default watermark

Atelier lÃ©gumes lacto-fermentÃ©s

Description

19/11/2022 de 09:30 Ã 12:30

Epicerie Ekikrok: Rue du Bon Dieu CauwÃ¨re, 13, 5032 BossiÃ¨re

Info et renseignements

Audrey Deveux â?? info@ekikrok.be 0476/27.14.04.

Inscriptions : https://ekikrok.be/ateliers-dautomne-decouvrez-le-programme/

Connaissez-vous la **lactofermentation** ? La choucroute en est un exemple bien connu mais il existe une panoplie de recettes toutes aussi crÃ©atives les unes que les autres.

default watermark

Ce processus millÃ©naire de conservation des lÃ©gumes prÃ©serve non seulement les nutriments/vitamines, est simple Ã mettre en Å?uvre, mais aussi Ã©conome en Ã©nergie. Venez apprendre les principes et bienfaits de cette mÃ©thode aux avantages santÃ© innombrables !

Au programme :
â?? Tour dâ??horizons des diffÃ©rentes techniques de conservation (sÃ©chage, pasteurisation, vinaigre, alcool, â?¦). Focus sur la lactofermentation.
â?? PrÃ©paration par vos soins de bocaux dâ??aliments lacto-fermentÃ©s (selon deux techniques diffÃ©rentes).

Categorie

1. documents
2. spectacles-expositions
3. SRHGx

Tags

1. atelier
2. lactofermentation
3. lÃ©gumes

date crÃ©Ã©e
16 octobre 2022
Auteur
cblancke