

Kefir de Leite Premium

Acompanhe os quatro primeiros dias e depois mantenha a proporção de cultivo indicada pela loja Kefir do Rio de Janeiro.



Seu mapa de cultivo

- Ativação em 4 dias
- Use leite pasteurizado
- 23°C–30°C na ativação
- 1 colher de grãos : 1 litro de leite : 24h

Antes de começar



Bancada

- Pote de vidro limpo
- Peneira fina e colher limpa
- Leite pasteurizado ou UHT

Cuidados

- Sachê fechado em temperatura ambiente; confira a validade.
- Mantenha entre 23°C e 30°C durante a ativação.

Manual oficial da loja Kefir do Rio de Janeiro para o Kefir de Leite Premium. Use leite pasteurizado ou UHT e respeite os ciclos de ativação.

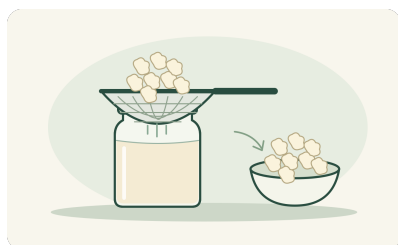
Passo a passo ilustrado



Dia 1 • Primeiro ciclo

1. 200 ml de leite pasteurizado
2. Adicione os grãos desidratados e cubra com papel-toalha preso por elástico
3. Aguarde 24 horas em ambiente entre 23°C e 30°C

ATENÇÃO: Coe e descarte o leite do primeiro ciclo conforme o manual oficial.

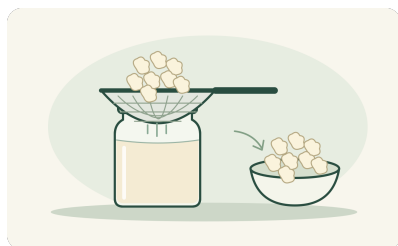


Dia 2 • Segundo ciclo

1. Transfira os grãos para 300 ml de leite fresco
2. Cubra e aguarde 24 horas no mesmo ambiente

ATENÇÃO: O manual orienta descartar também o leite do segundo ciclo.

Continue o cultivo



Dia 3 • Terceiro ciclo

1. Transfira os grãos para outros 300 ml de leite
2. Cubra e aguarde mais 24 horas
3. Coe ao final do ciclo

ATENÇÃO: A loja Kefir do Rio de Janeiro informa que a partir do terceiro dia o leite fermentado pode ser consumido.



Dia 4 • Cultivo contínuo

1. Use 1 litro de leite para 1 colher de sopa de grãos
2. Fermente por 24 horas
3. Coe e reinicie com leite fresco

ATENÇÃO: Esta é a proporção contínua publicada pela loja Kefir do Rio de Janeiro.



Medidas e referências

Confira a fase de ativação ou de cultivo contínuo antes de preparar a mistura.

Fase	Leite	Tempo	Destino
Dia 1	200 ml	24h	Descartar
Dia 2	300 ml	24h	Descartar
Dia 3	300 ml	24h	Pode consumir
Contínuo	1 L : 1 c. sopa de grãos	24h	Coar e reiniciar

Confira a instrução da embalagem se houver uma orientação diferente.

Dúvidas do cultivo

Qual leite usar?

Prefira leite pasteurizado ou UHT. Leite cru contaminado pode causar doenças alimentares. A pasteurização reduz esse risco.

Posso usar leite vegetal?

O manual não recomenda leite vegetal para esta cultura. Consulte a instrução do sachê para outras opções.

Qual temperatura?

Na ativação, o manual informa 23°C a 30°C e trocas a cada 24 horas.

Como guardar a bebida?

A loja Kefir do Rio de Janeiro orienta refrigerar e consumir o leite fermentado em até 10 dias.

Como faço uma pausa?

O manual descreve congelar os grãos por até 3 meses, mas confirme com a loja Kefir do Rio de Janeiro antes de guardar uma cultura importante.

Quando posso consumir?

O manual da loja Kefir do Rio de Janeiro orienta descartar os leites dos dois primeiros ciclos. A partir do terceiro dia, o leite fermentado pode ser consumido; mantenha as trocas e condições indicadas e não consuma um lote com sinais de deterioração.