Valmistusohje

Kombucha

5 litraa (n. 4 litraa valmista juomaa)

Kombucha on makeaa teetä, joka on annettu käydä raikkaaksi, hieman happamaksi juomaksi, jolla on matala alkoholipitoisuus. Kombuchan käyttämiseen käytetään erityistä hiivan ja bakteerikulttuurin seosta, jota kutsutaan nimellä "SCOBY" (Symbiotic Culture of Bacteria and Yeast). SCOBY käyttää teen tanniinit ja sokerit ja muuntaa ne erilaisiksi hapoiksi, sekä pieneksi määräksi alkoholia.

Hyvän makunsa lisäksi kombuchalla väitetään olevan terveydellisiä vaikutuksia. Se sisältää maitohappobakteereja ja entsyymejä, joilla voi olla positiivisia vaikutuksia ruoansulatukseen. Kombuchassa on myös runsaasti antioksidantteja, glukonihappoja ja mineraaleja.

Tarvittavat ainekset (5 litraan):
1 pss SCOBY-seos
10-11 pss Teetä (mielellään mustaa teetä)
250 g Kidesokeria
Vettä

Tarvittavat välineet:
Lämpömittari
Keittoastia (tarpeeksi suuri koko satsille)
Käymisastia (suurella suuaukolla ja mielellään hanallinen)
Siiviläkangas
Iso kuminauha
Desinfiointiainetta
Painetta sietäviä, tiivisti suljettavissa olevia pulloja (esimerkiksi olutpulloja)
Pulloihin sopivia kruunukorkkeja tai kierrekorkkeja

HUOM: Puhdista ja desinfioi huolella kaikki välineet, jotka ovat kosketuksissa juomaan.

Valmistus
Kiehauta 1,25 litraa vettä ja nosta kattila liedeltä.
Lisää heti teepussit ja anna hautua kannen alla 5-15 minuuttia.
Poista teepussit.
Lisää sokeri ja sekoita kunnes sokeri on liuennut.
Lisää 3,75 litraa kylmää vettä ja sekoita.
Tarkista lämpötila. Sen pitäisi asettua n. 20-30°C. Mikäli lämpötila on tätä korkeampi, laita kattila hetkeksi kylmään vesihauteeseen jäähtymään.
Kun lämpötila on 20-30°C välillä, kaada seos käymisastiaan.
Lisää SCOBY-seos, pussissa olevine nesteineen käymisastiaan.
Peitä käymisastian suuaukko siiviläkankaalla ja kiristä se paikoilleen kuminauhalla.
Siirrä käymisastia pimeään ja huoneenlämpöön käymisen ajaksi.

Käymiseen menee n. 7-21 päivää, riippuen siitä kuinka hapanta kombuchaa haluaa tehdä. Mitä kauemmin se saa käydä, sen happamammaksi se muuttuu. Kombuchan happamuusaste on makuasia ja jokainen valmistaa siitä juuri niin happaman kuin itse haluaa.

Käymisen jälkeen

Ennen pullotusta, ota talteen SCOBY (nosta se astiasta esimerkiksi desinfioidulla kauhalla) ja ota n 1 litra nestettä talteen. Varo sekoittamasta pohjasakkaa. Talteenotetut SCOBY ja neste ovat "kombucha-juuri" seuraavaa valmistuserää varten. Säilytä kombucha-juuri suljetussa astiassa, pimeässä ja huoneenlämmössä. Päästä astiasta mahdollinen paine pois silloin tällöin raottamalla kantta.

HUOM: Kombucha-juurta pitää kuukauden-parin välein herätellä pienellä määrällä makeutettua teetä. Teen lisäyksen jälkeen kannattaa astia pariksi viikoksi peittää siiviläkankaalla, jotta paine pääsee pois.
Tärkeää on, että SCOBY pysyy aina nesteen peitossa.

Pullotus

Mikäli haluat juomaasi hiilidioksidikuplia, lisää pulloihin sokeria annostuksella 6 grammaa/litra.
Pullota juoma puhtaisiin, painetta sietäviin pulloihin ja sulje tiiviisti kierrekorkeilla tai kruunukorkeilla.
Anna pullojen seistä huoneenlämmössä 1-4 vuorokautta, kunnes hiilidioksiditaso on sopiva ja siirrä sen jälkeen jääkaappiin.

Varo pullottaessa sekoittamasta pohjasakkaa. Sakka sisältää mm. kuollutta hiivasolukkoa. Sakkaa ei oteta talteen, vaan se heitetään pois.

Kombuchaa voi myös maustaa hedelmillä ja/tai mausteilla. Hedelmät ja mausteet pilkotaan pieniksi ja lisätään pulloihin ennen juoman pullotusta. Ota huomioon, että jotkut hedelmät sisältävät paljonkin sokeria ja tämä vähentää jälkikäymissokerin tarvetta.

Seuraavat valmistuserät

Kun sinulla on valmis kombucha-juuri tallessa, valmistat seuraavan erän muuten samaan tapaan kuin ensimmäisenkin, paitsi että tällä kertaa lisäät litran vähemmän kylmää vettä. Kaada sen jälkeen SCOBY nesteineen käymisastiaan.

SCOBYn pintaan kasvaa joka käymisen yhteydessä uusi kerros. Tämän kerroksen voi kuoria pois ja käyttää toisiin valmistuseriin, tai vaikka lahjoittaa kaverille. SCOBYn voi myös leikata kahtia ja tehdä sillä kaksi erää kombuchaa. Poisleikattu osa kasvaa aikanaan takaisin.

Kippis!