

KEFIR FERMENTER



Der Kefir-Fermenter wird zur Zubereitung von Milch- oder Wasserkefir verwendet, unter Benutzung lebendiger Kefirkulturen: den Kefirknollen. Er gewährleistet die optimalen Bedingungen für jede Kefirportion, die Sie fermentieren.



DOPPELDECKEL

Der Deckel kann leicht geöffnet bleiben. Das erlaubt den Luftfluss, verhindert aber dennoch die Verschmutzung durch Staub, Insekten oder Kleinteilchen.

.....



PRESSDECKEL

Im Deckel ist ein Sieb integriert. Es besitzt zwei Gießbereiche; eines ist für die größeren Siebschlitze für den dickeren Kefir (Milch) und ein anderes mit kleineren für den Wasserkefir und/oder kleinere Kefirknollen.

.....



SCHABER

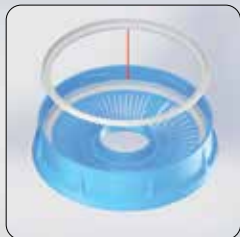
Zum Bewegen der Kefirknollen während des Pressens und zum Trennen vom Kefir. Er deckt auch das Loch im Pressdeckel ab, das das Pressen bequemer und sauberer macht.



DEN KEFIR UMRÜHREN

Erreichen Sie die perfekte Konsistenz zum Vereinfachen des Pressens. Der Löffel ist auch für die Behandlung der Kefirknollen oder das Auflösen des Zuckers für den Wasserkefir geeignet.

ZUSAMMENSETZUNG



FASSUNGSVERMÖGEN

Das kleine Kefirko-Glas hat ein Volumen von 900ml, das Große 1400ml.





PFLEGE DES KEFIR-FERMENTERS



Vor der Verwendung waschen Sie alle Teile mit warmem Seifenwasser. Spülen Sie das Reinigungsmittel sorgfältig aus.



Für alle Teile des Fermenters wird die Handwäsche empfohlen.



Während der Fermentation nicht dem direkten Sonnenlicht aussetzen; auch nicht in der Nähe von Hitzequellen in der Küche platzieren.



Das Sieb nach der Benutzung mit Wasser ausspülen und zum Trocknen sanft an einem Tuch abklopfen.



Bioplastik wird zur Herstellung aller Kunststoffkomponenten verwendet. Dies weist darauf hin, dass ihre Herstellung umweltfreundlicher ist, da sie aus organischem Material bestehen.

WIE ANFANGEN

Milchkefir wird durch die Zugabe von Milchkefirknollen in Milch für einen bestimmten Zeitraum zubereitet. Wasserkefir wird auf dieselbe Art zubereitet, mit dem Unterschied, dass Wasserkefirknollen und eine Zuckerwasserlösung verwendet werden.

Kefirknollen sind eine symbiotische Bakterien-Hefe-Kultur. Für die Fermentation sind frische Knollen zu verwenden. Besitzen Sie dehydrierte Kefirknollen, müssen Sie diese vor der ersten Benutzung bewässern.

MILCHKEFIRREZEPT

Benutzen Sie die wiederverwendbaren lebendigen Kefirknollen. Wir empfehlen das Milch-Kefir-Verhältnis von 1:100. Steigern oder verringern Sie die Mengen entsprechend. Schauen Sie die Tabelle zur Referenz:



KEFIRKNOLLEN	MILCH
3 g / 1 Teelöffel	300 ml
6 g / 2 Teelöffel	600 ml
12 g / 3 Teelöffel	1200 ml



1. Geben Sie die Knollen ins Glas und geben Sie die passende Menge Milch dazu.

2. Abdecken und bei Zimmertemperatur (20-24°C) 14 Stunden lang fermentieren lassen. Die Fermentierung ist abgeschlossen, wenn die Milch verdickt und im Geschmack saurer wird.



3. Fermentiert der Kefir, entfernen Sie den Pressdeckel und rühren Sie den Kefir bis zur cremigen Konsistenz um. Schrauben Sie das Sieb zurück aufs Glas.

