

Descripción:

SCOBY de Kombucha (Symbiotic Culture of Bacteria and Yeast)

El SCOBY de kombucha de alta calidad permite preparar en casa una bebida probiótica natural, rica en antioxidantes y beneficios para la salud digestiva conocida como kombucha. Ideal para quienes buscan una opción saludable, sostenible y fácil de preparar.

Beneficios:

- ✓ Mejora la digestión
- ✓ Refuerza el sistema inmune
- ✓ Deliciosa y fácil de hacer

Hacé tu propia kombucha con el mejor SCOBY y disfruta de sus propiedades en casa.

Instrucciones de uso del starter SCOBY.

El starter sirve para fermentar 2 litros de infusión azucarada.

Ingredientes:

- 2 litros de agua filtrada. Si no dispones de filtro, puedes hervir el agua previamente para remover el cloro.
- 4 saquitos de té negro de 2 g cada uno (o 4 cucharaditas de té negro en hebras)
- 200 gramos de azúcar (azúcar blanca común, orgánica)
- 1 SCOBY de kombucha
- 200 ml de kombucha sin pasteurizar (El líquido que acompaña al SCOBY)

Utensilios:

- Olla grande (capacidad mínima de 3 litros)
- Cucharón
- Recipiente grande de vidrio o plástico HDPE (mínimo de 2,5 litros de capacidad)
- Colador (si usas té en hebras)
- Termómetro (opcional)
- Tela, gasa o papel absorbente.
- Banda elástica o hilo para sujetar
- Jarra o vaso medidor
- Botellas PET para envasar (cuando esté listo)

Procedimiento paso a paso:

1. Preparar el agua para el té:

- Coloca 2 litros de agua filtrada en la olla.
- Lleva el agua a ebullición.

2. Agregar el té:

- Cuando el agua esté hirviendo, apaga el fuego y agrega los saquitos de té negro (o el té en hebras).
- Deja reposar el té durante 5-10 minutos para que infunda bien y tenga buen sabor. Si usas té en hebras, puedes colarlo después de infundir.

3. Añadir el azúcar:

- Retira las bolsas de té (o cuela el té en hebras) y agrega los 200 gramos de azúcar al té caliente.
- Revuelve bien hasta que el azúcar se disuelva completamente.

4. Enfriar el té:

- Deja que el té azucarado se enfríe a temperatura ambiente. Puedes cubrir el recipiente hasta que se enfríe. Este paso es crucial, ya que el té no debe estar caliente cuando lo mezcles con el SCOBY para evitar dañarlo.

5. Verificar la temperatura:

- Si tienes un termómetro, asegúrate de que la temperatura del té esté por debajo de los 30°C antes de continuar. Si no tienes termómetro, simplemente asegúrate de que esté a temperatura ambiente (ni caliente ni fría).

6. Preparar el frasco para la fermentación:

- Verter el té enfriado en un recipiente perfectamente limpio de vidrio (mínimo de 2,5 litros).
- Agregar 200 ml de kombucha sin pasteurizar (esto servirá como cultivo inicial para la fermentación y ayuda a acidificar el té, evitando el crecimiento de bacterias no deseadas). Este es el líquido que acompaña a tu SCOBY.

7. Agregar el SCOBY:

- Colocar el SCOBY en el frasco con el té azucarado. No te preocupes si se sumerge. A medida que crezca, flotará hacia la superficie.

8. Cubrir y asegurar:

- Cubre el frasco con un paño, tela o papel sujetándolo con una banda elástica o hilo. Esto permite que el té respire mientras fermenta, pero lo protege de polvo o insectos.

9. Fermentar:

- Coloca el frasco en un lugar cálido (entre 22-28°C) y fuera de la luz directa del sol. Deja fermentar entre 7 y 14 días, dependiendo de tu preferencia por el sabor.
- Puedes probar la kombucha cada 3 días para ver cómo evoluciona el sabor. Si prefieres un sabor más dulce, déjala fermentar menos tiempo; si prefieres un sabor más ácido, deja que fermente más.

10. Preparación para el embotellado:

- Una vez alcanzado el sabor deseado, retira el SCOBY (puedes usarlo para tu siguiente tanda de kombucha) y envasa el té en botellas. Las botellas de PET son prácticas, seguras y accesibles. Reserva unos 200 ml de té fermentado para tu próxima elaboración.

11. Refrigeración:

- Guarda las botellas de kombucha en la heladera para detener el proceso de fermentación y mantenerla fresca.