

---

## Kombucha und Wasserkefir Workshop

*am 09. März in Wals*

Es sprudelt, es prickelt, schmeckt fantastisch und tut dem Körper gut. Die Rede ist von den probiotischen Gärgetränken Kombucha und Wasserkefir. Diese schon fast vergessenen Kulturen begeistern seit 2020 wieder weltweit. Die vielfältige Verwendung in der Zweitfermentation von Kräutern, Wurzeln, Blüten, Obst und Gemüse macht diese Getränke umso spannender.

Es werden die **Grundlagen für das Brauen von Kombucha** erklärt.

Der Kurs beinhaltet: Was ist eine Erstfermentation und wie funktioniert das Veredeln in der Zweitfermentation? Hierbei spielen vor allem Obst und Gemüse eine wichtige Rolle. In der Zweitfermentation sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Dort kann nach Belieben und Geschmack kombiniert werden.

### Was der Kurs bietet

- Grundlagen der Fermentation
- Skript zum Thema Kombucha und Wasserkefir
- Erstellen einer Zweitfermentation mit Obst, Gemüse, Kräutern, Gewürzen
- Kombucha Tasting
- Austausch und Fragerunde
- Kleiner Kombucha Snack