

Fermentations-Workshop mit Christine Syrad (Fermentable)

Wann: Donnerstag, 4. September ab 17 Uhr bis ca. 20 Uhr

Wo: Räumlichkeiten OGG Bern, Gesellschaftsstrasse 22, 3012 Bern

Kostenlos, Anmeldung erwünscht - du bist aber auch spontan herzlich willkommen. Anmeldungen gerne via Mail an lukas.aeschlimann@ogg.ch

Intro zur Fermentation – Zucchini-Sauerkraut

Lerne die Grundlagen der Lacto-Fermentation kennen – mit einer der vielseitigsten und faszinierendsten mikrobiellen Gemeinschaften der Welt. Christine Syrad von Fermentable arbeitet seit über zehn Jahren mit Fermentation und begleitet sowohl Hobbyköch:innen als auch Sterneköch:innen dabei, die Kraft von Milchsäurebakterien und Hefen gezielt zu nutzen.

Programmdetails

- **ab 17:00 Uhr: Offener Austausch und SOS-Sprechstunde**
Offenes Gespräch über Food Waste, individuelle Fermentationsexperimente und kreative Lösungen. Bring deine Fermentationsfragen und -probleme mit.
- **ab 18:00 Uhr: Workshop (ca. 90 Minuten) plus Apéro**
Interaktiver Workshop & genussvolle Wissensvermittlung
 - Einführung in die Lacto-Fermentation: Entdecke die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten
 - Gemeinsames Fermentieren: Wir stellen zusammen ein Zucchini-Sauerkraut her und erfahren, wie sich Fermentation als Kochtechnik in deinen Alltag integrieren lässt.

Mitbringen

- Ein sauberes Glas mit Bügelverschluss und Dichtungsring (ca. 1 Liter ideal), z.B. ein 1-Liter-Fido-Glas (z.B. von Bormioli)



Immer am **4. des Monats** laden wir dich ein, neue Themen zu entdecken, dich auszutauschen und gemeinsam zu geniessen.



Mehr erfahren & informiert bleiben
Besuche ogg.ch/ErnaehrungQuartier