

Translations:Conserve lactofermentées/92/fr

- Recommencer l'opération jusqu'à remplir le bocal
- Laisser 1 à 2 cm de vide entre le couvercle et la dernière couche de légumes: la fermentation dégageant du gaz, du jus peut déborder en cas de remplissage trop important
- Bien vérifier que tous les légumes soient recouverts de leur jus jusqu'en haut du bocal: c'est ce jus qui garantit l'anaérobiose, l'absence d'oxygène. Si besoin il est possible d'ajouter un poids (en verre, un sac plastique rempli d'eau, ou avec une feuille de chou, batonnet de carotte) afin de maintenir les légumes sous le liquide.
- Fermer le bocal et déposer sur une assiette (le gaz peut faire déborder un peu de liquide)
- Laisser 3 jours à vue dans la maison pour déclencher la fermentation des ferments lactiques naturellement présents. Suivant les légumes et la taille (plus les morceaux sont petits plus la fermentation est rapide) il est recommandé de laisser fermenter entre 7j et un mois.
- Il est recommandé de laisser les bocaux fermenter puis de les stocker dans un lieu sombre et frais. La conservation peut être plus d'un an tant que le bocal n'est pas entamé.