



atelier bocaux&co

## découvrir la lactofermentation



Conserver des légumes pendant des mois, sans apport d'énergie extérieure (cuisson, congélation...) et sans aucun agent de conservation ; le tout, en gardant intactes la fraîcheur et les vitamines, et en améliorant la qualité nutritive des légumes, voici le miracle de **la lactofermentation**.

Elle est un vrai atout pour la valorisation des bocaux en verre, c'est donc en toute logique que **bocaux&co** souhaite mettre en avant cette technique de conservation ! A la suite de cet atelier, vous serez capable de réaliser en toute autonomie vos propres bocaux de produits lactofermentés 😊



**Le Mercredi 22 octobre 2025**

**Rue Guéniot à Vitteaux**

**Salle des Jeunes**

**(au fond de la cour derrière la salle Guéniot)**

**De 17H à 19H**

### Programme :

- qu'est-ce que la lactofermentation ?
- les techniques de lactofermentation
- les avantages et bienfaits de la lactofermentation
- réalisation de deux recettes lactofermentées

Cet atelier est proposé gratuitement avec le concours de la Communauté de communes des Terres d'Auxois (places limitées). **Renseignements et réservations au 03 80 97 26 65 ou à [environnement@ccterres-auxois.fr](mailto:environnement@ccterres-auxois.fr)**



bocaux&co propose une programmation de 4 ateliers en partenariat avec le conseil départemental de la Côte d'Or