
Fermentieren von Obst und Gemüse für die Direktvermarktung

Gesundheitsfördernde Mikroben wachsen bei bestimmten Temperaturen, Salzgehalten und pH Werten am besten, dazu brauchen sie geeignete Energiequellen und Zeit zum Reifen.

Das Seminar zeigt, wie solche Bedingungen in Gläsern geschaffen werden und dadurch frisches, rohes Gemüse und Obst in aromatische, milchsaure Köstlichkeiten verwandelt werden. Es werden Kombinationen von Gemüsen und Obst mit Gewürzen und Kräutern gezeigt, die sich gegenseitig verstärken und/oder ergänzen (Food-Pairing und Food-Completing). An diesem Kurstag wird die Fermentation von fünf Gläsern mit Gemüse und Obst gestartet und einige fertige Zubereitungen verkostet.

Inhalt:

- Grundlage der Fermentation
- Gesundheitlichen Vorteile für die tägliche Ernährung
- Fermentieren mit Salzlake
- Trockene Fermentation
- Kombinationen von Gemüsen und Obst mit Gewürzen und Kräutern (Food-Pairing und Food-Completing)
- Herstellung von fermentierten Gemüse im Glas
- Verkostung verschiedener, fermentierter Gemüsearten
- Anregungen für Gewürze und Aromenkombination
- Hygiene und Lebensmittelsicherheit
- Etikettierung
- Lagerung

Kurs in Kooperation mit dem Obst- und Gartenbauverein Salzburg

Information

Kursdauer:	8,4 Einheiten
Kursbeitrag:	251,00 € Kursgebühr 128,00 € Kursgebühr gefördert
Fachbereich:	Direktvermarktung, Pflanzenbau
Zielgruppe:	Obstverarbeiter:innen und Bäuerliche Direktvermarkter:innen
Mitzubringen:	2 Schüsseln zum Kraut/Gemüse hineinhobeln ,1 Schneidebrett, 1 Messer, Hobel, Raspel und Kartoffelschäler1 Literflasche zum Herstellen der Salzlake (gut eignen sich Milchflaschen), wenn vorhanden ein paar Weinblätter (zum Abdecken), Schreibmaterial

Verfügbare Termine