KOJI HERSTELLUNG ZU HAUSE, SO WIRD´S GEMACHT:

500 G REIS ODER BUCHWEIZEN

1,5 G KOJISTARTER (1 TL)

Koji selbst herzustellen ist relativ einfach möglich. Dafür werden Koji-Sporen sowie ein Getreide-Substrat wie Buchweizen oder Reis benötigt. Für 500 g Reis/Buchweizen sind ca. 1,5 g Koji-Sporen ausreichend. Einzige Herausforderung ist die Gewährleistung eines konstanten Mikroklimas aus Temperatur und Luftfeuchtigkeit. Dafür eignen sich professionelle Warmhaltegeräte oder günstige Gärautomaten oder wie unten beschrieben die Variante mit dem Backofen.

1. Reis wässern und dämpfen:

Zunächst wird der Reis gewaschen. Danach wird der Reis ca. 6 - 12 h gewässert. Dabei nimmt er ca. 30% an Gewicht zu. Er sollte zu hart zum essen sein, sich aber zwischen den Fingern zerreiben lassen, sodass man seinen weißen Stärkekern sieht. Danach kommt er in einen Sieb, um in zwei bis vier Stunden vollständig abzutropfen, bis er völlig trocken ist. In einem Dampfgarer wird der Reis ca. 20 min gedämpft, bis er weich ist. Danach muss dieser – am besten in einem mit einem feuchten Tuch ausgelegten Lochblech – auf 30 °C abkühlen. Dabei immer wieder mit den Händen zerkleinern, so dass keine großen Klumpen entstehen können. Für 500g Reis ist eine Tupperware (Schale) mit dem Volumen von 3 Litern genau passend. Die Tupperware und der Löffel zum Umrühren sollten erst gut desinfiziert werden, das Tuch zum auskleiden muss frisch gewaschen sein (aber mit parfümfreien Waschmittel), mit Dampf keimfrei gemacht und ausgewrungen sein.

2. Impfen:

Den Reis mit den Sporen impfen. Sobald der Reis die 30°C erreicht hat, die HeldenPilz Koji Sporen(1,5g) gleichmäßig über das Substrat geben und mit einem Löffel sorgfältig 1-2 Minuten vermischen. Gutes Durchmischen ist Voraussetzung für eine gleichmäßige Fermentation. Nun braucht das Substrat ein geeignetes Mikroklima: der Koji wächst am besten bei einer Temperatur von **30 °C** und einer Luftfeuchtigkeit von 70 -75 %.
{Du kannst auch die Koji Sporen mit sterilisiertem Mehl (in der Pfanne erhitzt bis es leicht braun wird) vermischen -> auf 30 g Mehl 3g Koji Sporen. Von dem Gemisch kannst du dann ca. 5g an den Reis geben.}

3. Inkubator

Den beimpften Reis mit einem feuchten Tuch abdecken und mit Frischhaltefolie umwickeln aber so das noch ein geringer Sauerstoffaustausch stattfinden kann. Den Koji in eine Wärmebox (Inkubator) bei 30°C geben. Beim Inkubator sollte man erfinderisch sein und improvisieren. Ein genaues Thermometer ist aber unabdinglich. Als Inkubator bietet sich ein Backofen mit angemachter Ofenbeleuchtung an. Die Ofenbeleuchtung gibt genug Wärme ab und hält eine konstante Temperatur.

HeldenPilz – Koji Kin Rezept

4. Fermentation

Nach 24 Stunden im Inkubator den Reis durchmischen und drei Rillen in das Tablett einziehen und wieder wie oben beschrieben mit einem feuchten Tuch und Folie abdecken. Es sollte eine gewisse Wachstumsaktivität sichtbar sein. Die enzymatische Aktivität setzt Wärme frei, was dazu führen kann, dass der Koji überhitzt und die Schimmelpilze sterben. Das passiert ab 42°C, eine Temperatur, die leicht erreicht wird. Durch das Einziehen der Rillen ist die Hitzeverteilung gleichmäßiger und die Gefahr einer Überhitzung reduziert.

