



l'era | formació

Fermentats vegetals

Salut i conservació d'aliments

 **Jordi Tomàs Aubets** · Assessor culinari

 **13, 15, 20 març i 10 maig** · 17h a 20h

 **Escola Agrària de Manresa**

l'era

Fermentats vegetals

Tindrem l'oportunitat de comprendre, experimentar i dominar les tècniques de fermentació. A través d'un enfocament pràctic i interactiu, els participants aprendran les bases científiques que hi ha darrere de la fermentació i com aquest procés transforma els aliments. A més, exploraran les diverses tècniques de fermentació aplicades als vegetals.

Els curs va destinat a persones interessades en la preparació i conservació d'aliments fermentats per millorar la seva dieta i benestar general i alhora reduir el malbaratament alimentari. També a docents i professionals interessats en ampliar els coneixements, tècniques i aplicacions culinàries.

Lloc

Escola Agrària de Manresa.
Av. Universitària 4-6
(Edifici FUB1)



Professorat

Jordi Tomàs Aubets. TS Dietètica i nutrició.
Assessor culinari i fermentista.

SESSIONS

13/03/2024 · 17 a 20h

INTRODUCCIÓ A LA MICROBIOLOGIA

Els microorganismes implicats en la fermentació i factors que els afecten.

Conceptes bàsics de la fermentació.

Material necessari per la fermentació.

Pràctica: Verdures i bolets en salmorra, mare de gíngebre.

15/03/2024 · 17 a 20h

SEGURETAT ALIMENTÀRIA

Manual de bones pràctiques.

Normes i regulacions per a la producció.

Diagrama del procés d'elaboració.

Control i quadern de la fermentació.

Pràctica: Begudes fermentades.

20/03/2024 · 17 a 20h

TÈCNIQUES DE FERMENTACIÓ

La fermentació al llarg de la història.

Problemes que podem trobar als fermentats.

Pràctica: Xucrut i kimchi.

10/05/2024 · 17 a 20h

BENEFICIS DIGESTIUS DELS FERMENTATS

Efectes de la fermentació en la digestió.

Prebiòtics i probiòtic.

Pràctica: Tast i aplicacions pràctiques culinàries de les diferents elaboracions realitzades.

Preus

Regular	105€
Sòcies	94.50€
Especials ^{1,2}	99.75€
Ecoxarxa ³	73.50€ + 3.15h

- 1. Menors de 25 anys, a l'atur, alumnes de cicle formatiu de l'ECA Manresa o de l'institut Les Garberes.*
- 2. Subscriptores de la revista Agrocultura.*
- 3. Pots pagar fins a un 30% del preu del curs amb hores de l'Ecoxarxa del Bages (ecoxarxadelbages.org).*

Si tens molt interès en fer cursos amb nosaltres i la teva economia no t'ho permet, pots sol·licitar-nos una beca social, basada en retribució alternativa.

Inscripcions

botiga.associaciolera.org

Més informació

formacio@associaciolera.org

Tel. 93 878 70 35 / 672 337 305

Gràcies!

Els ingressos per inscripcions permeten dignificar i sostenir la feina del professorat i la de l'àrea de formació de les entitats organitzadores.

A través dels nostres descomptes intentem facilitar l'accés a la formació a aquelles persones que tenen dificultats econòmiques. També són una deferència a les persones sòcies de L'Era que, amb la seva quota, sostenen el nostre projecte de difusió i promoció de l'agroecologia.

Alguns dels nostres projectes

esporus 

l'era | esfera 

l'era | tertúlia

agrocultura

L'Era, Espai de Recursos Agroecològics

www.associaciolera.org

info@associaciolera.org

   @associaciolera