Hidromiel de Jamaica con canela



Tiempo de preparación: 15 Min

Ingredientes

Ingredientes el suero de yogur

Yogur natural sin azúcar: 1 Kilo
Bolsa de plástico: 1 Unidad
Manta de cielo:

Ingredientes para la primera fermentación

Agua: 4 Litros
Flor de Jamaica: 400 Gramos
Miel de abeja: 350 Gramos

Ingredientes para segunda fermentación

Agua: 400 Mililitros
Miel: 40 Gramos
Canela: 2 Ramas

Preparación de la Receta

Para obtener el suero de yogur

- Coloca el *yogur* en un colador fino cubierto con manta de cielo y pon el colador dentro de un embudo sobre una botella de vidrio para que escurra el suero
- Cubre el embudo con bolsa de plástico y deja colar en el refrigerador, durante 12 a 24 horas, para obtener el suero
- Vas a requerir ¼ de taza de suero por litro de agua
- Vas a utilizar el suero que escurre para esta receta, pero en la manta de cielo queda un delicioso y espeso *yogur* griego que puedes utilizar para preparar varias recetas.

Para hacer la primera fermentación

- Coloca el agua al fuego con la Jamaica hasta que suelte el hervor
- Tapa la olla, apaga el fuego y deja reposar de 4 a 8 horas
- Cuela
- Con la jamaica que queda en el colador, puedes preparar algunos platillos.
- Coloca el agua de jamaica en un recipiente de cerámica con tapa
- Endulza con miel de abeja, agrega una taza de suero de *yogur* recién extraído, mezcla bien con una cuchara y deja fermentar a temperatura ambiente (entre 18°C y 26°C), lejos de la luz del sol
- El tiempo de *fermentación* puede variar entre 3 y 7 días.

Para saber cuándo está lista

- Agita 2 veces por día con una cuchara y observa, al principio no habrá burbujas, después habrá algunas
- Cuando veas un pico de burbujas y en la siguiente agitada veas que disminuyeron, es momento de pasar a la segunda *fermentación*, dentro de las botellas, como describo en seguida
- A partir de este momento puedes tomarla o envasar en botellas resellables y conservar en refrigeración
- Puedes optar por una hidromiel más carbonatada, para ello deberás hacer una segunda *fermentación* como escribo a continuación.

Para la segunda fermentación

- Pon una olla al fuego con el agua y la canela
- Calienta hasta que suelte el hervor
- Tapa, apaga el fuego y deja reposar un par de horas
- Cuela.

Para envasar las bebidas

- Mezcla la infusión de la segunda *fermentación* con la miel y con la Jamaica de la primera *fermentación*
- Usa un embudo para envasar la mezcla en botellas de cuello largo que tengan tapa resellable.
- Deja fermentar a temperatura ambiente (entre 18 y 26°C) lejos de la luz del sol durante la mitad del tiempo que tardó la primera *fermentación* y después conserva en refrigeración
- Toma en cuenta que la producción de burbujas y la producción de acidez, se hacen más lentas en el refrigerador y continúan con fuerza mientras dejamos a temperatura ambiente
- Existe el riesgo de sobre fermentar y que exploten las botellas.
- Es recomendable abrir una botella de “testigo” antes de refrigerar
- Si le falta gas, puedes dejar las demás botellas un par de días más a temperatura ambiente
- Si está muy gasificada, refrigera inmediatamente y ten cuidado al abrirlas después.

Si llega a quedar muy fermentada, es decir muy ácida, no te preocupes, utiliza como sustituto de vinagre en una vinagreta o reduce sobre la estufa y agrega más azúcar para obtener un jarabe para tus hot cakes.

- **Ciencia** Las levaduras presentes en la miel y los lactobacilos presentes en el suero de *yogur* fermentan la solución de Jamaica y en el proceso producen burbujas de CO2 (bióxido de carbono)
- Esto ayuda a “carbonatar” la bebida, de forma natural, durante la segunda *fermentación* ya con el tapón sellado
- Es casi magia para los niños.
- Recuerda que puedes variar los sabores de tu bebida por los de tu preferencia
- Sonia Ortiz
- 50%">

Tiempo de reposo

- 3 a 7 días
- 50%">

Tiempo de conservación

- 3 meses en refrigeración, después utilizar como *vinagre*

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/hidromiel-de-jamaica-con-canela