


KEFIR FERMENTER

A close-up photograph showing a hand holding a white plastic fermenter with a blue lid. The fermenter is tilted, and a thick, white, creamy liquid (kefir) is being poured into a clear glass. The blue lid has a white plastic spoon or stirrer attached to it. The background is a blurred indoor setting.

Il fermentatore Kefir serve a preparare il kefir di latte o acqua utilizzando le colture vive di kefir (i grani di kefir), e assicura condizioni ottimali per ogni quantità di kefir che fermentate.



COPERCHIO A DUE ELEMENTI

Il coperchio superiore si può lasciare leggermente aperto. Ciò permette all'aria di fluire, ma impedisce comunque la contaminazione da polvere, insetti o altri corpi estranei.



COPERCHIO DEL COLINO

Il colino è integrato nel coperchio. Ha due aree di versamento: una a fessure più larghe per il kefir più denso (latte) e l'altra a fessure più fitte per il kefir d'acqua e/o i grani di kefir più piccoli.



RASCHIETTO

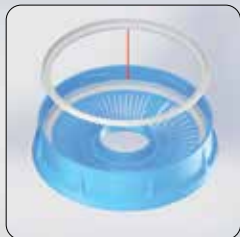
Per spostare i grani di kefir durante il filtraggio e separarli dal kefir. Copre anche il foro nel coperchio del colino, rendendo il filtraggio più comodo e pulito.



CUCCHIAIO PER MESCOLARE IL KEFIR

Aiuta a ottenere la consistenza ottimale per facilitare il filtraggio, ma è comodo anche per maneggiare i grani di kefir o per sciogliere lo zucchero nel kefir d'acqua.

MONTAGGIO



CAPACITÀ

Il vaso Kefirko piccolo ha un volume di 900 ml, quello grande di 1400 ml.





CURA E MANUTENZIONE DEL FERMENTATORE KEFIR



Prima del primo utilizzo, lavate tutte le parti con acqua calda e detersivo, risciacquando accuratamente.



Raccomandiamo di lavare tutte le parti del fermentatore a mano.



Non esporre alla luce solare diretta durante la fermentazione; tenere inoltre lontano da fonti di calore.



Sciacquate il colino con acqua dopo ogni uso e battetelo delicatamente contro un panno per asciugarlo.



I vari componenti in plastica sono prodotti in bioplastica. Ciò significa che, essendo costituiti da materiale organico, la loro produzione è più rispettosa dell'ambiente.

COME INIZIARE

Il kefir di latte si ottiene immergendo nel latte i grani di kefir di latte per un tempo determinato. Il kefir d'acqua segue lo stesso procedimento, con la differenza che utilizza grani di kefir d'acqua e una soluzione di acqua e zucchero.

I grani di kefir sono una cultura simbiotica di batteri e lieviti. Per la fermentazione usiamo grani freschi. Se avete grani di kefir disidratati, prima del primo utilizzo è necessario idratarli.

RICETTA DEL KEFIR DI LATTE

Utilizzate grani di kefir vivi, che possono essere riciclati. Il rapporto raccomandato per il kefir di latte è 1:100. Aumentate o diminuite le quantità in proporzione, come indicato nella tabella di riferimento:



GRANI DI KEFIR	LATTE
3 g / 1 cucchiaino	300 ml
6 g / 2 cucchiaino	600 ml
12 g / 3 cucchiaino	1200 ml

1. Versate i grani nel contenitore e aggiungete la quantità appropriata di latte.
2. Coprite e lasciate fermentare a temperatura ambiente (20-24°C) per 24 ore. La fermentazione termina quando il latte si addensa e diventa più acido.
3. Quando il kefir fermenta, rimuovete il coperchio del colino e mescolate il kefir fino ad ottenere una consistenza cremosa. Riavvitate il coperchio sul contenitore.
4. Attaccate il raschietto al coperchio del colino e giratelo con un movimento semicircolare per rimuovere i grani che intasano le fessure del colino. Il kefir è ora pronto per essere consumato o per la seconda fermentazione.

CONSIGLI PER IL KEFIR DI LATTE



È possibile far circolare l'aria aprendo leggermente il coperchio trasparente superiore. Quando è ben chiuso, il coperchio impedisce ai moscerini della frutta e ad altri minuscoli corpi estranei di entrare nel barattolo.



Il colino ha due aree di versamento - usate le fessure più grandi per i grani di kefir di latte di dimensioni regolari (formato nocciolina).



I grani disidratati di kefir di latte possono essere più piccoli dopo l'attivazione. Durante le prime settimane, e fino a quando le dimensioni aumentano, per filtrarli potete usare un passino a maglia più fine.



Il kefir di latte è praticamente privo di lattosio, quindi si può bere anche se non si consumano prodotti contenenti lattosio.



Se volete sospendere la produzione o avete dei grani di kefir di latte in più, potete conservarli in frigorifero (7-14 giorni) in un po' di latte o in una soluzione di acqua e zucchero.



Bevete il kefir di latte fresco o conservatelo in frigorifero per un massimo di 7 giorni. Nota bene: il sapore cambierà ancora perché la fermentazione lenta continua anche dopo aver tolto i grani. Col passare dei giorni, il kefir di latte diventa più acido.



