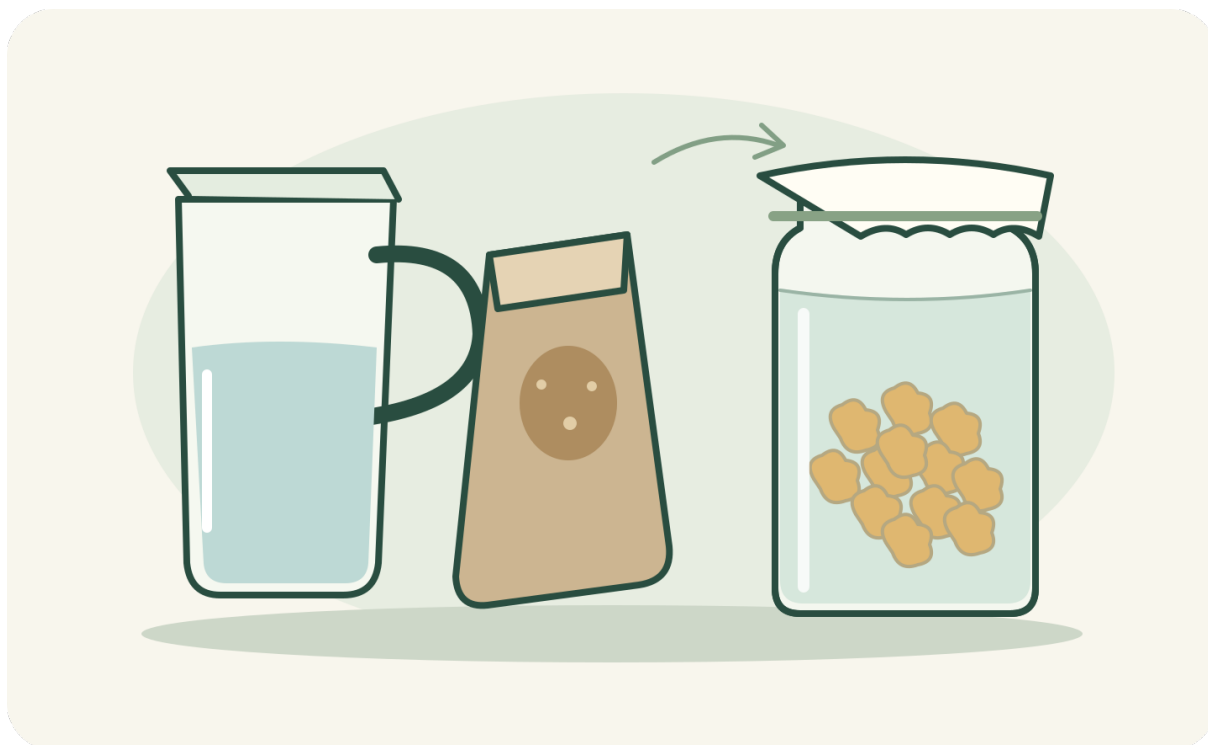


Kefir de Água Premium

Prepare o espaço, ative os grãos e comece o cultivo com instruções organizadas por etapa. Use o roteiro interativo para acompanhar o processo no seu ritmo.



Seu mapa de cultivo

- Organize utensílios e ingredientes
- Ative os grãos durante 7 dias
- No 8º dia, comece o cultivo e consumo
- Ativação em ambiente entre 23°C e 30°C

Antes de começar



Checklist da bancada

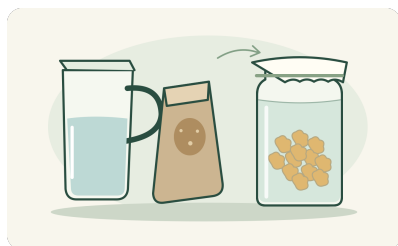
- Peneira de furos pequenos — o manual menciona plástico ou inox; prefira plástico para reduzir contato dos grãos com metal.
- Recipiente de vidro pequeno para os primeiros ciclos.
- Colher de sopa, papel-toalha de boa qualidade e elástico.
- Luvas próprias para manipulação de alimentos (opcionais).

Água, açúcar e temperatura

- Água: Use água mineral ou filtrada, sem cloro. Não use água de poço nem água diretamente da torneira.
- Açúcar: Na ativação, prefira açúcar mascavo de boa qualidade, seco, sem aditivos e, de preferência, orgânico. O manual recomenda um açúcar mais escuro e sem grumos.
- Ambiente: Para ativar, mantenha entre 23°C e 30°C. Abaixo de 23°C, a ativação pode não evoluir como esperado.

Manual oficial da loja Kefir do Rio de Janeiro para a ativação e o cultivo do Kefir de Água Premium. Use as medidas da fase correspondente e confira a validade do sachê recebido.

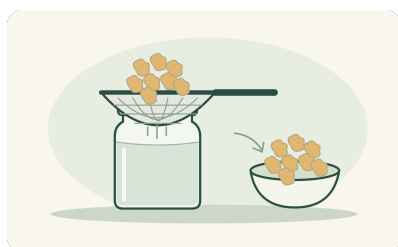
Passo a passo ilustrado



1º dia · Comece a ativação

1. Em 200 ml de água mineral ou filtrada, dissolva 2 colheres de sopa de açúcar mascavo.
2. Adicione os grãos recebidos e misture delicadamente.
3. Cubra a boca do recipiente com papel-toalha e prenda com elástico. Deixe em armário escuro, em ambiente entre 23°C e 30°C, por 24 horas.

ATENÇÃO: Não coloque o sachê desidratado na geladeira. Confira no próprio sachê o prazo indicado para iniciar a ativação.

