

**Fermentieren auf dem Bio-Donaumarkt
2.Oktober 2026, 15 – 18 Uhr**

Elena Chatzinota * mit Gemüse vom Bio-Hof Deinhart



Was dich erwartet:

- Einstieg in die Fermentation mit einer Verkostung
- Gemeinsam drei Fermente: Kimchi, Kohlrabi pikant und eine Überraschung
- Gemüsewahl abhängig vom Hofangebot (Radieschen, Lauch, Tomaten mit Chili usw.)

Mitbringen:

- Drei Gefäße: 1×1 l (Gummiring/Schnappverschluss oder weiten Hals) und 2×0,5 l (Schraubverschluss); möglichst weite Halsöffnung
- Optional: weitere Gläser
- Schneidebrett und Messer (groß genug)
- Falls gewünscht: Schürze

Kosten: 60 €

Anmeldung/Infos: Elena Chatzinota, echatzinota@web.de, 01578 6991673



Über Elena:

Kochen, schmecken und essen sind ihre Leidenschaft. Sie vermittelt Grundkenntnisse der Fermentation, motiviert zum Selbstmachen mit regionalem, saisonalem Gemüse. Nebenbei kocht sie leidenschaftlich für Caterings und private Dinner; mit ChirpFood arbeitet sie am Miso-Kochbuch, das Ende Oktober 2026 erscheint.

