

# FERMENTATION LID

urbalive  
by plastia

Gärkappe / Fermentační víčko / Tapa de fermentación /  
Couvercle de fermentation



user guide / Benutzerhandbuch / uživatelská příručka /  
manual de usuario / manuel de l'Utilisateur



The ivory variant contains a dye derived from coffee grounds. Intelligent processing, so-called „cascade recycling”, also makes it into a dye for plastics, the so-called masterbatch. Thus, we utilize natural, circular colors.



Tento produkt obsahuje barvivo pocházející z kávové sedliny. Ta se díky chytrému zpracování tzv. „kaskádové recyklaci” stává i barvou pro plasty, tzv. masterbatch. Tím dochází k využití přírodních, cirkulárních barev.



# Content

# Inhalt

# Obsah

# Contento

# Contenu

English	4
Deutsch	7
Česky	10
Español	14
French	17





## Co je to fermentace:

Fermentace neboli kvašení je proces, při kterém se organické látky ve výchozí surovině přeměňují na látky jednodušší, a to působením činnosti mikroorganismů. Fermentace účinně konzervuje, prodlužuje trvanlivost potravin a zlepšuje stravitelnost některých složek potravy. Fermentované produkty jsou pro naše tělo přirozeným zdrojem prospěšných probiotik.

### Fermentační víčko:

Je vhodné pro přípravu domácích kvašených pokrmů. Mezi potraviny vhodné k fermentování patří různé druhy zeleniny, mléčné výrobky (kefir, jogurt) nebo chlebový kvásek. Víčko má speciální ventil, který při procesu kvašení uvolňuje CO<sub>2</sub> ze sklenice a zároveň zabráňuje propouštění vzduchu dovnitř. Součástí produktu je i pružná přítlačná vložka, která po celou dobu fermentování udržuje zeleninu pod hladinou nálevu.

### Postup:

1. Zeleninu nakrájejte nebo nastrouhejte, ochuťte a vložte do sklenice.
2. Zeleninu utlačte 2 cm pod okraj sklenice.
3. Dolejte vodu tak, aby hladina byla mírně nad zeleninou.
4. Zeleninu přiklopte větším listem nebo plátkem zeleniny.
5. Položte přítlačnou vložku na suroviny tak, aby se zarážky opířely o vrchní zaoblení sklenice.
6. Uzavřete sklenici fermentačním víčkem.
7. Nechte zeleninu fermentovat několik dní. Po ukončení procesu kvašení uchovávejte sklenici s fermentovaným obsahem v lednici.

**Tip: Při fermentaci dbejte na hygienu rukou a čistotu všech používaných pomůcek.**

**Při procesu kvašení může docházet k úniku tekutiny, v tom případě umístěte pod sklenici talířek.**

### Výhody:

Víčko disponuje žebrovaním na vrchní straně, takže umožňuje uvolňování oxidu uhličitého i při stohování sklenic na sebe, čímž pomáhá zachovat správný proces fermentace. Vodorovnou plošku lze využít k popsání obsahu či zaznamenání data založení fermentace (**při popisu používejte smazatelný fix**).

**Vhodné pro sklenice o objemu:** 370 ml, 420 ml, 520 ml, 720 ml, 770 ml, 900 ml.

## Co znamená, že produkt byl vyroben: s příměsí kávové sedliny?

Výsledná podoba produktu vznikla smícháním originálního materiálu a příměsí kávové sedliny (5 %), která má na svědomí vizuální zrnitost a jemné probarvení.

### Údržba a čištění:

Všechny díly vymyjte teplou vodou s kapkou mycího prostředku, důkladně vypláchněte a osušte. Fermentační víčko je možné myt také v myčce na nádobí do teploty 50 °C.

### Materiál:

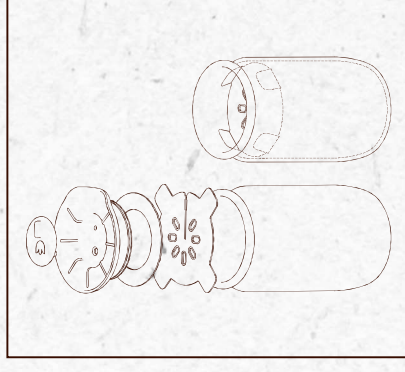
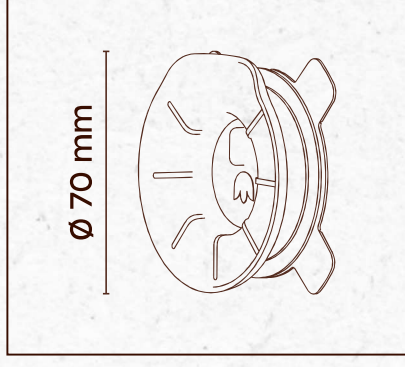
Produkt je vyroben z BPA FREE materiálu vhodného pro styk s potravinami.

### Likvidace:

Všechny komponenty výrobku předejte k ekologické likvidaci. Likvidace musí být provedena v souladu se zákonem.

### Záruka:

Na výrobek je poskytována záruka po dobu 24 měsíců od data prodeje. Záruka platí pouze v oprávněných záručních případech, a to při materiálových nebo výrobních vadách. Záruka platí pouze tehdy, je-li výrobek používán podle návodu k obsluze.





