



# Je découvre la fermentation en cuisine



Mme HUDELOT Céline (Formatrice et cuisinière indépendante)

## INFORMATIONS

*Ces informations sont susceptibles de modifications. Merci de vous référer au site.*

Lieu : Collège et lycée EREA/LEA  
(Cuisine pédagogique)

Début le samedi 08 février 2025

DURÉE : 03:00

Prix : **41.00 €**

### RENSEIGNEMENTS SUR TARIFS :

Le tarif inclut 9€ pour les ingrédients bio.

### MATERIEL :

2 bocaux en verre avec joint (le parfait, Fido ou weck) de 0,5L + un ou deux anti monte lait en verre + un bocal de 1,5L qui ferme + un bocal à confiture (couvercle à vis).

CODE ACTIVITÉ : 203

## DESCRIPTION

La fermentation est une pratique millénaire de transformation, conservation et amélioration des aliments. Elle est pratiquée partout dans le monde.

Après un apport théorique sur le sujet, nous réaliserons 3 préparations lacto-fermentées : kimchi doux, kéfir, citron confit. Nous préparerons aussi des pickles d'oignons rouges en utilisant la saumure (vinaigre, eau, sucre).

Chacun emportera à la maison les différentes préparations.

## PRÉ REQUIS

## OBJECTIFS

- principes de la fermentation, matériel à utiliser et règles d'hygiène
- réalisation de 3 préparations que les participants emportent.
- utilisation des aliments fermentés en cuisine.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Samedi	08-02-2025	09:00	03:00	00:00

Collège et lycée EREA/LEA (Cuisine pédagogique), Rue de Banas - 26200 MONTEILIMAR