Nun lässt man den Koji **nochmals 24 Stunden im Inkubator** wachsen. Nach Ablauf dieser zweiten Phase sollte das Substrat mit einem durchgängigen weißen Flaum bedeckt sein. Nach durchschnittlich 48 Stunden hat der Pilz hat die Reiskörner völlig durchdrungen und sollte frisch und duftig riechen. Wenn die Körner außen flauschig aussehen, ist das Koji auf jeden Fall fertig und das Korn vollends vom Myzel durchdrungen. Läuft der Prozess weiter, verändert sich die Farbe ins grünliche. Das ist nicht schädlich, bringt aber auch keinen geschmacklichen Mehrwert. Der Koji kann jetzt auf einem Backblech zum trocknen für ca. 24h ausgebreitet werden.

Verwendung/Haltbarkeit und Aufbewahrung:

Der Koji Reis ist im Kühlschrank für gut zwei bis drei Wochen im Gemüsefach haltbar, vakuumiert kann er bis zu drei Monate tiefgefroren werden. Für beste Ergebnisse sollte er frisch weiter verarbeitet werden. Ab diesem Zeitpunkt stehen einem die Türen der Fermentation weit offen. Ob Shio Koji, Shoyu Koji, Amazake, Mirin oder Miso: Der Umami Booster hebt alles auf ein neues Level.

EXKURS KOJI GEMISCH:

Unsere Koji Sporen sind hochkonzentriert, daher empfiehlt es sich diese zu mischen um sie besser dosieren zu können. Du kannst Sie mit jeder Art von Stärke mischen, oder wie in unsere Anleitung mit geröstetem Mehl. Das rösten ist wichtig um das Mehl zu sterilisieren. Stärke braucht nicht sterilisiert werden.
Wir empfehlen 30g Stärke mit ca. 3g Koji Sporen zu vermischen. So kannst du einfacher den Reis beimpfen.

Unserer Empfehlung:

- für 500g gedämpften Reis 3g der Mischung
- für 1 kg gedämpften Reis 6g der Mischung
- etc. ...

Lagerung:

Die Mischung kannst du am besten trocken und dunkel lagern. Wir empfehlen immer am besten im Kühlschrank. Sollten deine Sporen mal das Haltbarkeitsdatum überschreiten, mach dir keine Sorgen, sie werden nicht schlecht. Sie haben schließlich Jahrhunderte überlebt um letztendlich bei dir anzukommen☺. Es kann passieren da sie etwas an Vitalität verlieren, daher empfehlen wir sicherheitshalber etwas mehr zu nehmen.

Viel Erfolg und viel Spaß beim Erzeugen von Koji!
Ich hoffe dein Koji gelingt dir und ich wünsche dir Viel Spaß damit ☺
Wenn ich dir mit dieser Anleitung helfen konnte, wäre es super wenn du etwas für uns tun kannst. ☺

Es wäre toll, wenn Du uns eine ehrliche Rezension zu unserem Produkt hinterlassen könntest, das hilft uns als kleinem Unternehmen sehr, sehr weiter.
Vielen Dank und lass es dir schmecken.

HeldenPilz
Service: Mobil und WhatsApp über +49 (0) 173 6251442

Shio Koji

Das universelle japanische Gewürz zum Marinieren und fermentieren

Zutaten:

EQUIPMENT Standmixer ***ZUTATEN*** • 100 g Reis-Koji • 30 g Salz	Vorbereitungszeit: 10 min Wartezeit: 7 Tage Portionen: 30 Portionen Kalorien: 27 kcal

1. Koji und Salz in eine Schüssel geben und mit den Händen so lange verreiben, bis der Reis Koji in einzelne Körner zerfallen ist.

2. Die Mischung in ein Glas mit Schraubverschluss geben.

3. Mit gefiltertem (chlorfreiem) Wasser auffüllen, bis der Reis ca. 2 cm hoch bedeckt ist.

4. Glas verschließen und den Reis-Koji für 1 Woche fermentieren lassen. Während dieser Zeit das Glas täglich öffnen, probieren und den Reis umrühren. Täglich probieren. Wenn der Salzgeschmack milder ist und es würzig und lieblich (manche sagen auch "funky") duftet, Ist der Shio-Koji fertig.

