

Komm & koch mit der Bäuerin: Fermentieren - Gemüse haltbar gemacht!

Mit Kreativität, Gemüse, Salz und Zeit kann jeder seine eigenen fermentierten Spezialitäten herstellen. Milchsäueregärung bzw. Fermentation ist ein Verfahren aus Omas Zeiten, das gerade wiederentdeckt wird. Das vergorene Gemüse bietet eine wunderbare Aromen-Vielfalt: Die belebende Säure, die prickelnde Frische und der exquisite Geschmack geben ihm eine besondere Note. Lassen Sie sich inspirieren von der regionalen Geschmacksvielfalt und tauchen Sie ein in die wunderbare Welt des Fermentierens von Gemüse. Viel Freude beim Hobeln, Stampfen und natürlich beim Verkosten von selbstgemachten Köstlichkeiten wie Sauerkraut, Kimchi und Wurzelgemüsemix!

			าล		

Kursdauer:	4 Einheiten	
Kursbeitrag:	34,00 € Teilnahmebeitrag Kochkurs - Die	
	anfallenden Lebensmittelkosten werden beim	
	Kurstag bar einkassiert.	
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung	
Zielgruppe:	Alle, die gerne kochen!	
Mitzubringen:	- Kochschürze (wenn vorhanden)- Die	
	Lebensmittelkosten von ca. 30€ werden vor Ort	
	einkassiert	

Verfügbare Termine

13.01.2026 18:30, Neunkirchen

Ort Neunkirchen Beginn 13.01.2026 18:30 Ende 13.01.2026 22:30 Örtlichkeit BBK Neunkirchen, Triester Straße 14, 2620 Neunkirchen Information Iris Kaghofer, Tel 05 0259 41400, iris.kaghofer@neunkirchen.lk-noe.at Kursnummer 3-0091083 Trainer:in Annette Glatzl Veranstalter LFI Niederösterreich			
Ende 13.01.2026 22:30 Örtlichkeit BBK Neunkirchen, Triester Straße 14, 2620 Neunkirchen Information Iris Kaghofer, Tel 05 0259 41400, iris.kaghofer@neunkirchen.lk-noe.at Kursnummer 3-0091083 Trainer:in Annette Glatzl	Ort	Neunkirchen	
Örtlichkeit BBK Neunkirchen, Triester Straße 14, 2620 Neunkirchen Information Iris Kaghofer, Tel 05 0259 41400, iris.kaghofer@neunkirchen.lk-noe.at Kursnummer 3-0091083 Trainer:in Annette Glatzl	Beginn	13.01.2026 18:30	
Neunkirchen Information Iris Kaghofer, Tel 05 0259 41400, iris.kaghofer@neunkirchen.lk-noe.at Kursnummer 3-0091083 Trainer:in Annette Glatzl	Ende	13.01.2026 22:30	
Information Iris Kaghofer, Tel 05 0259 41400, iris.kaghofer@neunkirchen.lk-noe.at Kursnummer 3-0091083 Trainer:in Annette Glatzl	Örtlichkeit	BBK Neunkirchen, Triester Straße 14, 2620	
iris.kaghofer@neunkirchen.lk-noe.at Kursnummer 3-0091083 Trainer:in Annette Glatzl		Neunkirchen	
Kursnummer 3-0091083 Trainer:in Annette Glatzl	Information	Iris Kaghofer, Tel 05 0259 41400,	
Trainer:in Annette Glatzl		iris.kaghofer@neunkirchen.lk-noe.at	
	Kursnummer	3-0091083	
Veranstalter LFI Niederösterreich	Trainer:in	Annette Glatzl	
	Veranstalter	LFI Niederösterreich	

16.01.2026 09:00, Baden

Ort	Baden
Beginn	16.01.2026 09:00
Ende	16.01.2026 13:00
Örtlichkeit	BBK Baden und Mödling, Pfaffstättner Straße 3,
	2500 Baden
Information	Sabine Fröhlich, Tel 05 0259 40203,
	sabine.froehlich@lk-noe.at
Kursnummer	3-0090966
Trainer:in	Annette Glatzl
Veranstalter	LFI Niederösterreich