

# Kombucha Teepilz



## Kombucha Teepilz

ist auch unter folgenden Namen bekannt:

Cembuya orientalis; Fungus japonicus; Teepilz; Chinesischer, japanischer, indischer Teepilz; Heldenpilz; Zauberpilz; Wunderpilz; Teekwasspilz; Chamboucho; Wolgaqualle; Gichtqualle; Olinka; Brinum-Ssene; Mo-Gû; Fungojapon; Hongo

Kombucha Teepilz dient zur Gewinnung des charakteristischen Getränkes. Obwohl Kombucha gemeinhin als „Pilz“ bezeichnet wird, ist es eigentlich keiner. Es handelt sich dabei um ein gelatinöses, zähes Geflecht aus einer Lebensgemeinschaft von Hefezellen mit Bakterien. Der Pilz lebt in einer Nährlösung aus Tee und Zucker und vermehrt sich durch Sprossung, wobei er sich zunächst an der gesamten Oberfläche ausbreitet und dann verdickt. Durch seine Aktivität verarbeitet der Pilz die Nährlösung und erzeugt dabei Stoffwechselprodukte, die in das Getränk übergehen. Zu den wichtigsten Inhaltsstoffen des Getränks gehören die Glucuronsäure, Milchsäure, Pichia fermentans, Glucose, Essigsäure, Apfelsäure, Zitronensäure, Ascorbinsäure und ca. 0,1% Alkohol. Die Glucuronsäure spielt bei Entgiftungsreaktionen des Körpers eine Bedeutung. Die zahlreichen Säuren, die beim Gärungsprozess entstehen, fördern den Aufbau der Darmflora. Kombucha verbessert entscheidend Verdauungsprobleme und Stoffwechselstörungen. Da Kombucha Teepilz ein lebender Organismus ist, hat das durch den Pilz erzeugte Getränk nicht immer dieselbe Zusammensetzung und denselben Geschmack



### **Pilzgewinnung:**

Der Pilz wird meist in einem gesüßten Aufguss von diversen Tees (zB. Schwarztee, Erdbeerblätter-, Lindenblüten-, Früchtetee – nur Tees verwenden, die keine ätherischen Öle oder Aromen enthalten!) bei Zimmertemperatur unter Luftzutritt gezüchtet. Der Pilz braucht zum Gedeihen vor allem frische Luft, Wärme und Ruhe. Die Herstellung des Getränkes mit Hilfe des Pilzes dauert einige Tage.

### **Gewinnung des Getränks:**

Grundrezept: 1 lt Wasser, 1 Teelöffel (5-10g) Tee, 100-123 g Zucker, 250 ml Pilzflüssigkeit (=Flüssigkeit im Glas beim gekauften Pilz), Verbandmull, ca. 2 lt fassendes Glas.

Das Wasser wird mit dem Tee und dem Zucker bis zum Kochen erhitzt, bei der ersten Blasenbildung von der Kochplatte genommen und anschließend abgeseiht. Diese auf Handwärme abgekühlte Flüssigkeit gießt man in ein ca. 2 lt fassendes gut gereinigtes Glas, fügt die Pilzflüssigkeit hinzu und legt den Kombucha - Teepilz vorsichtig obenauf. Das Glas wird mit einer Mullschicht (Schutz gegen Staub und Insekten) bedeckt, der Mull mit einem Gummiband befestigt und anschließend an einen ruhigen, warmen und hellen Ort gestellt.



Vertrieb Österreich:

**GALL PHARMA** GmbH

Grünhüblgasse 25, A-8750 Judenburg, Tel: 03572 - 86996 Fax: 03572 – 869969

Informationen für österreichische Konsumenten: e-mail: [gallpharma@gall.co.at](mailto:gallpharma@gall.co.at) - [www.gall.co.at](http://www.gall.co.at)

Seite 1 von 1

Infoversion 0001

Stand: Juli 2009