Workshop: Fermentieren von Gemüse und Kräutern

Fermentieren ist eine der ältesten und zugleich modernsten Methoden, um Gemüse und Kräuter haltbar zu machen. Durch die natürliche Arbeit von Milchsäurebakterien bleiben Vitamine, Mineralstoffe und Enzyme erhalten – und es entstehen besonders aromatische, gut bekömmliche Lebensmittel mit hohem gesundheitlichen Wert.

Nach einer kurzen, verständlichen Einführung in die Grundlagen der Milchsäuregärung geht es direkt in die Praxis: Gemeinsam bereiten wir verschiedene Gemüsearten und Kräuter zum Fermentieren. Dabei lernen Sie die wichtigsten Arbeitsschritte, Hygienegrundlagen und Tipps für sichere, erfolgreiche Fermente kennen. Bei einer Verkostung verschiedener Fermente erfahren Sie, wie Sie den Erfolg oder Misserfolg Ihrer Arbeit am Geschmack erkennen können.

Der Workshop richtet sich sowohl an Einsteiger:innen als auch an Direktvermarkter:innen, die ihr Sortiment um hochwertige, nachhaltige Produkte erweitern möchten.

Alle Teilnehmenden nehmen ihre selbst hergestellten Kostproben mit nach Hause – und das Wissen, wie Fermentieren einfach, nachhaltig und genussvoll gelingt.

© 2026 - lfi.at

Ländliches Fortbildungs Institut LFI

Steiermark

Information

Kursdauer:	6 Einheiten
Kursbeitrag:	158,00 € TN-Beitrag 79,00 € TN-Beitrag gefördert gem. LE23-27 Bildungsförderung Ländliche Entwicklung im Rahmen des GAP-Strategieplans Österreich 2023-2027
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung, Natur und Garten, Direktvermarktung, Pflanzenbau
Zielgruppe:	Alle Personen, die sich für das Thema Fermentieren interessieren und wichtige Tipps dazu in Theorie und Praxis erhalten möchten

Verfügbare Termine

07.04.2027 09:00, Graz

Ort	Graz
Beginn	07.04.2027 09:00
Ende	07.04.2027 15:00
Örtlichkeit	Steiermarkhof Betriebs GmbH & Co KG, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz
Information	Larissa Parz, larissa.parz@lfi-steiermark.at
Kursnummer	6-0021532
Trainer:in	Dipl.-Ing. Wolfgang Zemanek
Veranstalter	LFI Steiermark

14.04.2027 09:00, Großwilfersdorf

Ort	Großwilfersdorf
Beginn	14.04.2027 09:00
Ende	14.04.2027 15:00
Örtlichkeit	Land Steiermark p.A. Berufsschule für Gartenbau Großwilfersdorf, Großwilfersdorf 147, 8263 Großwilfersdorf
Information	Larissa Parz, larissa.parz@lfi-steiermark.at
Kursnummer	6-0021604
Trainer:in	Dipl.-Ing. Wolfgang Zemanek
Veranstalter	LFI Steiermark

05.05.2027 09:00, Pöllau

Ort	Pöllau
Beginn	05.05.2027 09:00
Ende	05.05.2027 15:00
Örtlichkeit	JUFA Pöllau, Marktstraße 603, 8225 Pöllau
Information	Larissa Parz, larissa.parz@lfi-steiermark.at
Kursnummer	6-0021538
Trainer:in	Dipl.-Ing. Wolfgang Zemanek
Veranstalter	LFI Steiermark

© 2026 - lfi.at