Wilde Pflanzen Fermentieren - auf der Alm

Anfang Juli finden wir auf der Alm frische Kräuter, aus denen würzige Fermente hergestellt werden können. Als Basis dienen herkömmliche Gemüsearten, welche mit den Almkräutern eine zusätzliche Aufwertung erfahren. So werden für den Winter zusätzliche Aspekte der Vorratswirtschaft gelernt. Das bekannteste Beispiel dafür stellt das seinerzeit hergestellte Alpenampfer-Sauerkraut dar, welches früher im Alpenraum üblich war. Für unser fröhliches Fermentarium verwenden wir Gläser, essbare Pflanzen, etwas Salz, Wasser, einige Gewürze und kühle Lagerräume. Vor allem gehaltvolle Almpflanzen eröffnen uns ein Tor zu neuen Aromen. Sie steigern die Möglichkeiten der Geschmacksvielfalt und erhöhen die Nutzung natürlicher und gesundheitsfördernder Nahrungsmittel. Neben mitgebrachten Kostproben und einem Sammelrundgang stellen wir uns am Nachmittag in die Hotelküche und dringen in diese archaische Nahrungswelt der "Sauermeister" ein.
Als Goodie und Skriptum gibt es das Buch: "Fermentieren von Wildpflanzen", zum Kurs.

Information

Kursdauer:	8 Einheiten
Kursbeitrag:	60,00 € Teilnahmebeitrag gefördert 120,00 € Teilnahmebeitrag ungefördert Bildungsförderung LE 14-20
Fachbereich:	Natur und Garten
Zielgruppe:	NaturvermittlerInnen, SeminarbäuerInnen, LandwirtInnen mit UaB, KräuterpädagogInnen, SaB,
Mitzubringen:	Schneidbrett und scharfes Küchenmesser (wenn vorhanden auch ein Santokumesser). Küchenreibe oder Küchenhobel zum Reiben des Gemüses. Mehrere größere Schüsseln zum Mischen. Schraubverschluss-Gläser mit Deckel und Bügelgläser sollen jeweilige Größen von 200, 390 oder 500 ml haben und dienen dem Einfüllen des Fermentierguts. Die kleinen Portionsgläser (20 bis 50 ml) sind zum Hinunterdrücken gedacht. Sie sollen durch die Öffnung des größeren Fermentierglases passen und werden beim Verschließen mit den Deckeln nach unten gedrückt. Holzspachteln dienen ebenfalls zum Eindrücken.

Verfügbare Termine