4. Befestigen Sie den Schaber am Pressdeckel und drehen Sie ihn in Halbkreisbewegungen, um die Knollen, die das Sieb verstopfen, zu entfernen. Der Kefir ist nun trinkfertig oder für die zweite Fermentierung bereit.



TIPPS FÜR MILCHKEFIR



Sie können die Luftzirkulation durch das leichte Öffnen des oberen lichtdurchlässigen Deckels ermöglichen. Ist er richtig verschlossen, verhindert der Deckel das Gelangen von Fruchtliegen und Kleinteilchen ins Glas.



Das Sieb besitzt zwei Gießbereiche – benutzen Sie die größeren Gitter für die normalgroßen Milchkefirknollen (Erdnussgröße).



Dehydrierte Milchkefirknollen können nach der Aktivierung kleiner sein. Sie können ein feineres Molke-Seb benutzen, um sie während der ersten Wochen zu pressen, bis sie größer werden.



Milchkefir ist fast laktosefrei, so können Sie ihn genießen, obwohl Sie keine laktosehaltigen Produkte konsumieren.



Wenn Sie eine Pause machen möchten oder überschüssige Milchkefirknollen besitzen, können Sie diese (7-14 Tage) in einer geringen Menge Milch oder einer Zuckerwasserlösung im Kühlschrank lagern.



Trinken Sie den frischen Milchkefir oder lagern Sie ihn bis zu 7 Tage lang im Kühlschrank. Berücksichtigen Sie, dass sich der Geschmack aufgrund der langsam fortschreitenden Fermentierung auch bei der Entfernung der Knollen verändern wird. Der Milchkefir wird mit der Zeit saurer werden.



Nach der Fermentierung (den ersten 24 Stunden) können Sie den Milchkefir zum zweiten Mal fermentieren, um den Fermentierungsprozess abzuschließen. Das wird für weitere 12 Stunden ohne Knollen durchgeführt. Sie können Früchte, Gewürze oder Kräuter für mehr Geschmack hinzufügen (Erdbeeren, Orangeschalen, Zimt, Vanille, Schokolade, usw.).

DIE WAHL DER MILCH & VEGANER KEFIR

Kuhmilch

ist die beliebteste Milchwahl für die Fermentierung, produziert dicken, weichen Milchkefir.

Ziegenmilch

produziert im Abschluss einen dünneren Kefir von ausgezeichnetem Geschmack.

Schafsmilch

enthält mehr Protein und resultiert in einem cremigeren Kefir.

Laktosefreie Milch

kann nicht zum Fermentieren von Milchkefir benutzt werden. Während der Fermentierung dient die Lactose den Bakterien als Nahrung. Der fermentierte Kefir ist am Ende der Fermentierung 99% laktosefrei.

Pflanzen-, vegane Alternativen

Sie können Kefir durch die Verwendung von Pflanzenmilch wie Kokosnussmilch, Sojamilch, Mandelmilch, usw. zubereiten. Manchmal funktionieren die Knollen gut, manchmal könnten Sie zwischen den Portionen einen Wiederbelebungszeitraum in normaler Molkereimilch benötigen. Das bedeutet die Fermentierung in normaler Kuhmilch für 24 Stunden alle paar Portionen.

WASSERKEFIRREZEPT

Benutzen Sie wiederverwendbare Kefirknollen. Wir empfehlen für Wasserkefir das Verhältnis von 1:20. Erhöhen oder verringern Sie die Mengen entsprechend. Schauen Sie die Tabelle zur Referenz:

KEFIRKNOLLEN	ZUCKER	WASSER
15 g / 1 Esslöffel	15 g / 1 Esslöffel	300 ml
30 g / 2 Esslöffel	30 g / 2 Esslöffel	600 ml
50 g / 3,5 Esslöffel	50 g / 3,5 Esslöffel	1000 ml

1. Gießen Sie Wasser in den Kefir Fermenter. Den Zucker umrühren, bis er sich auflöst, und die Kefirknollen hinzufügen.

2. Mit dem Deckel abdecken und bei Zimmertemperatur (20-24°C) 24-48 Stunden lang fermentieren.

3. Ist der Wasserkefir fertig, öffnen Sie den Deckel und befestigen Sie den Schaber am Pressdeckel. Drehen Sie den Schaber in Halbkreisform, um sicherzustellen, dass die Knollen nicht die Siebmitter verstopfen. Der Kefir ist trinkfertig oder für die zweite Fermentierung bereit.



