de zeef even af en verwijder pitjes e.d.
- Dan giet u de rest van de kefirbereiding af door de zeef. Citroensap en kefir worden zo tot een frisse drank gemengd, die in een gesloten fles of schenkan bewaard kan worden. U kan de drinkbare kefir drank het beste in de koelkast bewaren.
- De kefirkorrels, die zich meestal ruim vermeerderd hebben, spoelt u goed af onder stromend water. Zij kunnen meteen gebruikt worden voor een nieuwe bereiding.
- Uw bereiding is klaar en u begint aan een nieuwe.

Belangrijk: Gebruik bij het schoonmaken v.d. weckpot géén of zo weinig mogelijk schoonmaakmiddelen. Kefir is daar gevoelig voor. Baking soda is daar zeer geschikt voor (ook verkrijgbaar bij Kefirshop). Vaatwasser kan ook, maar dan goed afspoelen!

Verwerking gedroogde Waterkefir, v1.2

U heeft 3, 6 of 9 gram gedroogde waterkefir ontvangen. Deze zal weer volledig actief worden in een oplossing van water, vruchten en suiker. Dat duurt 1 tot 2 weken, het duurt dus even voordat de kefir echt actief is. Tijdens de 1e verwerking zal de gedroogde kefir wellen en toenemen tot respectievelijk ruim 25, 50 en 75 gram levende waterkefirkorrels. Iedere verwerking duurt 2 dagen en alleen het resultaat van de eerste verwerking dient u weg te gooien. Na 2 dagen begint de cyclus opnieuw. De eerste 2 tot 3 bereidingen zullen nog niet echt smakelijk zijn, dat wordt iedere volgende bereiding steeds beter.

Voor 0,25 liter nodig (of resp. 0,5 en 0,75 liter): een weckpot of voorraadpot en een **plastic** zeef. Doe daar het volgende in:

- 0,25 liter (bron)water
- De gehele inhoud van het zakje gedroogde waterkefir
- resp. 12, 24 of 36 gram biologische- of rietsuiker
- 1 tot 3 gedroogde biologische vijgen, abrikozen, dadels, of klein handje rozijnen. In ieder geval zoete gedroogde, ongezwavelde vruchten.
- Eventueel 1/4 (biologische) citroen. Deze kan ook achteraf uitgeperst en toegevoegd worden. Citroen is optioneel.

Ps: Naarmate de kefirkorrels groeien, blijven de verhoudingen gelijk. U kunt daar naar smaak een beetje mee spelen.

Werkwijze

- Doe alle ingrediënten in de weckpot.
- Roer nu goed maar voorzichtig door, zodat de suiker goed oplost. Sluit de pot en zet hem op een lichte plaats, zonder direct zonlicht.
- Laat deze bereiding 2 dagen staan. Roer het geheel af en toe nog eens voorzichtig om.
- Na ongeveer 1 dag merkt u dat het koolzuurgehalte in de weckpot stijgt, er stijgen bubbels op!
- Na 2 dagen is de kefirbereiding klaar. Haal nu eerst het fruit uit de bereiding.
- U knijpt/perst de citroen uit boven een opvangbak met zeef. Gebruik hiervoor **GÉÉN** metalen zeef! Hier kunnen de kefirkorrels slecht tegen. Spoel de zeef even af en verwijder pitjes e.d.
- Dan giet u de rest van de kefirbereiding af door de zeef. Citroensap en kefir worden zo tot een frisse drank gemengd, die in een gesloten fles of schenkan bewaard kan worden. U kan de drinkbare kefir drank het beste in de koelkast bewaren.
- De kefirkorrels, die zich meestal ruim vermeerderd hebben, spoelt u goed af onder stromend water. Zij kunnen meteen gebruikt worden voor een nieuwe bereiding.
- Uw bereiding is klaar en u begint aan een nieuwe.

Belangrijk: Gebruik bij het schoonmaken v.d. weckpot géén of zo weinig mogelijk schoonmaakmiddelen. Kefir is daar gevoelig voor. Baking soda is daar zeer geschikt voor (ook verkrijgbaar bij Kefirshop). Vaatwasser kan ook, maar dan goed afspoelen!