KEB Katholische Erwachsenenbildung in Stadt und Landkreis Passau e.V.

Die Kunst der Fermentation – Einführung in die Milchsäuregärung von Obst und Gemüse

Sa 25.10.2025, 17.00 Uhr

In diesem kompakten Kurs tauchen wir ein in die faszinierende Welt der Fermentation. Der Schwerpunkt liegt auf der Milchsäuregärung - einer traditionellen Methode, um Obst und Gemüse haltbar zu machen und gleichzeitig gesunde, probiotische Lebensmittel herzustellen.
Wir besprechen:
- Wie die Milchsäuregärung funktioniert
- Welche gesundheitlichen Vorteile fermentierte Lebensmittel bieten
- Welche Fehler man vermeiden sollte
Und natürlich: wie man Schritt für Schritt selbst Fermente ansetzt.
Dazu gibt es bewährte Rezepte, praktische Tipps und genügend Zeit für Fragen.
Bitte mitbringen: Zwei saubere Twist-off-Gläser (je ca. 500-750 ml) zum Befüllen.

Ort
Untergriesbach, Pfarrheim

Mitveranstalter
KDFB

Referentin
Doris Schartner, Hauswirtschafterin

Kosten
5 Euro für Mitglieder / 15 Euro für Nichtmitglieder

Anmeldung
08593/93244

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2025-07-29 08:45:43

Tel. (0851) 393-4501
keb.passau@bistum-passau.de
www.keb-passau.de