5. Um ihn einfacher verwenden und dosieren zu können, wird er noch fein püriert.

6. Fülle den Shio Koji in ein steriles Glas und lagere ihn im Kühlschrank. Er hält sich gekühlt bis zu 10-12 Monate.

Amazake selber machen – Fermentieren mit Reis Koji

Amazake, ein traditionelles, japanisches, süßes Getränk aus fermentiertem Reis mit Reis-Koji.

Zutaten:

EQUIPMENT 2 Schraubgläser oder Mason Gläser á 500 ml ***ZUTATEN*** • 60 g Japanischer Rundkornreis • 100 g Reis Koji	Vorbereitungszeit: 5 min Wartezeit: 20 min Fermentieren: 1 Tag

2. Den Reis in ein Sieb geben und unter fließendem Wasser waschen.
3. In einem Topf ca. 500 ml Wasser zum Kochen bringen. Den Reis ins kochende Wasser geben, Topf mit einem Deckel verschließen und den Reis für 15 Min. kochen lassen.
4. Den Reis durch ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
5. Den Reis mit 300 ml Wasser in ein Mason- oder Schraubglas geben und verrühren. Den Reis auf 58 °C abkühlen lassen.
6. Reis Koji zerbröseln und dazu geben.
7. Reis Koji mit Reis und Wasser verrühren und das Glas verschließen.
8. 12 Stunden lang bei 55°C bis 60°C warm halten. Entweder im Backofen bei Umluft auf 50 °C im Sous Vide Wasserbad, in einem Reiskocher oder im Joghurtbereiter. Anschließen in Kühlschrank aufbewahren und innerhalb 1 Woche aufbrauchen.

Miso selber machen – Fermentieren mit Reis-Koji

Für 1 Kilo süßliches, mildes Miso. Salzgehalt 11,3 %.

Zutaten:

EQUIPMENT Keramikbehälter mit Deckel ***ZUTATEN*** • 200 g getrocknete Sojabohnen • 500 g Reis-Koji • 130 g Salz	Vorbereitungszeit: 20 min Zubereitung: 35 min Fermentieren: 180 Tage

Tag 1.)
1. Die Sojabohnen gründlich waschen und in reichlich Wasser für 18 bis 24 Stunden einweichen.

Tag 2.)
1. Die Sojabohnen abgießen, abspülen und in reichlich Wasser in ca. 2 Stunden weich kochen. Die Bohnen sind weich genug, wenn sie sich leicht zwischen Daumen und Zeigefinger zerdrücken lassen. Nicht nur eine Bohne testen! Die Bohnen anschließend durch ein Sieb abtropfen lassen und auf Raumtemperatur abkühlen lassen.
2. In der Zwischenzeit den Behälter für die Misopaste und alle anderen Arbeitsgeräte, die mit der Misopaste in Berührung kommen können sterilisieren.
3. Hände desinfizieren und den Reis-Koji mit dem Salz mischen. Reis-Koji dabei zerbröseln.
4. Die Sojabohnen in der Küchenmaschine oder mit einem Mixstab fein pürieren. Wenn die Masse zu trocken ist, etwas vom Kochwasser der Bohnen dazu geben.
5. Sojabohnenpaste, Reis-Koji und Salz in einer Schüssel gründlich verkneten.
6. Aus der Sojamasse faustgroße Bälle formen. Die Sojabälle in den Keramikbehälter geben, und fest hinein drücken. Am besten mit großer Wucht hineinwerfen um die Luft so gut wie möglich herauszupressen. Wichtig! Es darf keine Luft in der Sojamasse eingeschlossen sein, da sich dort Schimmel bilden kann.
7. Die Oberfläche der Misopaste so glatt wie möglich streichen und mit Salz bestreuen.
8. Behälter verschließen und an einen kühlen, dunklen Ort stellen. Die Misopaste für 6 Monate, bis zu einem Jahr, fermentieren lassen. Behälter regelmäßig kontrollieren. Es sollte zwar nicht passieren aber, falls sich doch Schimmel bildet, die befallene Misopaste großzügig abtragen. Die Behälterwand mit Alkohol reinigen. Die Oberfläche vom Miso mit etwas Alkohol einsprühen. Hierfür ist Wodka gut geeignet. Nach 6 Monaten habe ich die verkrustete Oberfläche abgetragen und das Miso in ein Glas umgefüllt und in den Kühlschrank gestellt. Bewahre es dort auf, bis dein Miso aufgebraucht ist.