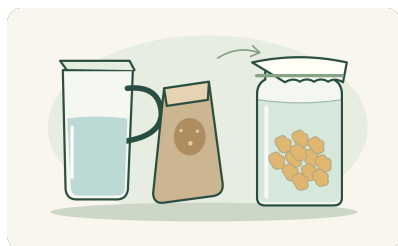


2º dia · Troque a solução

1. Coe a mistura com uma peneira fina e reserve os grãos.
2. Enxágue os grãos com água filtrada para retirar resíduos de açúcar.
3. Dissolva 2 colheres de sopa de açúcar mascavo em 200 ml de água mineral ou filtrada e devolva os grãos ao recipiente.
4. Cubra novamente com papel-toalha e elástico. Deixe por mais 24 horas entre 23°C e 30°C.

ATENÇÃO: Durante a ativação, descarte a solução coada e repita o ciclo com água e açúcar novos.

Continue o cultivo



3º ao 7º dia · Repita o ciclo

1. Coe os grãos e enxágue com água filtrada.
2. Prepare 200 ml de água mineral ou filtrada com 2 colheres de sopa de açúcar mascavo dissolvido.
3. Coloque os grãos na mistura, cubra com papel-toalha preso por elástico e mantenha em ambiente aquecido.
4. Aguarde 24 horas e repita no dia seguinte, até completar cinco dias nesta etapa.

ATENÇÃO: Siga os ciclos completos. O manual indica que ambientes abaixo de 23°C podem dificultar a ativação.



8º dia · Primeiro cultivo

1. Use 500 ml de água mineral/filtrada, água de coco ou leite de coco.
2. Acrescente 3 colheres de sopa bem cheias de açúcar mascavo e misture até dissolver.
3. Adicione os grãos, cubra com papel-toalha e elástico e deixe fermentar por 24 horas.
4. Coe os grãos. A bebida está pronta para consumir; use os grãos em uma nova mistura para continuar o cultivo.

ATENÇÃO: O açúcar continua necessário mesmo quando você usa água de coco ou leite de coco. O manual não recomenda leite de vaca ou de cabra para esses grãos.



Ajuste pela quantidade de grãos.

As seis faixas abaixo reproduzem as referências de cultivo contínuo do manual oficial. Durante a ativação, a mistura é 200 ml de água com 2 colheres de sopa de açúcar mascavo.

Grãos	Água	Açúcar mascavo	Temperatura	Tempo
7 a 10 colheres	1 litro	5–6 colheres	21°C–30°C	24–30 horas
10 a 15 colheres	1 litro	5–6 colheres	21°C–30°C	24–30 horas
15 a 20 colheres	1,5 litro	7–8 colheres	21°C–30°C	24–30 horas
20 a 25 colheres	2 litros	9–10 colheres	21°C–30°C	30–48 horas
25 a 30 colheres	2,5 litros	10–12 colheres	21°C–30°C	30–48 horas
30 a 35 colheres	3 litros	12–15 colheres	21°C–30°C	30–48 horas

Confira a instrução da embalagem se houver uma orientação diferente.

Dúvidas do cultivo

Posso usar outro açúcar?

Para ativar, o manual recomenda começar com açúcar mascavo de boa qualidade. Depois, o cultivo pode ser testado com outros açúcares; se os grãos deixarem de crescer, volte ao mascavo.

Qual água devo usar? Água de poço serve?

Use água mineral ou filtrada, sem cloro. O manual não recomenda água de poço nem água direto da torneira. Água de coco de boa qualidade pode ser usada na ativação, sempre com açúcar mascavo.

Posso guardar o sachê desidratado na geladeira?

Não. Segundo o manual, o sachê fechado deve ficar em temperatura ambiente e os grãos podem resistir por até 180 dias nessas condições. Confira a validade impressa e não refrigere o sachê antes da ativação.

Posso ativar com leite de coco?

Não. Para ativar, use água mineral, água filtrada ou água de coco de boa qualidade, sempre com açúcar mascavo. O leite de coco pode ser uma alternativa de cultivo depois da ativação.

Posso cultivar com água de coco ou leite de coco?

Sim, após a ativação. Mantenha o açúcar mascavo na proporção indicada e use ingredientes de boa qualidade. O manual não recomenda leite de vaca ou de cabra para esses grãos.

Preciso enxaguar os grãos em cada ciclo?

O manual recomenda coar e enxaguar os grãos com água mineral ou filtrada ao final dos ciclos, para remover resíduos da solução anterior. Evite água de poço e água não filtrada da torneira.

Posso deixar fermentando por mais tempo?

Durante a ativação, siga os ciclos de 24 horas. No cultivo contínuo, use a tabela de proporções: algumas faixas indicam de 30 a 48 horas. O manual não recomenda ultrapassar o tempo indicado, pois o sabor pode mudar e pode surgir uma película.



Vou viajar. Como guardo os grãos?

O manual orienta que a pausa na geladeira não passe de um mês. Enxágue os grãos, guarde-os em recipiente fechado sem líquido e não congele. Para retomar, lave-os e use a mesma proporção de água e açúcar do cultivo anterior. A fermentação pode levar dois ou três dias para voltar; não consuma as soluções de recuperação até a atividade retornar.

Por quanto tempo posso guardar a bebida pronta?

O manual recomenda manter a bebida fermentada refrigerada por até 10 dias e não consumir depois desse período.

O que faço se a ativação não evoluir?

Confira se o ambiente está entre 23°C e 30°C, se a água está sem cloro, se o açúcar é mascavo de boa qualidade e se os ciclos foram renovados a cada 24 horas. Ambientes frios abaixo de 23°C são apontados pelo manual como desfavoráveis à ativação.