

16 maggio 2019 - [Forlì](#), [Agenda](#), [Cronaca](#)

Al mercato di Campagna-Amica agri-workshop sulla fermentazione dei cibi



In cattedra la chef Giulia Pieri. Aperto a tutti previa iscrizione

I cibi fermentati fanno parte della nostra cultura gastronomica da sempre, anche se con il tempo si è perso il valore nutrizionale legato alla loro produzione artigianale. Negli ultimissimi anni c'è stata però una riscoperta di questi alimenti e delle relative tecniche di fermentazione, grazie anche alla volontà di staccarsi dalle produzioni di massa, in seguito ad un maggior interesse legato alla sostenibilità ambientale, alla diffusione dei cibi a km0 e ad una maggior attenzione per la salute attraverso la cura di se stessi.

Al fine di recuperare e diffondere queste sane lavorazioni e queste antiche tecniche culinarie, veramente alla portata di tutti coloro che amano cucinare, Campagna Amica Forlì promuove per **giovedì 23 maggio**, a partire dalle ore 19.30, il primo evento formativo presso il **Mercato di viale Bologna 75**. La chef **Giulia Pieri**, specializzata in cucina vegetale integrale e probiotica, introdurrà i partecipanti al mondo della fermentazione con un laboratorio pratico cui seguirà una degustazione. Vedremo come autoprodurre in sicurezza le verdure fermentate di stagione con il metodo della salatura a secco e il metodo della salamoia. Il Mercato fornirà ai partecipanti verdure fresche, a km0 e sale di Cervia. Si richiede ad ogni iscritto di portare da casa un coltello, un tagliere, 3 vasetti di vetro con coperchio (200-300 ml) e una ciotola capiente. Al termine del workshop sono previsti assaggi e i partecipanti potranno portarsi a casa le prime verdure fermentate autoprodotte durante il corso. **Quota di partecipazione 30 euro. Necessaria prenotazione. Per info e iscrizioni: 0543 718311 (Monica) oppure 328 3383931 (Lisa).**

Tag: [Campagna-Amica](#)

Collegamento sorgente: <http://www.forli24ore.it/news/forli/0052753-al-mercato-campagna-amica-agri-workshop-sulla-fermentazione-dei-cibi>