



Suspensia na prípravu nápoja

Návod na použitie

Pred použitím umiestnite kontajner na niekoľko hodín mimo chladničku, aby sa zohrial na bežnú teplotu okolia. Zohriatie kontajnera môžete urýchliť ponorením do pohára s teplou vodou 10 minút. Zohriatie je dôležité pre uľahčenie roztvorenia sedimentu.

Dôležité! Obsah kontajnera po zohriatí **pred použitím dôkladne intenzívne pretrepte počas 3 minút**, aby sa rozmiešal vzniknutý sediment. Po dôkladnom pretrepaní **nesmie zostať usadenina** na dne alebo na stenách kontajnera.

Pretrepaný obsah kontajnera vylejte do nádoby s 1 litrom pasterizovaného plnotučného mlieka vopred zohriateho na 40 - 45 stupňov. Nádoba po priložení ruky nesmie páliť. Po pridaní do mlieka zmes dôkladne rozmixujte ponorným mixérom tak aby nezostali na hladine plávať olejové škvryny. Následne zohriatu a rozmixovanú zmes mlieka a prípravku prelejte do jogurtovača.

Na fermentáciu použite jogurtovač Ariete Jogurella 621 s jednou nádobou pre možnosť mixovania po ukončení fermentácie, použite najväčšiu nádobu.

Zmes nechajte fermentovať 24 hodín. Potom opätovne premixujte ponorným mixérom.

Pripravený nápoj uložte do chladničky. Spotrebujte do 7 dní. Odmeranú dennú dávku 200 ml možno podľa potreby pred užitím zriediť vodou.

V prípade že nemáte jogurtovač, nápoj môžete fermentovať aj v bežnej nádobe po zohriatí a udržaní fermentačnej teploty 40 stupňov počas 24 hodín. V takomto prípade nie je zaručený správny priebeh fermentácie pre možné odchýlky od predpísanej teploty.

Odporúčané dávkovanie nápoja

200 ml fermentovaného nápoja užívajte jedenkrát denne, ráno, nalačno. V prípade potreby zapíť vodou. Užívanie prebieha v 7 dňových cykloch pozostávajúcich z 5 dní 1 x 200 ml a 2 dní prestávky. Týždenné cykly sa opakujú podľa potreby. Odporúčaná minimálna dĺžka užívania je 8 cyklov (8 týždňov).