

# Fichier:Conserves lactoferment es Petit concentr ferment .png

Petit concentré de recettes, infos et astuces sur les produits fermentés suite au Sommet sur les Fermentations du 15 au 25 mars 2020

Puisque nous sommes enfermés, voici un petit document pour s'occuper et découvrir le monde passionnant des aliments fermentés !



Pour débuter c'est intéressant de connaître les bons sites, sûrs pour trouver recettes et conseils adaptés

[Hapubiote](#) : pour savoir comment fonctionne le microbiote, les microorganismes dans notre alimentation sur notre santé. Comment mieux manger pour être bien dans ses baskets avec Virginie Geres.

[Ni cru ni cuit](#) : LE blog référence en France de Marie-Claire Frédéric, anthropologue et cheffe de cuisine fascinée par les fermentations du monde. A écrit plusieurs livres, possède plusieurs blogs (celui-ci et [Du miel et du sel](#)), et passe régulièrement sur les plateaux tv pour expliquer l'alimentation fermentée. Son livre *Ni Cru Ni cuit* donne une approche très culturelle de la fermentation si ça vous intéresse. « *La différence entre le pourri et le fermenté est le contrôle des microorganismes, mais aussi très culturelle. Le requin fermenté enterré sous terre d'Irlande nous paraît pourri, notre camembert paraît pourri pour les asiatiques* »

[C fait maison](#) : aliments et boissons fermentées, graines germées, algues alimentaires, vinaigre et autres débrouillardises.

[Fermentines wiki](#) : un site participatif créé et animé par Yannick Schandené, un Néerlandais multilingue, où il partage ses astuces et recettes en anglais et français (traduction en cours par des bénévoles, si vous voulez aider envoyez lui un email [fermentines@email.com](mailto:fermentines@email.com)). Yannick Schandené est le fondateur de Fermentings, une boutique avec des ateliers créatifs autour des aliments fermentés en Belgique.

[Pierre le fromager](#) : site d'information, formation, vente et partage de bonnes adresses pour choisir au mieux et faire ses fromages de Pierre Vimond. Un fromager passionné et cherchant à partager sa passion et ses connaissances au plus grand nombre

[Etranèbre en cuisine](#) : Le blog de Luna Kyung, une coréenne qui partage des recettes de plats asiatiques dont de nombreuses spécialités fermentées. De quoi (encore plus) varier les goûts et les plaisirs !



Taille de cet aperçu : 421 × 599 pixels.

Fichier d'origine (592 × 843 pixels, taille du fichier : 296 Kio, type MIME : image/png)

Conserves\_lactoferment\_es\_Petit\_concentr\_ferment\_

## Historique du fichier

Cliquer sur une date et heure pour voir le fichier tel qu'il était à ce moment-là.

	Date et heure	Vignette	Dimensions	Utilisateur	Commentaire
actuel	23 février 2022 à 14:06		592 × 843 (296 Kio)	Alice Martin-Demolon (discussion   contributions)	Conserves_lactoferment_es_Petit_concentr_ferment_

Vous ne pouvez pas remplacer ce fichier.

## Utilisation du fichier

Les 5 pages suivantes utilisent ce fichier :

- Conserves lactofermentées
- Conserves lactofermentées/en
- Conserves lactofermentées/es
- Conserves lactofermentées/fr
- Conserves lactofermentées/it

## Métadonnées

Ce fichier contient des informations supplémentaires, probablement ajoutées par l'appareil photo numérique ou le numériseur utilisé pour le créer. Si le fichier a été modifié depuis son état original, certains détails peuvent ne pas refléter entièrement l'image modifiée.

Résolution horizontale	47,24 p/cm
Résolution verticale	47,24 p/cm

