

Ebenrain Kurse

9.114 Leben im Glas – Einstieg in die Fermentation

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der Fermentation, insbesondere der Fermentation mit Milchsäure, kennen. Gemeinsam bereiten wir Produkte in Salzlake zu, besprechen wichtige Schritte und verkosten fermentierte Lebensmittel.

Ernährung und Kochkurse - Programm Sommer 2026

Inhalt	<p>In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der Fermentation kennen – eine uralte Methode, um Lebensmittel haltbar zu machen, ihre Nährstoffe zu bewahren und ihnen unverwechselbare Aromen zu verleihen. Dabei tauchen wir in die Theorie der Fermentation ein und führen gemeinsam die Fermentation mit Milchsäure durch.</p> <p>Unter Anleitung bereiten wir Produkte in Salzlake oder im eigenen Saft zu und besprechen die wesentlichen Schritte, die für eine erfolgreiche Fermentation notwendig sind. Die Produkte lassen Sie dann zu Hause fertig fermentieren. Sie verkosten zudem eine Auswahl fermentierter Lebensmittel, um die geschmackliche Vielfalt dieser Technik kennenzulernen.</p>
Leitung	Brigitte Zimmermann, Ebenrain-Zentrum für Landwirtschaft, Natur und Ernährung
Referenten	
Kursort	Ebenrain, Gebäude Nr. 5, Kursküche
Datum/Zeit	Donnerstag, 17. September 2026 18.00 - 21.30 Uhr
Anmeldung	bis spätestens 27. August 2026 an: Ebenrain-Zentrum für Landwirtschaft, Natur und Ernährung Ebenrainweg 27, 4450 Sissach T 061 552 21 21 oder Online-Anmeldung an den Ebenrain.
Kosten	Fr. 105.-- inkl. Material und Dokumentation
Bemerkung	