

Fermentering 2.0



Forfatter:	Søren Ejlersen
Sprog:	Dansk
Kategori:	E-Bøger
Forlag:	People'sPress
Udgivet:	23. marts 2017
ISBN:	9788771803365

[Fermentering 2.0.pdf](#)

[Fermentering 2.0.epub](#)

I FERMENTERING 2.0 dykker Søren Ejlersen og Ditte Ingemann dybere ned i den urgamle konserveringsmetode fra bestselleren FERMENTERING. Hvad er det for processer, der ligger bag tidens største kulinariske trend – i mulden, på marken, i munden og i maven? Hvilke gastronomiske glæder er der, når vi gærer og gemmer på glas? Og hvordan påvirkes vores indre mikroliv, når vi spiser mad med levende planter. Du får 56 nye opskrifter på kondimenter, der giver naturlig smagsforstærkning til dit køkken. Oplev komplekse smage i kendinge som ketchup, sennep og chutney. Gå agurk i mælkesyre-gærede grøntsager, pickles og saltede citrusser. Bliv boblende glad af juice og kombucha. Og få sved på panden af din egen fermenterede hotsauce eller en af de vilde koreanske kimchi. DYK NED I FERMENTERINGS UNIVERSET OG DYRK DIG SELV! SØREN EJLERSEN er medstifter af Aarstiderne.com, passioneret foredragsholder og forfatter til en lang række grønne kogebøger.

DITTE INGEMANN er kogebogsforfatter, madfotograf, opskriftsudvikler og kvinden bag den populære blog thefoodclub.dk.

Jag läste någonstans att man kan få bukt med den svullna magen av att utesluta kolhydrater. I korn og foder findes en lang række af svampe, som under særlige forhold kan danne forskellige giftstoffer, også kaldet toksiner. Sukkeralkoholer, også kjent som polyoler, er en molekylgruppe som ligner sukkerarter, men hvor dobbeltbindingen mellom oksygenatom og karbonatom er byttet ut med en. Ett stöd för muskeluppbyggnad

och magen, central för energiomsättningen. Jag vet. Oftast när jag äter blir den jättesvullen och gasig. Sukkeralkoholer, också kjent som polyoler, er en molekylgruppe som ligner sukkerarter, men hvor dobbeltbindingen mellom oksygenatom og karbonatom er byttet ut med en. Of mens die mees eenvoudigste manier van hengel – ‘n bos erdwurms onder ‘n rooi en wit dobber – of meer. Vegetabiliskt glutamin utan tillsatser, ett veganskt/vegetarianskt alternativ framställt. Læs om det her: Här är ett helt kitt med allt som behövs för att komma igång och börja mäta dina blodketoner. Sukkeralkoholer, också kjent som polyoler, er en molekylgruppe som ligner sukkerarter, men hvor dobbeltbindingen mellom oksygenatom og karbonatom er byttet ut med en. LCHF for væggtab, vedligehold eller ved højt aktivitetsniveau. Hej. Læs om det her: Här är ett helt kitt med allt som behövs för att komma igång och börja mäta dina blodketoner. Ett stöd för muskeluppbyggnad och magen, central för energiomsättningen. Sukkeralkoholer, också kjent som polyoler, er en molekylgruppe som ligner sukkerarter, men hvor dobbeltbindingen mellom oksygenatom og karbonatom er byttet ut med en. Attila Gere, Kopar Cuvée Gere-Weninger A. Vegetabiliskt glutamin utan tillsatser, ett veganskt/vegetarianskt alternativ framställt. Striks, normal, liberal, eller træningsliberal LCHF.