



Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Einführung in das Fermentieren

Vortrag, Gespräch und Einüben

Fr 21.07.2023, 19.00 Uhr

Ort:

Rimbach, Bürgerhaus, Schulstr. 2, 84326 Rattenbach/Rimbach

Die Fermentation spielt eine zentrale Rolle bei der Produktion und Haltbarmachung von Lebensmitteln. Bekannte fermentierte Lebensmittel sind zum Beispiel Sauerkraut, Kimchi, Käse, Joghurt, Tofu, Salami, Kakao, Kaffee, Tabak oder auch Wein. Das Fermentieren ist nicht nur die älteste Haltbarmachung unterschiedlichster Lebensmittel, sondern auch eine der gesündesten Veredelungen davon. Durch diese Form der Haltbarmachung wird die Vielfalt der mikrobiellen Kulturen im Körper gefördert, was wesentlich zur Gesunderhaltung des Darms beiträgt. Ob in unterschiedlich großen Fermentiertöpfen, die am besten im Erdkeller aufbewahrt werden oder in kleineren Gläsern mit Bügelverschluss, die in einem haushaltsüblichen Kühlschrank Platz finden, der Gemüseauswahl und Verfeinerung durch verschiedene Gewürze und Kräuter sind fast keine Grenzen gesetzt. .

Mitveranstalter:

OGV Taufkirchen

Referent:

Dietmar Fiebrandt

Veröffentlichungsdatum: 16.10.2023

Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44
Fax 08671 – 84 671
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de