

NAMAZ IZ KEFIRJA S CIMETOM IN BANANO



Ingredients:

- 100 g kremnega kefirja (odcejamo 6–8 ur)
- 1 banana
- tablica kakovostne čokolade
- domač rženi kruh ali črni rustika kruh

Recept za kremni kefir

Najprej pripravite mlečni kefir.

V kozarec vložite aktivna zrna mlečnega kefirja in jih prelijte s kravjim mlekom. Pokrijte in pustite fermentirati 24 ur. Lahko pustite fermentirati tudi dlje, če želite bolj močan, kisel kefir. Naslednji dan kefir precedite kar neposredno v posodo za sir Kefirko, ki ima integrirano mrežasto košarico za odcejanje. Kozarec ponovno pokrijete in postavite v hladilnik za nekaj ur ali čez noč. Pustite odcejati toliko časa, da vam bo vseč gostota kremnega kefirjevega namaza.

Kremni kefir namažete na rezine kruha. Še bolje je, če kruh prej popečete. Potresite z mleto čokolado in okrasite z rezinami banane. Postrezite s čokoladni napitkom iz kefirja.

Alternativa temu receptu bi bila, da banano najprej zmečkate in zmešate s kefirjevim namazom. Za to morate uporabiti zelo zrelo banano, da jo boste lahko z vilicami zmešali s kefirjem. Če želite bolj

konsistenco namaza, lahko uporabite tudi mešalnik.

Avtorica recepta: Urška Fartelj

Več receptov s kefirjem si lahko ogledate [tukaj](#).

Izdelki uporabljeni v tem receptu:



[Kefir Fermentor](#)

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



[BIO zrna mlečnega kefirja](#)

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



Posoda za sir

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