



Les ateliers pratiques... ...autour de la fermentation

Bienfaits des aliments fermentés, recettes et astuces,
« mettre la main à la pâte », et dégustation!

Atelier 1 : 2 novembre 2022
pain au levain, fait maison



Atelier 2 : 16 novembre 2022
légumes lacto-fermentés



Atelier 3 : 30 novembre 2022
kombucha, boisson vivante



Ateliers de 19h30 à 21h à Chésereux, 60.-/pers/atelier, yc matériel.
Renseignements et inscriptions : 079 525 5133 / www.spherenaturelle.ch