

Recette pour la culture de kombucha

Audrey Briot — contact@audreybriot.fr

Outils :

- 1 plaque cuisson et une casserole ou une bouilloire
- du voilage
- des bandelettes de pH
- 1 contenant propre
- 1 élastique ou de l'adhésif
- du savon vaisselle
- des gants

Astuces:

La couleur de votre thé aura une influence sur la couleur finale de votre kombucha. Par exemple, préférez un thé vert ou blanc pour obtenir un kombucha transparent.

Cette recette vise une culture en vue de produire de la cellulose. Pour une consommation alimentaire, utilisez uniquement un contenant en verre, des aliments biologiques et de l'eau minérale.

Ingrédients pour 1 litre de bain :

- 1 litre d'eau
- 8 g de thé (noir, vert ou blanc)
- 80 g de sucre
- un SCOBY ou mère de kombucha
- 10 cL du bain précédent
- vinaigre blanc
- colorants alimentaires, extraits de teinture naturelle

Ne jamais laver un SCOBY si vous souhaitez le voir grandir.

Soyez très attentif à la propreté de vos ustensiles, à porter des gants et protéger votre kombucha des mouches.

Placer le kombucha dans un endroit chaud, aéré et obscur.

Recette pour la culture de kombucha

Audrey Briot — contact@audreybriot.fr

Déroulé :

Lavez votre contenant avec du savon vaisselle et de l'eau chaude. Ne le séchez pas, laissez le sécher seul ou utilisez-le immédiatement. Si vous avez un doute sur sa propreté, nettoyez-le avec un coton et de l'alcool.

Calculez la quantité d'eau nécessaire à votre contenant, gardez à l'esprit qu'ajouter un bain en cours de culture risque de faire descendre le SCOBY au fond du contenant; une nouvelle couche se formera sur le dessus.

Faire bouillir l'eau*, ajoutez le thé et le sucre. Mélangez pour faire fondre le sucre. Attendez 5 minutes.

Filtrez le bain afin de ne garder que le liquide. Pour les grands volumes, il est possible d'utiliser un voilage tendu avec des pinces sur un seau.

Ajoutez les colorants naturels.

Ajoutez le reste du bain précédent, mélangez. Mesurer le pH.

Le kombucha a besoin d'un bain dont le pH est inférieur à 5. Si ce n'est pas le cas, ajoutez du vinaigre et revérifiez le pH.

Une fois que le bain est refroidi à 30°C, ajoutez le SCOBY. Manipulez-le avec des gants propres. En même temps, faites bouillir un voilage dont la taille sera suffisante pour couvrir l'ensemble du contenant. Une fois bouilli, couvrez le contenant avec le tissu sans attendre. Maintenez l'ensemble avec un ruban adhésif ou un élastique.

Ranger idéalement votre bain dans un endroit à 30°C, au-dessus d'un chauffage par exemple, dans la pénombre.

Quand le kombucha aura atteint au moins 1 cm d'épaisseur, vous pouvez le laisser sécher. La surface et la forme choisie influenceront la texture et la forme du cuir.

* Pour ajouter des extraits de teinture naturelle, faites d'abord bouillir les plantes, les égouttez et utilisez l'eau.