BEREIDINGSINSTRUCTIES WATERKEFIR

Benodigdheden
- een glazen weckpot
- drie afgestreken eetlepels suiker
- 3 gedroogde vijgen
- ½ citroen (geschild)
- 1 liter water

STAP 1: Los de inhoud van één sachet waterkefirculturen op in 1 liter water. Voeg vijgen, citroen en suiker toe. Laat de waterkefir **48 uur** rusten op kamertemperatuur in een weckpot die goed kan worden afgesloten.

STAP 2: Na **48 uur** is de waterkefir klaar. Giet in een zeef, pers het sap erin van de toegevoegde citroen en verwijder het fruit. Bewaar 200 ml voor je volgende bereiding. Doe dit voordat je de waterkefir consumeert, in de koelkast zet of extra ingrediënten toevoegt. De rest is voor consumptie en blijft goed in de koelkast gedurende **48 uur**. Bij voorkeur in een afgesloten weckpot bewaren.

STAP 3: Je kan opeenvolgende bereidingen maken door de 200 ml waterkefir van de vorige bereiding opnieuw te mengen met water, suiker, citroen en vijgen. Gebruik maximaal 1 liter water en laat het mengsel opnieuw op kamertemperatuur **24** of **48 uur** rusten (24 uur voor een zoete smaak).

TIPS EN TRUCS

1. Deze bereidingsmethode is slechts een richtlijn. Je kan experimenteren en variëren met de hoeveelheiden suiker, vijgen en gedroogd fruit. Je kan ook andere soorten gedroogd fruit gebruiken zoals gedroogde abrikozen, rozijnen, dadels etc.

2. Zorg er voor dat de pot niet met te veel waterkefir gevuld is om overdruk te voorkomen. Voor meer informatie over waterkefir, andere bereidingsmethoden en tips, ga naar Yoghurt.nl.