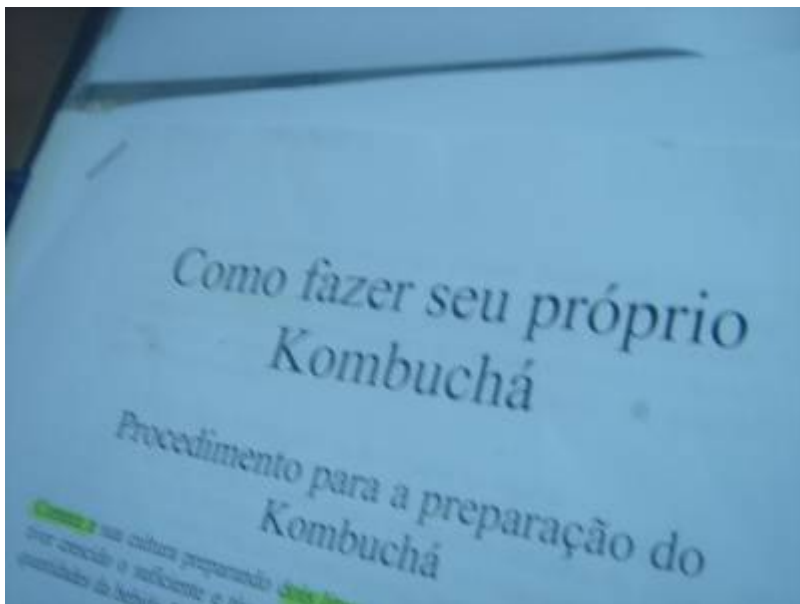


Kombucha: o chá da longa vida

Kombucha é uma bebida feita a partir da fermentação de uma planta aquática (colônia de Kombucha), para adquirir um 'pedaço' de kombu geralmente é necessário entrar em contato com uma pessoa que a tenha. A kombu reproduz-se durante o processo de fazimento do chá, por isso as pessoas que a possuem precisam se transformar em doadores. Apesar disto o kombucha é pouquíssimo disseminado no Brasil apesar de suas propriedades curativas extremamente benéficas.



Para fazer o Cha

Ter em mãos um recipiente de vidro de 2 litros. Esterilizar o vidro com água quente.

Ferver 2 litros de água em uma panela, desligar o fogo. Jogue 10 gramas (4 colheres de tamanho medio) de chá verde na panela com 2 litros de água fervida. Deixar 15 minutos o chá verde na água fervida. Após a infusão deve-se coar o líquido caso a infusão tenha sido com pedaços de plantas de chá verde, e não com saquinhos do chá verde comprados em mercado, use coador de café ou um pano apropriado.

Em seguida acrescente 70g a 100g de açúcar (sugestão é açúcar mascavo ou demerara) a infusão filtrada de chá verde, antes que ela esfrie.

Deixe a composição de chá verde + açúcar mascavo esfriar até 20C/25C. Provavelmente, a depender do clima de sua cidade, isto levará entre 2 a 4 horas. Aqui no interior de Minas Gerais isto levou quase 4 horas. Importante: deixe esfriar em temperatura ambiente.

Para os 2 litros de chá verde adoçado adicione, se tiver, 200 ml de outro líquido de chá de Kombuchá já pronto. Isto é chamado de "Líquido de Partida". Em outros guias li que este passo é muito importante porém caso seja a primeira vez que você está produzindo o chá de

Kombucha este passo não é possível de ser realizado.

Após resfriar a solução de chá verde + açúcar mascavo (ou demerara), pegue um "filhote" de Kombucha, camada da planta aquática, e coloque-a no vidro novo. Feche o vidro com um pano de pequenos furos prendendo-o com um pequeno elastico, ver foto abaixo.



Em seguida guarde o pote num local tranquilo. Não movimente o pote, isso é importante pois a Kombucha se reproduz. Observe a colônia fermentando no pote por 7 a 9 dias. Após este período retire o líquido do pote e engarrafe o chá. A Kombucha terá se reproduzido então use-o para fazer mais chá repetindo os passos descritos neste texto.

Doe um "filhote" de Kombucha para os amigos.

Curiosidade: Na Espanha, em Cadiz, há uma Kombucheria, loja especializada em Kombucha.

Referencias

<http://www.tconibo.org/nucleus/item/95>

pt.wikipedia.org/wiki/Kombucha

<http://www.kombucheria.com>

<http://www.kombu.de/portugis.htm>