## FERMENTOVANÉ ŘEDKVIČKY V UMEOCTU

### Ingredience:

- Ředkvičky
- Převařená voda pokojové teploty

### • Ume ocet

- (poměr 1 díl octa na 4 díly vody)
- koření (kmin) - volitelné

### Postup:

1. Vodu smíchejte s Ume octem v požadovaném poměru.
2. Ředkvičky omyjte a nechte okapat. Napiňte jimi sklenici až cca 2 cm pod ohyb sklenice a napěchujte.
3. Ředkvičky zalijte připraveným nálevem a položte přitlačnou vložku. Sklenici uzavřete fermentačním víčkem. Nechte kvasit při pokojové teplotě alespoň 3-7 dní (bez přímého slunce).
4. Postupně při procesu kvašení, ředkvičky ochutnávávejte. Pro ostřejší chuť můžete nechat kvasit dále, nebo naopak sklenici umístit do lednice pro okamžitě zastavení kvašení.

### Tipy:

- Množství nálevu lze upravit dle velikosti sklenice a poměru ředkviček.
- Ředkvičky můžete krájet na plátky, čtvrtky, nebo nechat vcelku. Menší kousky kvasí rychleji.
- Zkuste experimentovat s jinou zeleninou dle sezóny (ředkev, brokolice, kvěťák).
- Pro pikantnější chuť přidejte do nálevu kmin.
- Vzniklý fermentační nálev lze využít k dochucení polévek, salátů a omáček.
- Do již hotového produktu sahejte čistým náčiním, zabráníte tím znečištění a plesnivění.

## KIMCHI

### Ingredience pro velkou sklenici:

- hlávka pekingského zelí
- svazek jarní cibulky
- bílá ředkev
- velká mrkev

### Na pastu:

- 1 lžička soli
- 1 lžička drceného chilli (nebo mletého)
- 4 stroužky česneku
- 40 g čerstvého strouhaného zázvoru
- 2 lžičce třtinového cukru

- 2 litry vody převařené vody pokojové teploty
- 2 lžičce soli

- 4 lžičce rybí omáčky (pro vegetariánskou nebo veganskou verzi použijte sójovou omáčku Tamari, taktéž tato varianta je vhodná pro ty, kteří rybí omáčky neholdují)

### Postup:

1. Odstraňte ze zelí ovadlé listy a nakrájejte ho na větší kousky. V míse smíchejte vodu a sůl a naložte do ní nakrájené zelí, zatížejte talířem, aby zelí bylo ponořené a nechte nálev na zelí působit po dobu alespoň 2 hodin.

2. Mezitím si tuhé ingredience na pastu nastrouhejte na jemném struhadle, nebo tyčovým mixérem rozmixujte do hladka a smíchejte s ostatními.

3. Ředkev, mrkev a jarní cibulku nakrájejte na tenké plátky.

4. Nyní sceďte naložené zelí. Pokud zelí bude slanější, než jste si přáli, propláchněte vodou do Vámi zvolené chuti. Nyní zelí důkladně promíchejte s nakrájenou zeleninou a pikantní pastou.

5. Směs vložte do sklenice a upěchujte (2-3 cm pod okraj). Zeleninu zakryjte větším kusem zelí, usadte přitlačnou vložku, uzavřete fermentačním víčkem a nechte kvasit alespoň 3 dny při pokojové teplotě, ale mimo přímé slunce. Poté Kimchi uzavřete běžným uzavěrem a uchovávejte v lednici. Takto uchované Kimchi vydrží až 4 týdny.

### Tipy:

- Pro pikantnější Kimchi přidejte do pasty více chilli.
- Místo rybí omáčky můžete použít sójovou omáčku Tamari.
- Kimchi můžete ochutit i dalšími ingrediencemi, jako jsou, sezamová semínka nebo chilli vločky.
- Do již hotového produktu sahejte čistým náčiním, zabráníte tím znečištění a plesnivění.
- Na 1 kg zeleniny použijte cca 20 g soli

## MLÉČNÝ TIBI KEFÍR

**MLéčný kefir podporí Vaši imunitu a dodá tak tělu řadu prospěšných látek. Konzumace může prospět lidem, kteří mají problémy s hustotou kostí nebo přímo s výrobky, které obsahují laktózu.**

### Postup:

1. Napiňte sklenici mlékem cca 2 cm pod okraj, přimíchejte s 1 kávovou lžičkou kefirových zrn a uzavřete fermentačním víčkem.
2. Nechte fermentovat při pokojové teplotě cca 22 °C mimo přímé slunce, a po dobu alespoň 24 hodin. Doba fermentace ovlivňuje výslednou hustotu a kyselost kefiru – čím delší doba, tím hustší složení a kyselejší chuť.
3. Hotový kefir sceďte přes jemné plastové sítko do uzavíratelné sklenice na mléko a uložte do lednice.
4. Vychutnejte si lahodný a zdravý kefir!

### Tipy:

- Experimentujte s délkou fermentace a objevte chuť, která vám bude nejvíce vyhovovat.
- Kefír si vyzkoušejte dochutit ale svých chutí (domácím džemem, čerstvým nebo lyofilizovaným rozmixovaným ovocem atd.)
- Kefír můžete vyzkoušet k dochucování jogurtů, na pomazánky, do kaší atd.
- Kefír skladujte v lednici a spotřebujte do týdne.

**MNOŽSTVÍ SUROVIN JE TŘEBA VŽDY UZPŮSOBIT OBJEMU SKLENICE.**

**PŘI PROCESU KVAŠENÍ DOCHÁZÍ K ÚNIKU KAPALINY PŘES FERMENTAČNÍ VÍČKO. JE Tedy Vhodné Použít Pro Sklenici Talířek Či Tacek Pro Odkařování Tekutiny.**