



## **Dietmar Fiebrandt: Gemüse haltbar machen**

Der eigene Garten als Speisekammer für's ganze Jahr: eine tolle Vorstellung, aber wie kann das funktionieren? Man fermentiert! Dieses Buch ist eine 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 Rezepte, Tipps und Tricks gesammelt, die helfen, leckere Fermente aus regionalem Kultur- und Wildgemüse herzustellen. Für gute Abwehrkräfte, für ein starkes Immunsystem für ein gesundes Leben! (19,90 Euro, SüdOst-Verlag)