



LACTOFERMENTATION

DESCRIPTIF

Lactofermentation, kéfir d'eau, kéfir de lait, kombucha, kimchi, pain au levain,... vous en avez entendu parler? Le point commun : la fermentation!

Un procédé qui revient en force pour ses propriétés bénéfiques pour la santé. Un atelier qui vous fera découvrir une technique de conservation des aliments ancienne mais plus que jamais d'actualité.

Vous découvrirez également un type de boisson fermentée et repartirez avec votre bocal en fermentation.

Un moment convivial en équipe!



INFORMATIONS PRATIQUES

LIEU : INTERIEUR ou DANS LE JARDIN

DUREE : 1h-1h30