

# Bibliothèque communale La Tour-de-Peilz

## Fermentations / Rachel De Thample

	Fermentation
Titre:	Fermentations
Auteurs:	De Thample, Rachel (Auteur)
Catégorie d'âge:	Adultes
Type d'objet:	Livre
Sous-type de média:	Documentaire
Langues:	français
	255 p. :
	Véritable alliée santé, la fermentation fabrique des vitamines en grande quantité, des acides aminés et des probiotiques précieux au bon fonctionnement de notre intestin et de notre système immunitaire. Côté goût, c'est un festival de saveurs : elle apporte de l'acidité, du croquant et une infinie richesse d'arômes. Autre intérêt et non le moindre, cette méthode ancestrale de conservation est ultra facile et très sûre. Grâce aux conseils de la cheffe Rachel de Thample, experte en fermentation, se lancer devient un jeu d'enfants. Elle propose plus de 90 recettes simples, très illustrées, avec toutes les étapes indispensables, pour tout préparer et profiter des saveurs et bienfaits des aliments fermentés. Choucroute (classique et revisitée), levain naturel, miso, tempeh, kimchi, ginger beer, kefir, labneh, kombucha vont envahir nos cuisines...
Mots matières:	Cuisine : recettes
Classification:	641 Alimentation. Art culinaire. Conserves. Congélation. Recettes. Cocktails

### Informations supplémentaires

Zone d'auteurs:	Rachel De Thample
Editeur:	Paris : Ulmer, 2021
Réservations (actuelles):	0

Emplacement	Cote / Marque	Disponibilité	Code de prêt	Date d'échéance	No d'exemplaire	Réservations	Réserver
Mezzanine	641 THAM	disponible disponible			40981	0	