

Translations:Conserves lactofermentées/105/es

Una idea para utilizar las frutas y verduras lactofermentadas es consumirlas en pequeñas cantidades para aromatizar una ensalada, sopa, pasta, etc. También se pueden deshidratar en forma de papas fritas si son lo suficientemente finas, o hacerlas puré y luego deshidratarlas en forma de «cuero», es decir, una fina capa que se puede enrollar en palitos, piruletas, cortar y ensamblar para hacer formas o recipientes sorprendentes. Esta forma deshidratada concentra los sabores y proporciona un material fácil de transportar, sobre todo para aperitivos.