

Atelier cuisine : la lactofermentation (avancé)

Pour que la lactofermentation devienne de la gastronomie !



Formation continue

Que vous soyez professionnel en activité, curieux ou passionné par un domaine, formez-vous avec notre Formation Continue tout au long de votre vie !

La lactofermentation est un univers à explorer et à expérimenter. Pour les personnes qui ont déjà suivi le module de base, nous proposons un second atelier lactofermentation (module complémentaire) qui abordera des recettes plus complexes, des temps de fermentation variables, des accords de mets/lactofermentation, etc...

PROGRAMME :

Retour sur le module de base ;
Introduction à la lactofermentation "gastronomique" ;
La complexité du sel ;
Les temps de fermentation ;
Le types de réalisations possibles (pour se sortir du bocal) ;
Approche alimentaire et sociale ;
Réalisation de plusieurs recettes originales ;
Accords mets.

En fin de formation, chaque participant repartira avec 4 préparations en bocal.
1 set de 4 bocaux offert.

Notre formateur : Monsieur Bertrand Vanbelle

Animateur et formateur socio-culturel depuis plus de 15 ans, passionné de cuisine, j'ai travaillé dans le milieu du compostage, du maraîchage et de la nature en tant qu'animateur pour des publics variés (adultes et enfants). L'alimentation est mon thème de prédilection, j'ai été fasciné par la découverte des processus de décomposition et de fermentation. J'adore transmettre et partager des savoir-faire empiriques et ancestraux. J'anime des ateliers de lactofermentation depuis 5 ans et je continue d'apprendre sur ce sujet "vivant".

objectif

L'objectif de cet atelier est de réaliser plusieurs recettes originales afin d'ouvrir le champ des possibles en lactofermentation, de comprendre l'étendue des possibilités de recettes et d'applications à partir des produits de la lactofermentation.

Détails sur la formation:

Public cible

Amateur de cuisine "maison", intéressé par les techniques de fermentation et de conservation ainsi que par les bienfaits de l'alimentation sur la santé.

PREREQUIS :

Avoir suivi l'atelier cuisine : la lactofermentation (base) est un plus.

DETAILS SUR LA FORMATION

Attestation de participation

Prix: 115 €

Durée: 3h00

Dates:

Une seule session par an !

Intéressé ?

Inscrivez vous sur liste d'attente afin d'être averti en priorité des prochaines dates de cours : fc@efp.be

Horaire : de 10h00 à 13h00

Lieu : efp - 292b Rue de Stalle - 1180 Uccle

Places: Min. 7 - Max. 12

CONDITIONS D'ADMISSION

- Avoir suivi le module de base : Atelier cuisine - la conservation par la lactofermentation (ou équivalent).

Matériel :

Se munir d'une tenue propre réservée à la formation (tablier de cuisine, chaussures antidérapantes et cheveux longs attachés). Charlotte fournie. Training interdit.

Vestiaire sur place (prévoir un cadenas). Prévoir un sac (ou une boîte) pour emporter vos bocaux (Weck).

Le coût de la formation est à payer à l'inscription.

Vous êtes apprenant(e) ou vous avez déjà suivi une formation continue à l'efp dans l'année en cours ?

Envoyez vos coordonnées par mail à fc@efp.be avant de vous inscrire pour découvrir si vous pouvez bénéficier d'une réduction.