

Les bases de la lactofermentation des fruits et légumes

OBJECTIFS

Connaître les principaux intérêts de la lactofermentation.

- Comprendre et maîtriser les processus de lactofermentation dans le cadre d'une activité de transformation fermière.

ENJEUX

La lactofermentation est une méthode de conservation ancestrale qui s'appuie sur le travail des bactéries naturellement présentes sur les aliments. Dans des conditions favorables, ces bactéries vont produire de l'acide lactique qui va permettre l'acidification du milieu. En plus de conserver les aliments, cette technique est très intéressante d'un point de vue nutritionnel (pas de traitements thermiques détruisant vitamines et minéraux). Toutefois, la lactofermentation nécessite de bien maîtriser le process de fabrication et les recettes pour éviter les développements microbiens indésirables.

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis nécessaire

CONTENU

- Les mécanismes de la lactofermentation des végétaux.
- Le process de lactofermentation : conditions de réussite et points de vigilance.
- Matériel et recettes.
- Intérêts de la lactofermentation.

DATES, LIEUX ET INTERVENANTS

Date	Lieu	Intervenant
03/09/2025	30250 Gard	Formateur agroalimentaire du CFPPA de Florac

THÈMES

Création d'activité / diversification

Transmission

J'atteste avoir pris connaissance des conditions générales de formation ([Voir la fiche](#))

Infos complémentaires

ORGANISÉE PAR

FD CIVAM du Gard

DURÉE : 1 jour(s)

ATTESTATION

Remise en fin de formation

RENSEIGNEMENTS

Camille VILLAJOS

villajos@civamgard.fr

FD CIVAM 30

216, Chemin de campagne

30250, Sommières

Tel : 0767796594