(GEDROOGDE) BIOLOGISCHE WATERKEFIRKORRELS

NL

Ingrediënten:
gedroogde biologische waterkefirkorrels.

HET ACTIVEREN VAN GEDROOGDE WATERKEFIRKORRELS:
1. Schenk water in de glazen Kefirko-pot.
2. Los er 30g kwaliteitssuiker in op.
3. Voeg kefirkorrels uit de zak toe.
4. Laat 1 à 2 dagen gisten.
5. Gooi het water weg en gebruik de korrels voor het maken van waterkefir.

RECEPT VOOR WATERKEFIR:
1. Geactiveerde waterkefirkorrels.
2. 600 ml water (zonder chloor).
3. 30 g kwaliteitssuiker.

Los de suiker op in het water (op kamertemperatuur). Doe de kefirkorrels in de Kefirko en voeg dan het water toe. Laat het doorzichtige deksel lichtjes open en laat gedurende 24-48 uur fermenteren bij kamertemperatuur (20-24 °C). Na de fermentatie de kefirkorrels zeven, afsluitbare flessen vullen en in de koelkast bewaren. Eenmaal koel is de waterkefir klaar om te worden geconsumeerd. De waterkefirkorrels blijven in de Kefirko-pot zitten om voor de volgende partij te worden gebruikt.

❗ De korrels kunnen in hun ongeopende verpakking tot 12 maanden bewaard worden op een koele, droge plaats. ❗ Na opening direct gebruiken. ❗ Alle gefermenteerde voedingsmiddelen kunnen sporen van alcohol en histamine bevatten. Als u waterkefir voor kinderen, moeders die borstvoeding geven of zwangere vrouwen bereidt, vraag dan medisch advies vóór gebruik.