Dopo la prima fermentazione (le prime 24 ore) è possibile far fermentare di nuovo il kefir di latte per completare il processo di fermentazione. Questo si fa fermentando per altre 12 ore senza grani. Per avere più sapore potete aggiungere frutta, spezie o erbe (fragole, bucce d'arancia, cannella, vaniglia, cioccolato, ecc.)

SCELTA DEL LATTE & KEFIR VEGANO

Latte vaccino

È la scelta più conosciuta. Si ottiene un kefir di latte denso e vellutato.

Latte di capra

Produce un kefir meno denso e dal gusto eccellente.

Latte di pecora

Più ricco di proteine, produce un kefir più cremoso.

Latte senza lattosio

Non può essere usato per fermentare il kefir di latte. Durante la fermentazione il lattosio serve da cibo per i batteri. A fine fermentazione, il kefir è al 99% privo di lattosio.

Alternative vegetali e vegane

Potete preparare il kefir usando latte a base vegetale come il latte di cocco, il latte di soia, il latte di mandorla, ecc. A volte i grani funzionano bene, altre volte tra un lotto e l'altro possono aver bisogno di un periodo di rivitalizzazione nel latte normale. Consigliamo di fermentare nel latte vaccino per 24 ore.

RICETTA DEL KEFIR D'ACQUA

Servitevi di grani di kefir vivi, che possono essere riutilizzati. Il rapporto raccomandato per il kefir d'acqua è di 1:20. Aumentate o diminuite le quantità in proporzione secondo la tabella di riferimento:

GRANI DI KEFIR	ZUCCHERO	ACQUA
15 g / 1 cucchiaio	15 g / 1 cucchiaio	300 ml
30 g / 2 cucchiai	30 g / 2 cucchiai	600 ml
50 g / 3,5 cucchiai	50 g / 3,5 cucchiai	1000 ml

1. Versate l'acqua nel fermentatore Kefir. Mescolate lo zucchero fino a scioglierlo e aggiungete i grani di kefir.

2. Mettete il coperchio e fermentate a temperatura ambiente (20-24°C) per 24-48 ore.

3. Quando il kefir d'acqua è pronto, aprite il coperchio superiore e montate il raschietto sul coperchio del colino. Girate il raschietto con un movimento a semicerchio per assicurarvi che i grani non intasino le fessure del colino. Il kefir è pronto per essere consumato o per la seconda fermentazione.



CONSIGLI PER IL KEFIR D'ACQUA



Il colino ha due aree di versamento - le fessure più piccole sono adatte al kefir d'acqua.



Per preparare il kefir d'acqua utilizzate acqua non clorata. Se non siete sicuri che l'acqua sia priva di cloro, potete farla bollire o lasciarla in una ciotola a temperatura ambiente per qualche ora.



Quando usate acqua filtrata potete reintegrare i sali minerali sostituendo parte dello zucchero con uno non raffinato, o usando pezzi di frutta secca (fichi, uva passa, zenzero, ecc.), oppure aggiungendo una piccola quantità di succo di limone, bicarbonato di sodio, ecc.



Aggiungete sali minerali (vedi sopra) anche per favorire la crescita dei grani. Nota bene: un'eccessiva aggiunta di sali minerali a ogni partita di kefir può rendere i grani mollicci.



Se volete un kefir con più bollicine, aumentate la quantità di sali minerali e chiudete completamente il coperchio durante la fermentazione.



Se volete sospendere il ciclo di produzione o avete dei grani di kefir d'acqua in più, potete conservarli in frigorifero (7-14 giorni) in un po' di soluzione di acqua e zucchero.

SECONDA FERMENTAZIONE DEL KEFIR D'ACQUA

Ottenete l'intera gamma di batteri positivi con la seconda fermentazione del kefir!

La seconda fermentazione si fa dopo aver completato la prima (24-48 ore) e senza grani di kefir. È un modo per aggiungere più sapore e più bollicine al vostro kefir d'acqua. Versate il kefir filtrato in bottiglie di vetro e chiudetele ermeticamente.

Data l'alta pressione creata dai gas prodotti durante la fermentazione, assicuratevi di usare bottiglie di qualità. Potete aggiungere succo appena spremuto, frutta fresca o secca, spezie, erbe, ecc. Fate fermentare per altre 12 ore o più, fino a quando la dolcezza diminuisce e il kefir diventa frizzante. Servite freddo.

COLTIVARE I GERMOGLI

Mentre i grani di kefir riposano, il vostro fermentatore Kefir è in pronto per nuove avventure. Potete usarlo per coltivare dei germogli, che sono ricchi di nutrienti e vitamine e possono essere aggiunti a insalate, panini o snack.



COLTIVARE GERMOGLI CON IL FERMENTATORE KEFIR

1. Immergete i semi (circa 2 cucchiaini) in acqua nel fermentatore Kefir per un tempo adeguato (6-12 ore). Seguite le istruzioni per i semi che utilizzate.
2. Filtrate l'acqua e capovolgete il fermentatore. Lasciate il coperchio superiore leggermente aperto per consentire la circolazione dell'aria.
3. Lasciate a temperatura ambiente lontano da fonti di calore. A seconda dei semi, i germogli inizieranno a crescere in un giorno o due.
4. Sciacquate i germogli ogni giorno con acqua fresca e scolateli bene. Di solito ci vogliono 4-6 giorni per far crescere i germogli.