Wilde Kulturen -Glas für Glas durch's Gemüse



4 Wochen - 4 belebende Fermente

Hallo zukünftige Fermentier-Queen

Ich bin Anne, Heilpraktikerin, Biologin und leidenschaftliche Kräuterfrau.

Als Fan natürlicher Nahrung liebe ich

fermentiertes Gemüse.

Fermente liefern wahre Genussmomente

auf der Zunge - sauer, prickelnd - einfach lebendig.

Ich habe alles, was ich dir zeige, ausgiebig erprobt und auf

Einfachheit getestet.

Bei mir darfst du Anfängerin sein, neugierig und unperfekt – Hauptsache, du probierst es aus und erlebst, wie gut es sich anfühlt, dein eigenes Ferment im Glas blubbern zu sehen und später zu verkosten.

Sichere dir deinen Platz bei

Wilde Kulturen – Glas für Glas durchs Gemüse

Ich bin dabei

Ich freu mich auf dich! 🞉



Wilde Kulturen Glas für Glas durch's Gemüse

Lerne Fermentieren ohne Schimmelpanik

Du willst schon lange mal fermentieren – aber weißt nicht so recht, wie du anfangen sollst?

Du hast von **Schimmel und explodierenden Gläsern** gehört?

Dass man **teures Equipment** braucht?

Vielleicht hast du Rezepte gesehen, Bücher gekauft oder Accounts durchgescrollt...

... weil du weißt, dass **Fermente**

die **Verdauung unterstützen**dem **Immunsystem** helfen
und dir einfach **POWER** geben!

... und trotzdem fehlt dir der Mut, einfach loszulegen?

Genau das können wir gemeinsam machen:

Ich zeige dir Schritt für Schritt,

- wie du mit ganz einfachen Zutaten köstliche,
- gesunde Fermente in deiner eigenen Küche machst -
- ganz individuell, ganz nach deinem Geschmack
- ohne komplizierte Ausrüstung du hast das bestimmt zu Hause -
- und ohne Angst, dass "was schiefgeht".

🔳 Lerne die Magie im Glas kennen:

- ✓ 4 einfache Fermente von Sauerkraut bis Kimchi,
 von traditionell bis exotisch Umami und noch viel mehr
- ✓ alle Schritte verständlich im Video erklärt
- ✓ Wie du mit Zutaten-Varianten unendlich neue spannende Geschmäcker kreieren kannst
- ✓ Worauf du achten musst, damit deine Fermente gelingen
- ✓ Warum Fermente nicht nur lecker, sonden auch gesund sind

Ich bin dabei

Fermentieren lernen - ohne Schimmelpanik 🖤

Wilde Kulturen -Glas für Glas durch's Gemüse 🗎

🗂 Das bekommst du:

- Einführungs-Video zu den Grundlagen
- 4 Video-Einheiten zum Rezept (jede Woche ein neues Ferment)
- alle Rezepte + Hintergrundwissen als PDF zum Ausdrucken
- Begleitende Community für Fragen & Austausch
- Live-Abschluss-Call für deine Fragen (wird aufgezeichnet)
- Zugriff auf alle Inhalte mindestens bis Ende 2025



Kurszeitraum:

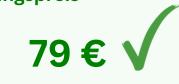
17 29.09. **-** 26.10.2025

Live-Abschluss-Call: Fr, 24.10.2025

Du bekommst das für:

Einführungspreis





Ich bin dabei