



Kombuchan valmistusohje



OHJEET:

Näin valmistat 3 litraa kombuchaa

TARVIKKEET

- ▶ ISO KATTILA VEDEN KEITTÄMISEEN
- ▶ 3L LASIASTIA
- ▶ HENGITTÄVÄ KANGASLIINA TAI TALOUSPAPERIA
- ▶ NARUA
- ▶ HAUDUTUSPUSSEJA TEELLE
- ▶ 15G IRTOTEETÄ
- ▶ 180G SOKERIA
- ▶ SCOBY - ELI KOMBUCHA-KASVUSTO
- ▶ N. 3DL MAUSTAMATONTA KOMBUCHAA
- (▶ STARTTERINESTE)

*Huolehdi, että
kaikki astiat ovat puhtaita.
Muista pestä kädet :)*

HUOM: mikäli scoby on säilytetty jääkaapissa, niin nosta se pariksi päiväksi huoneenlämpöön ennen kombuchan valmistamista. Näin varmistat että bakteerit ja hiivat ehtivät aktivoitua kunnolla.

1. Kiehauta noin 1 l vettä kattilassa ja sammuta liesi



2. Lisää tee haudutuspusseissa kattilaan ja anna hautua 20 min.



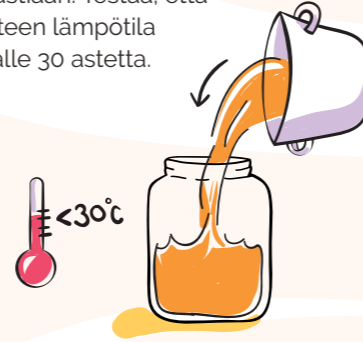
3. Poista teet ja lisää sokeri. Sekoita niin, että sokeri liukenee veteen.



4. Lisää noin 1,7 litraa kylmää vettä lasiastiaan



5. Kaada sokeroitu tee lasiastiaan. Testaa, että nesteen lämpötila on alle 30 astetta.



6. Lisää scoby sekä pussissa oleva n. 3 dl startterinestettä lasiastiaan. Starteri on pitkään fermentoitua kombuchaa, joka laskee pH:ta suojelemaan nestettä haitallisilta bakteereilta ja aloittaa käymisen. Hyvä nyrkkisääntö on käyttää 10% startteria per valmistettava kombuchaera.



7. Sido hengittävä kangasliina tai talouspaperi lasiastian päälle narulla niin, että viheliäiset banaanikärpäset eivät pääse herkuttelemaan kombuchallasi.



8. Sijoita lämpimään ja pimeään paikkaan tekeytymään. Hyvä lämpötila on 22-29 asteen välillä - liian kylmä hidastaa ja liian kuuma nopeuttaa fermentaatiota.



9. Anna käydä 7 - 14 päivää, maistele kombuchaa tasaisin väliajoin esimerkiksi pillillä scobyn alta. Käymisaika riippuu lämpötilasta, tilan ilman kierrosta ja scobystä. Pidempi käyminen tekee mausta etikkamaisemman ja lyhyempi jättää enemmän makeutta.



*Trust your
gut feeling!*

10. Kun maku on mielestäsi miellyttävä, niin poista scoby ja ota 3 dl kombuchaa seuraavan erän valmistamista varten. Siirrä loput kombuchasta pulloihin maustamista, eli toista fermentaatiota, varten. Kombuchan voi nauttia myös sellaisenaan ilman maustamista.





OHJEET:

Maustaminen, eli toinen fermentaatio

1. Laita kombucha pulloon tai astiaan, jonka kannen saa suljettua. Esimerkiksi IKEAsta ja muista kaupoista saatavat patenttikorkilliset lasipullot ovat erinomaisia tähän tarkoitukseen.



2. Lisää haluamaasi maustetta pulloon ja sulje pullo. Pilkotut hedelmät, inkivääri ja yrtit ovat tyypillisimmät mausteet, mutta voit kokeilla maustamista käytännössä millä tahansa mausteella. Muista, että paljon sokeria sisältävä mauste herättää hiivat uudestaan lisäten hiilihappoja ja muuttaen kombuchan makua.



3. Avaa korkki kerran päivässä, jotta kertynyt paine pääsee ulos. HUOM! Pullo voi haljeta ja/tai korkki voi vioittua, mikäli kertynyttä painetta ei päästetä ulos. Hyvä tapa päästää paine ulos on tiskialtaan päällä, jolloin mahdolliset vaahdot eivät kastele lattiaa.



4. Tyypillisesti 1-7 vuorokautta on hyvä aika toiselle fermentaatiolle. Kun maku ja hiilihappotaso ovat mielestäsi hyvät, niin siirrä pullo jääkaappiin ja nauti ihastuttavasta kombuchasta ystäväsi seurassa. Kombuchan tekemiseen on erilaisia ohjeita niin raaka-aineiden määrien kuin laatujenkin osalta. Näillä ohjeilla onnistut varmasti, mutta mikään ei estä kokeilemasta uusia juttuja, jos siltä tuntuu :)



Ohjeet kombuchan tekemiseen löydät myös
The Good Guysin Kombuchaopistosta

THEGOODGUYS.LIFE/PAGES/KOMBUCHAOPISTO

JAA KOMBUCHASI INSTAGRAMISSA

Teitkö funkya nokkoskombuchaa tai ehkä Suomen parasta inkiväärikombuchaa? Laita kuva parhaimmista itse tekemistäsi kombuchoista ja fiilistelyistä Instagramiin #munkombucha ja tääää

@ [thegoodguys_kombucha](#). Postaamme

kuukausittain parhaan / hauskimman / ajankohtaisimman jutun

The Good Guys Kombucha IG:ssä.

KOMBUCHAYHTEISÖ FACEBOOKISSA

Heräsikö kysymyksiä tai kaipaatko tukea? Jaa omia hyviä vinkkejä ja reseptejä muille! Liity:

Kombucha Community by The Good Guys -ryhmään

TARVIKKEET VALMISTAMISEEN:

Scobyt, tarvikkeet ja teesekoitukset kombuchan valmistamiseen löydät The Good Guys verkkokaupasta.

www.thegoodguys.life

Valmistaja: **The Good Guys**

Vaittintie 9, 33960 Pirkkala

hello@thegoodguys.fi

www.thegoodguys.life

THE
GOOD
GUYS