
Die Magie der Fermentation - Vitamine für den Winter

Knackiges Sauerkraut, würziges Kimchi oder knackige Karottensticks. Fermentieren ist die älteste und gesündeste Art, die Ernte haltbar zu machen. In diesem Kurs fermentieren wir genau das, was der Wäschtobel Garten gerade frisch hergibt! **Theresia Katzenmaier** zeigt Ihnen, wie vielfältig Sie Gemüse fermentieren können und Sie so Ihre Gartenschätze lange haltbar machen. Ganz ohne Kochen oder künstliche Zusätze, dafür vollgepackt mit Vitaminen und gutem Geschmack.

Inklusive:

- Ausführliche Kursunterlagen mit Rezepten und Tipps für zu Hause
- hochwertige Zutaten
- 6 große Gläser voll mit selbst angesetzten Köstlichkeiten zum mit nach Hause nehmen
- gemeinsame Verkostung von gereiften Spezialitäten

Im Preis ist alles inkludiert, es fallen keine zusätzlichen Kosten an.

Anmeldeschluss, wegen hohem Vorbereitungsaufwand: 8.10.2026

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Information

Kursdauer:	3,5 Einheiten
Kursbeitrag:	125,00 € Kursgebühr gefördert (Wohnsitz Vbg.) 208,00 € Kursgebühr ungefördert Land Vorarlberg
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	alle interessierten Personen, Gemüseliebhaber:innen, Gartenbesitzer:innen, Direktvermarkter:innen, Köchinnen/Köche, keine Vorkenntnisse notwendig
Mitzubringen:	Kochschürze und einen Korb für Ihre Fermente

Verfügbare Termine

22.10.2026 08:30, Langenegg

Ort	Langenegg
Beginn	22.10.2026 08:30
Ende	22.10.2026 12:00
Örtlichkeit	Wäschtobel-Garten, Hampmann 69, 6941 Langenegg
Information	Ländliches Fortbildungsinstitut Vorarlberg, Tel 05574/400-191, lfi@lk-vbg.at
Kursnummer	8-0005142
Trainer:in	Theresia Katzenmaier
Veranstalter	Ländliches Fortbildungsinstitut Vorarlberg