

2024-F-T-3 LACTO-FERMENTATION VEGETALE

Public : toute personne installée ou en cours d'installation qui souhaite développer un atelier de transformation végétale

Pré-requis : avoir le souhait de transformer/conditionner des végétaux (fruits et/ou légumes) avec l'objectif de les vendre

Objectifs pédagogiques

- Identifier les différentes étapes d'un projet de transformation végétale par la lacto-fermentation
- Connaître les différents protocoles et méthodes de valorisation des produits à fermenter.

Programme :

- Principe de la lacto-fermentation
- Produits lacto-fermentés consommés quotidiennement
- Intérêt pour la santé des produits lacto-fermentés
- Les légumes utilisés selon les saisons
- Le matériel (fournisseurs)
- Les recettes et les usages alimentaires



Partie pratique :

- Recette 1: préparation collective d'une lacto-fermentation à base de chou
- Recette 2: préparation d'un mélange de légumes lacto-fermentés dans des bocaux en verre
- Nettoyage de l'atelier de transformation
- Dégustation et échanges autour de produits lacto-fermentés
- Identifier les différents coûts liés à la lacto-fermentation végétale

Les intervenants pédagogiques

Sophie Pedon, agro-transformatrice et ex-gérante des Ateliers Renova, formatrice indépendante en valorisation des produits agro-alimentaires de saison.

Pensez à vous équiper pour un travail en laboratoire de transformation (chaussures supportant l'eau, vêtements adéquats)

	Durée		Tarif*
10 octobre 2024	7h	09350 Daumazan sur Arize	Particulier 60€ VIVEA 217€ Pro-Entreprise (demander devis)

*+adhésion annuelle à la fédération de 25€