

# Translations:Conserve lactofermentées/99/ar

---

الخضراوات المخمرة في عجينة نخالة الأرز (ولكن في أوروبا من الأسهل القيام بذلك مع نخالة القمح). يعمل هذا المنتج بطريقة مشابهة للعجين المخمر، لذا عليك الاعتناء به كل يوم على المدى الطويل.