

JABOLČNO-INGVERJEV KEFIRJEV NAPITEK

Okusen napitek, ki se ga enostavno pripravi! Pripravimo ga lahko v nekaj dneh, otroci ga bodo oboževali!



Sestavine:

- 1 skodelica jabolčnega soka
- ¼ skodelice kefirjeve sirotke (mora biti sveža)
- 2 ½ skodelici vode
- 2 jedilni žlici ingverjevega soka

Priprava jabolčno-ingverjevega napitka

Iztisnemo sok iz ingverja s pomočjo stiskalnika česna ali sokovnika. Vse sestavine zmešamo v veliki Kefirko posodi (ali prepolovimo recept in uporabimo malo Kefirko posodo).

Pustimo, da fermentira 2-5 dni. Po 2 dneh enkrat dnevno odpremo posodo. Ko napitek postane gaziran, ga hranimo v hladilniku ali spijemo takoj. V hladilniku bo napitek trajal par tednov. Ampak možno je, da ga bo potrebno vsake toliko odpreti zaradi pritiska v steklenici. ½ skodelice tega napitka lahko uporabimo za pripravo naslednjega. Kefirjevo sirotko samo zamenjamo z že fermentiranim napitkom.

Avtorica recepta: Donna Schwenk

Več receptov s sirotko najdete [tukaj](#).

Izdelki uporabljeni v tem receptu:



Sekundarna fermentacija

[Kupite na Kefirko.com](https://www.kefirko.com)



Posoda za sir

[Kupite na Kefirko.com](https://www.kefirko.com)