TIPPS FÜR DEN WASSERKEFIR



Das Sieb besitzt zwei Gießbereiche – die kleineren Gitter sind für den Wasserkefir geeignet.



Für die Wasserkefirzubereitung verwenden Sie chlorfreies Wasser. Sind Sie sich nicht über den Chlorgehalt des Wassers sicher, können Sie es zuerst abkochen oder einige Stunden lang bei Zimmertemperatur im Glas belassen.



Sie können Ihrem Wasser (bei der Verwendung von Filterwasser) Mineralien hinzufügen, indem Sie den Zuckeranteil mit nicht raffiniertem Zucker ersetzen, oder indem Sie Stücke von getrockneten Früchten (Feigen, Rosinen, Ingwer, usw.) oder durch das Hinzufügen einer geringen Menge an Zitronensaft, Backpulver, usw. verwenden.



Für ein besseres Wachstum der Knollen fügen Sie die Mineralien hinzu (siehe oben). Berücksichtigen Sie, dass zu viele hinzugefügte Mineralien in jeder Portion die Knollen matschig machen können.



Wenn Sie mehr Blasen im Kefir wünschen, steigern Sie die Menge der Mineralien und schließen Sie den Deckel während der Fermentierung vollständig.



Wenn Sie eine Pause machen möchten oder überschüssige Wasserkefirknollen besitzen, können Sie diese (7-14 Tage) in einer Zuckerwasserlösung im Kühlschrank lagern.

ZWEITFERMENTIERUNG VON WASSERKEFIR

Erhalten Sie das volle Spektrum positiver Bakterien durch die Zweitfermentierung des Kefirs!

Die Zweitfermentierung wird nach dem Abschluss der Ersten (24-48 Stunden) und ohne Kefirknollen durchgeführt. Es ist eine Art des Hinzufügens von mehr Geschmack und Blasen in Ihren Wasserkefir. Gießen Sie den gesiebten Kefir in Glasflaschen und verschließen Sie diese.

Stellen Sie sicher, dass Sie qualitätsvolle Flaschen verwenden, weil als Ergebnis des Gases, das während der Fermentierung entsteht, ein hoher Druck entsteht. Sie können frischgepressten Saft, frische oder getrocknete Früchte, Gewürze, Kräuter, usw. hinzugeben. Weitere 12 Stunden lang oder länger fermentieren, bis sich das Zuckerniveau senkt und der Kefir sprudelnd wird. Gekühlt servieren.

KNOLLEN ZÜCHTEN

Während Ihre Kefirknollen ruhen, wartet Ihr Kefir-Fermenter auf neue Abenteuer. Sie können Ihre eigenen Knollen züchten. Sie sind voller Nährstoffe und Vitamine und können in Salaten, Sandwiches oder Snacks verwendet werden.



DAS ZÜCHTEN MIT DEM KEFIR-FERMENTER

1. Tauchen Sie die Samen (etwa 2 Esslöffel) eine passende Zeit lang (6-12 Std.) ins Wasser im Kefir-Fermenter. Folgen Sie den Anweisungen auf der Zuchtsamenpackung.
2. Pressen Sie das Wasser heraus und drehen Sie den Fermenter auf den Kopf. Lassen Sie den Deckel leicht geöffnet, um den Luftfluss zu ermöglichen.
3. Bei Zimmertemperatur entfernt von Hitzequellen belassen. In Abhängigkeit von den Samen werden die Sprossen innerhalb eines Tages oder zwei zu sprießen beginnen.
4. Benässen Sie die Knollen jeden Tag mit frischem Wasser und pressen Sie sie gut aus. Es braucht gewöhnlich 4-6 Tage, um Knollen zu züchten.