

Kurstage für Kurs 261305551 (Fermentieren: Einfach und genial)

Kimchi, Sauerkraut, Kefir oder Sauerteig – die Liste fermentierter Lebensmittel ist lang und vielfältig. Langeweile ist hier ausgeschlossen. Neben geschmacklichen Veränderungen führt der Prozess der Fermentation u. a. zu einer längeren Haltbarkeit der Lebensmittel. Ein weiterer Pluspunkt: Die gesundheitlichen Vorteile fermentierter Lebensmittel. Sie möchten mehr über das Thema Fermentieren erfahren? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. Neben der Vermittlung von Hintergrundinformationen und praktischer Umsetzung, bildet der gesundheitliche Aspekt fermentierter Lebensmittel ein Schwerpunkt dieses Kurses.

Wichtig für Kochkurse

Bitte bringen Sie Schürze, Behältnisse für Kostproben und ein Getränk mit. Die Lebensmittel werden von der Kursleitung eingekauft. Sie rechnet den anteiligen Kostenbeitrag mit den Teilnehmenden direkt im Kurs ab. Wenn Sie absagen, nachdem die Lebensmittel eingekauft worden sind, stellen wir Ihnen Ihren Anteil an den Kosten in Rechnung. Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung mit, ob Sie eine Lebensmittelunverträglichkeit haben oder sich vegetarisch bzw. vegan ernähren. Nur so kann dies ggf. berücksichtigt werden.

Datum	Uhrzeit	Ort
23.03.2026	17:00 - 20:45 Uhr	Offenburg Vhs 201 Kochstudio