



## Kombucha Maison

Pour 1,5L de Kombucha: 1cs de thé noir bio ou 4 sachets, 6cs bombées du sucre blond bio, 2L d'eau filtrée ou de bouteille, 250 ml de vinaigre de cidre ou mieux de Kombucha de votre culture précédente

Porter à ébullition 2L d'eau filtrée et laisser infuser le thé pendant 5 minutes. Ajouter le sucre et le dissoudre. Mettre le tout dans un grand pot en verre. Bien laisser refroidir complètement le thé avant d'ajouter votre "champignon" de Kombucha ainsi que le vinaigre de cidre ou du kombucha de la culture précédente. Mettre un linge fin (type gaz) sur le dessus du grand pot en verre et le maintenir à l'aide d'un élastique afin d'éviter que des insectes viennent se baigner ! Précaution à prendre, ne pas utiliser de métal en présence du champignon il déteste ça. Préférez utiliser des ustensiles en bois ou plastique.

Placer ainsi votre culture de Kombucha dans un endroit où vous ne le déplacerez pas pendant 7 à 10 jours. Après ce temps là une pellicule blanchâtre va se former à la surface c'est un nouveau "champignon". Enlever les 2 "champignons" et les placer dans un bocal en verre en les recouvrant de boisson Kombucha et maintenez au réfrigérateur. Mettre le reste de la boisson de Kombucha dans des bouteilles à fermeture métalliques (comme sur la photo) et placer au réfrigérateur. Votre boisson Kombucha est maintenant prête à être dégustée ! Vous pouvez la garder plusieurs semaines au réfrigérateur.

Pour plus de renseignements sur les bienfaits du Kombucha, je vous invite à lire l'article "[Les 4 raisons de boire du Kombucha](#)".