

НАПИТКИ

Комбуча, или чайный гриб: первая ферментация

Напиток из сладкого чёрного и зелёного чая, сквашенного чайным грибом. По рецепту Элис Джонстон для Good Food.

Автор рецепта: Alice Johnston · Good Food



ВРЕМЯ

20 минут подготовки + заваривание и остывание + 1-2 недели ферментации

КОЛИЧЕСТВО

2 литра

Способ приготовления: Ферментация сладкого чая с доступом воздуха

Сезон и выбор продуктов: Круглый год

Хранение: Готовый напиток храните в холодильнике до 3 месяцев.

Ингредиенты

- ☐ 1,8 литра кипятка
- ☐ 2 пакетика органического зелёного чая или 2 ч. л. листового чая
- ☐ 2 пакетика органического чёрного чая или 2 ч. л. листового чая
- ☐ 100-200 г сахара-песка, по вкусу
- ☐ 1 чайный гриб (SCOBY) среднего размера
- ☐ 100-200 мл жидкой закваски - готовой неароматизированной комбучи

Воду и жидкую закваску отмерьте мерным кувшином. Сахар взвесьте.

Инвентарь

- ☐ Кастрюля, стеклянная банка объёмом 2,5-3 литра, тонкая ткань или муслин, резинка и бутылки

Приготовление

1. Заварите чай

Влейте в кастрюлю 1,8 литра кипятка. Добавьте чай и сахар, перемешайте до растворения сахара. Заваривайте 6-10 минут.

ПОДГОТОВКА / NATALIA HORBACH, PhD

Natalia Horbach

Источники и история на сайте Fermentarnia
fermentarnia.com



страница 1

РЕЦЕПТ НА САЙТЕ

Комбуча, или чайный гриб: первая ферментация / продолжение

2. Остудите и добавьте чайный гриб

Выньте чайные пакетики, не отжимая; листовой чай процедите. Полностью остудите чай и перелейте в стеклянную банку объёмом 2,5-3 литра. Добавьте чайный гриб (SCOBY) и жидкую закваску. Оставьте сверху не менее 5 см свободного места.

3. Накройте банку тканью

Накройте банку тонкой тканью или муслином и закрепите резинкой. Подпишите содержимое и дату приготовления.

4. Оставьте для ферментации

Оставьте на 1-2 недели при комнатной температуре, вдали от батарей, духовки и прямого солнечного света. Не ставьте в закрытый шкаф: необходим доступ воздуха.

5. Проверяйте вкус

Через неделю сначала измерьте pH по рекомендации BCCDC ниже. Пробуйте только при pH 2,5-4,2. Затем можно проверять вкус ежедневно: чем дольше ферментация, тем кислее напиток. Если через 7 дней pH всё ещё выше 4,2, выбросьте партию.

6. Сохраните закваску и охладите напиток

Когда вкус станет достаточно кислым, разлейте комбучу по бутылкам. Сохраните чайный гриб и 100-200 мл напитка как закваску для следующей порции. Уберите готовую комбучу в холодильник. Необязательная вторая ферментация в этот рецепт не входит.

Примечания

В руководстве Good Food напоминают: жидкая закваска нужна для подкисления чая, а при появлении плесени следует выбросить и жидкость, и SCOBY.

Дополнительная рекомендация BCCDC: перед пробой измерьте pH откалиброванным pH-метром. У готовой комбучи pH должен составлять 2,5-4,2. Если через 7 дней pH всё ещё выше 4,2, выбросьте партию и начните заново с новой культуры, купленной у надёжного поставщика.

Комбуча содержит кофеин и может содержать алкоголь. Без анализа нельзя называть домашний напиток безалкогольным.

Как подавать

Подавайте охлаждённой. Этот рецепт заканчивается первой ферментацией; дополнительная газация в закрытой бутылке не предусмотрена.

Под микроскопом

От сахара к органическим кислотам

Дрожжи превращают часть сахара в этанол и углекислый газ, а бактерии - часть этанола в уксусную кислоту. Бактерии также вырабатывают целлюлозу, из которой образуется плёнка на поверхности. Микроорганизмы есть и в заквасочной жидкости, поэтому одна плёнка чайного гриба не заменяет её.

ПОДГОТОВКА / NATALIA HORBACH, PhD

Natalia Horbach

Источники и история на сайте Fermentarnia
fermentarnia.com



страница 2

РЕЦЕПТ НА САЙТЕ