



Gewinnen Sie
ein Exemplar von
**Gemüse haltbar
machen durch Fer-
mentieren**“

Dietmar Fiebrandt

**Gemüse haltbar machen
durch Fermentieren**

1. Auflage 2020
160 Seiten, 17 x 24 cm,
Hardcover, farbig
ISBN 978-3-95587-763-7
Preis: 19,90 €

Gemüse haltbar machen durch Fermentieren

Der eigene Garten als Speisekammer für's ganze Jahr: eine tolle Vorstellung – aber wie kann das funktionieren? Ganz einfach: man fermentiert! Dieses Buch ist eine wahre Fundgrube für alle Gemüse-Fans. Denn Karotten, Kohl & Co. können uns nicht nur im Sommer erfreuen – mit dem richtigen Know-How haben Sie die Möglichkeit, sich das gesamte Jahr an feinstem Gemüse zu erfreuen! Der Autor hat zahlreiche Rezepte, Tipps und Tricks gesammelt, die dem Leser helfen, leckere Fermente aus regionalem Kultur- und Wildgemüse herzustellen. Für gute Abwehrkräfte, für ein starkes Immunsystem – für ein gesundes Leben!

Und so können Sie gewinnen:

Senden Sie bitte nur mit vollständiger Anschrift und Telefonnummer eine Postkarte an Stadtjournal Neumarkt, Kennwort „Gemüse“, Postfach 1113, 92301 Neumarkt, oder schreiben Sie per E-Mail an info@stadtjournal-neumarkt.de. Einsendeschluss ist der 21.09.2020. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.
Viel Glück!