

# BUCHTIPP von Karin Feichtmayer, Leiterin der Markt- und Pfarrbücherei Mallersdorf-Pfaffenberg



## Gemüse haltbar machen durch Fermentieren von Dietmar Fiebrandt

Inhalt: Der eigene Garten als Speisekammer fürs 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!

Dietmar Fiebrandt lebt in Gerabach bei Bayerbach. Sehr interessant seine Website [www.wald-und-wiesenschmaus.de](http://www.wald-und-wiesenschmaus.de). In der BR-Mediathek kann man einen interessanten Kurzfilm des BR über Dietmar Fiebrandt anschauen.

