

Nodig voor 2 liter:

Glazen pot

Jun scoby

200 ml ongezeefde startersdrank

1,9 liter water (liefst gefilterd water of bronwater)

2 zakjes of 2 eetlepels (biologische) groene of witte thee

200 gr (biologische) honing

Katoenen afdekdoekje

Elastiek

Zeefje en trechter (kunststof)

Bereiding:

1,9 liter water koken thee toevoegen. 1 minuut zachtjes laten koken en 15 minuten trekken.

Thee zeven (of de theezakjes eruit halen) en laten afkoelen tot ongeveer 30 graden. 200 gr honing toevoegen.

In de glazen pot doen en 200 ml ongefilterde kombuchadrink toevoegen (tien procent van de hoeveelheid die je wilt brouwen).

Scoby toevoegen met de witte kant boven.

Doekje erop met elastiek (tegen fruitvliegen), einddatum eventueel erop plakken en 5 tot 8 dagen (naar smaak) zo donker en tochtvrij mogelijk wegzetten en niet meer bewegen. Het kan bv. op een keukenkastje staan, zolang het maar niet in de volle zon staat. Niet in een kleine afgesloten ruimte zetten zoals een kast.

Als de drank klaar is, scoby's eruit halen en afspoelen onder lauwwater. Drank zeven, in glazen flessen doen en wat ongezeefde drank bewaren voor een nieuwe brouw (10% van de nieuwe hoeveelheid). Altijd goed handen wassen voor je begint en potten met heet water spoelen, zonder zeepsop.

Woon je in een gebied met hard water, zorg dan dat er geen kraanwater in de thee komt en gebruik alleen gefilterd water of bronwater.

Als de drank te zuur of te zoet is, de volgende keer 1 of 2 dagen korter of langer laten staan.

De drank wordt nog zuurder in de fles, in de koelkast heb je dat niet.

Als je scoby's een paar dagen moet wegzetten omdat je nog geen tijd hebt om nieuwe thee te maken, dan op kamertemperatuur in een glazen pot in water met een scheut kombucha doen met een katoenen doek erop. Er wordt ook dan gelijk een nieuw scoby aangemaakt, die kun je bij je nieuwe brouw doen. Je kunt de scoby's ook in de koelkast bewaren of invriezen.

Ga je langer dan 2 weken op vakantie, dan voor de vakantie een nieuwe brouw starten. De pot in de koelkast plaatsen, na 4 weken is het dan klaar. Vries je de scoby's liever in, dan starten ze wel wat langzamer op na het ontdooien.

Bij kleine donkergrijze poesachtige schimmelplekjes op de nieuwe scoby, die weggooien en met de moeder (de onderste scoby) een nieuwe brouw maken. De drank ook wegdoen. Dit probleem komt meestal voor als je vergeet starter bij de zoete thee te voegen.

Geen metalen of plastic potten gebruiken om te brouwen. Bewaar de kombucha ook in glazen flessen, niet in plastic, tenzij het voor kortere tijd is.

De dosering is 1 glas (150 ml of 200 ml) per persoon per dag.

Jun Kombucha smaakt nog lekkerder als je na het oogsten vruchten, vruchtensap of verse gember in de flessen erbij doet. Nog 2 dagen fermenteren en het is klaar. Wel heel voorzichtig openen, er komt veel extra koolzuur in.

