



hr1-DOLCE VITA

Ricarda Schuhmann
Wintermärchen-Wasserkefir

ANSATZ FÜR DIE ERSTFERMENTATION

Für die Erstfermentation empfehlen wir einen Wasserkefir-Ansatz mit Ingwer, Zitronenscheibe und Rosinen.

REZEPT FÜR DIE ZWEITFERMENTATION

ZUTATEN

ca. 800 ml Wasserkefir aus der Erstfermentation
1 EL Gewürzmischung

Gewürzmischung:

1 Zimtstange in kleinen Stücken
10 Anissamen
6 grüne Kardamomkapseln (leicht angestoßen)
3 Sternanis (je nach Größe zerkleinert)
7 Pimentkörner (leicht angestoßen)
10 Nelken
1 EL Cranberries
1 TL getrockneter Ingwer, in Stücken
2 EL getrocknete Apfelschalen, in Stücken
2 EL getrocknete Orangenschalen, in Stücken
Die Mischung in ein luftdichtes Gefäß füllen und ruhig einige Zeit durchziehen lassen.

HERSTELLUNG

Die Gewürzmischung in die Fermentationsflasche geben. Mit dem Wasserkefir auffüllen und dabei ca. 2,5 cm Luft bis zum Flaschenhals für die Kohlensäurebildung frei lassen. Die Flasche verschließen und den Ansatz 1-3 Tage bei Raumtemperatur fermentieren lassen.

Achtung, aufgrund der Kohlensäureentwicklung sollte die Flasche beobachtet und vorsichtig geöffnet werden. Nach einem Tag kann bereits vorsichtig probiert werden. Stimmen Geschmack und Kohlensäuregehalt, wird das Getränk gleich genossen oder im Kühlschrank aufbewahrt. Das verlangsamt die Fermentation.



hr1-DOLCE VITA

Tipps:

- Bei Bedarf die Zutaten vor dem Kühlstellen mit einem Sieb aus der Flüssigkeit nehmen, damit der Geschmack so erhalten bleibt und nicht intensiver wird – sonst spätestens vor dem Genießen. Der entstehende Geschmack ist jedes Mal eine kleine Überraschung, je nachdem welche Gewürze auf dem Löffel in die Flasche gelangen.
- Wer Gewürzmischungen nicht selber herstellen möchte, kann im Gewürzhaus unseres Vertrauens, in dem wir unsere Gewürze, Kräuter und Tees seit Jahren kaufen, eine sehr leckere Gewürzmischung erwerben. Es ist das Glühwein-Punsch-Gewürz aus dem Gewürzhaus Schnorr, Frankfurt am Main.

Rezept von: <https://www.weltdermikroben.de>