Fermentieren von Wildpflanzen

Das bekannteste Beispiel für das Fermentieren stellt Sauerkraut dar. Für diese alte Konservierungsmethode benötigt man lediglich ein Glas, essbare Vegetabilen, etwas Salz und kühle Lagerräume. Die Welt zur Konservierung von Wildpflanzen mit vielen Innovationen für die Küche und Gesundheit zu entdecken, erfordert Mut, Experimentierfreude und Geduld bei der Herstellung. Auch die prickelnden, völlig neuen Aromen der Wildpflanzen-Fermentation steigert die Möglichkeiten der Geschmacksvielfalt. Die Nutzungsmöglichkeiten an Sprossen, Knospen, Blättern, Stängeln, Samen, Früchten und Wurzeln kennen dabei keine Grenzen und sind gut mit Kulturgemüse kombinierbar. Beim Seminar sollen heilsame Wildpflanzen-Fermente in die Gläser und das saure, aromatische Gaumenvergnügen auf die Teller gebracht werden. Ein Seminar für angehende "Sauermeister". Als Goodie und Skriptum gibt es das Buch: "Fermentieren von Wildpflanzen", zum Kurs.

Information

Kursdauer:	8 Einheiten
Kursbeitrag:	65,00 € Teilnahmebeitrag gefördert 130,00 € Teilnahmebeitrag ungefördert Bildungsförderung LE 23-27
Fachbereich:	Natur und Garten
Zielgruppe:	Naturvermittler:innen, Seminarbäuer:innen, Landwirt:innen mit UaB, Kräuterpädagog:innen, SaB,
Mitzubringen:	Mitzunehmen: 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.
Anrechnung:	8 Stunde(n) für Schule am Bauernhof

Verfügbare Termine

© 2026 - lfi.at