Translations:Conserve lactofermentées/105/fr

Une idée d'utilisation des lactofermentation de fruits et de légumes peut être de les consommer en petites quantités pour parfumer une salade, une soupe, des pâtes... Il est également possible de les déshydrater en chips si c'est assez fin ou de les réduire en purée puis de les déshydrater en "cuir" c'est à dire en une fine couche que l'on peut rouler en bâtonnets, en sucettes, découper et assembler pour faire des formes ou des contenants étonnants. Cette forme déshydratée concentre les saveurs et donne une matière facile à transporter, notamment pour des en-cas.