

# Translations:Conserves lactofermentées/92/es

---

- Repite el proceso hasta que el tarro esté lleno.
- Deja un espacio de 1 a 2 cm entre la tapa y la última capa de verduras: la fermentación libera gas y el jugo puede desbordarse si el tarro se llena demasiado.
- Asegúrese de que todas las verduras estén cubiertas con su jugo hasta la parte superior del tarro: es este jugo el que garantiza la anaerobiosis, la ausencia de oxígeno. Si es necesario, puedes añadir un peso (de cristal, una bolsa de plástico llena de agua o una hoja de col o un palito de zanahoria) para mantener las verduras bajo el líquido.
- Cierra el tarro y colócalo sobre un plato (el gas puede hacer que parte del líquido rebose).
- Dejar 3 días en casa para que fermenten los fermentos lácticos que se producen de forma natural. Dependiendo de las verduras y de su tamaño (cuanto más pequeños sean los trozos, más rápida será la fermentación), se recomienda dejar fermentar entre 7 días y un mes.
- Le recomendamos que deje fermentar los tarros y luego los guarde en un lugar fresco y oscuro. Pueden conservarse durante más de un año siempre que no se abra el tarro.