



# FERMENTERING

- Melkesyrebakterienes  
forunderlige verden

Onsdag 13. og torsdag 14. feb kl 9-15  
Mære landbruksskole – Steinkjer

Kurset er en del av et bredt fagtilbud  
under fagdage for lokalmat –  
MAT PÅ MÆRE 10.-14.februar 2019

Les her for hele  
[programmet og påmelding.](#)  
[www.maere.no](http://www.maere.no) under Kurspåmelding.



**Mære**  
Landbruksskole



**På dette kurset får du et innblikk i fermenteringens fascinerende og smaksrike verden.**

Dag 1 fokuserer vi på teorien bak fermentering og prater om ulike typer mikroorganismer. Du får en forståelse for hvordan de fungerer, hva de gjør under prosessen, hvordan vi kan styre dem for å få et best mulig resultat og hvorfor de gjør maten både god og gunstig for helsen. Vi fokuserer først og fremst på fermentering (melkesyregjæring) av grønnsaker, men du får også inspirasjon til fermentering av korn, belgvekster og drikker. Du får også et innblikk i hva som kreves om man vil produsere fermenterte produkter for salg.

Dag 2 prøvesmaker vi ulike sorter melkesyregjærede grønnsaker og andre fermenterte produkter, og prater om smaker og teksturer. Vi arbeider praktisk med fermentering og du kommer til å få eksperimentere med ulike grønnsaker, teknikker og smakstilsetninger.

Kursleder er Jenny Neikell, mathåndverker og gründer av Surtantens syrade, som produserer fermenterte grønnsaker i Malmø. Jenny er også forfatter av flere prisbelønte bøker; «Fermentera – mat med jäst, mögel og bakterier» og den nye boken «Fermentera 2.0 – Grönt med goda bakterier».

Med over 20 års erfaring med fermentering er Jenny en etterspurt og oppskattet foreleser som har evnen til å forklare det kompliserte på en enkel og morsom måte!

**NORD: NIBIO**  
Hilde Halland  
92 07 10 08  
hilde.halland@nibio.no

**MIDT: Mære Landbruksskole**  
Rita Natvig  
99 41 09 87  
rita.natvig@ntfk.no

**VEST: Sogn Jord- og Hagebruksskule**  
Aud Slettehaug  
47 37 57 39  
aud.slettehaug@sfi.no

**SØR: Nofima**  
Aase Vorre Skuland  
45 01 52 82  
aase.vorre.skuland@nofima.no

**ØST: Nofima**  
Stine Alm Hersleth  
64 97 03 20  
stine.alm.hersleth@nofima.no