

# Instrucciones Para Hacer Agua de Tíbicos



# Instrucciones para hacer agua de tíbicos

## Necesitas:

- Agua (recomiendo agua de garrafón ya que la de la llave contiene cloro)
- Unos granos de tíbicos 30 a 50 g
- Azúcar ( de preferencia piloncillo o azúcar mascabado)
- Un recipiente (de preferencia de vidrio) con tapa para fermentar el agua con azúcar
- Un recipiente para colar la agua
- Una coladera de plástico

## Preparación:

1) Primero hay que colar los tíbicos que conseguiste en una coladera de plástico.



2) Una vez que colaste tus tíbicos los colocas en el recipiente de vidrio y añades 1 litro de agua y un trozo de piloncillo o 3 a 4 cucharadas soperas de azúcar.

3) Cubre el vaso con una tapa para evitar que entren los mosquitos de la fruta y también evita que le de la luz directa.

4) Dejas los tíbicos de 24 a 48 horas en el agua a temperatura de medio ambiente.

5) Cuando tus tíbicos están activos podrás observar que suben y bajan en el vaso.

Prueba tu agua después de 24 horas y notarás que esta se volvió ligeramente ácida.. Cuando tenga el sabor que más te agrada, cuele nuevamente los tíbicos con una coladera. Si te comes uno que otro no pasa nada malo, a lo contrario!

Toma los granos de la coladera y colócalos nuevamente en el recipiente limpio. Añade agua y azúcar y así inicia nuevamente el ciclo.

**Tips:**

- Hay que trabajar limpio para evitar la contaminación de tus granos.
- Lava bien tus manos y tus recipientes. Enjuágalos bien!
- Dependiendo de la calidad de tu agua, la cantidad de granos y la temperatura estos datos pueden variar. No tengas miedo de experimentar!

**Algunas reglas prácticas:**

- Entre más granos de túbicos añadas al agua, más rápido se fermentará.
- La acidez del agua te indica el grado de fermentación.
- Entre más fermentada, más ácida el agua.
- El rango de temperatura aceptable es entre 10 y 35 Grados centígrados.
- Entre más alta la temperatura, más rápida la fermentación.
- Las temperaturas bajas promueven a las levaduras y por ende la producción de dióxido de carbono y ethanol.
- Las temperaturas altas promueven las bacterias lácticas.
- Cuando alimentas tus granos de túbicos con azúcar adecuadamente, crecen y se forman nuevos bulbos de túbicos. De por vida! Disfrútalos!
- Los túbicos de agua se reproducen más rápido que los búlgaros de leche.

Consulta tu médico.

*Probioticos.mx*