

# Kéfir

Boisson pour 1 litre

Préparation 10mn – difficulté facile

Fermentation 24 à 36 heures environ

- **Ingrédients**

- 1 litre d'eau
- 3 ou 4 cuillerées à café de sucre fin (selon les goûts)
- ½ citron non traité
- 1 figue sèche
- 5 cuillerées à café de graines de kéfir



## Préparation

Mettez les grains de kéfir dans un bocal et versez l'eau. Ajoutez le sucre, la figue et le demi citron coupé en deux. Couvrez avec le couvercle du bocal sans le fermer et l'élastique.

Laissez fermenter 24 à 36 heures environ jusqu'à ce que la figue remonte à la surface.

Quand la figue est bien remontée à la surface, retirez-la. Pressez le citron pour recueillir tout le jus.

Filtrez avec une passoire (**en plastique ou en inox**) dans une bouteille fermant hermétiquement.

La boisson est prête à être consommée, si vous la voulez plus pétillante, attendez. Plus vous attendez et plus le kéfir deviendra pétillant.

<http://www.vasvoir.fr>