Pressemitteilung Nr. 208

Pressestelle und Onlineredaktion
Münchner Straße 32
82256 Fürstenfeldbruck

Pressesprecherin: Dr. Ines Roellecke
Zimmer: A 204
Telefon: 08141/519-212
08141/519-978
08141/519-352
Telefax: 08141/519-941
E-Mail: pressestelle@lra-ffb.de
Internet: www.lra-ffb.de

08.09.2026

Gesundheit im Glas: Fermentierkurse für Gemüse-Liebhaber im Landkreis

Die Agenda 21 des Landkreises Fürstenfeldbruck lädt am 24. September und 9. Oktober 2026 zu zwei Fermentierkursen im Erlebnisraum Landwirtschaft, Ernährung und Natur ein. Eine vorherige Anmeldung ist jeweils erforderlich.

Praxis statt Theorie

Fermentieren zählt zu den ältesten, natürlichsten und umweltschonendsten Methoden, Gemüse haltbar zu machen. Die Technik ist einfach, kostengünstig und mit wenig Aufwand verbunden.
Ein großer Nebeneffekt: Das Gemüse wird mit wertvollen Milchsäurebakterien angereichert, die nachweislich das Immunsystem stärken und die Darmgesundheit fördern.
Nach einer kurzen Einweisung in die Technik des Fermentierens und Informationen zu den gesundheitlichen Vorteilen dieser Konservierungsmethode, geht es direkt an die praktische Umsetzung. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bereiten gemeinsam zwei verschiedene Fermente zu.

Material- und Lebensmittelkosten sowie ein detailliertes Skript sind im Teilnehmerbeitrag enthalten.
Die Plätze sind limitiert: Je Kurs stehen nur 12 Plätze zur Verfügung.

Termine und Details

Kurs 1

- **Termin:** Freitag, 24. September 2026, 18:00 – 20:00 Uhr
- **Ort:** Erlebnisraum Landwirtschaft, Ernährung und Natur (Erdgeschoss Landwirtschaftsschule), Abt-Thoma-Straße 1b, 82256 Fürstenfeldbruck-Puch
- **Kosten:** 20 € Materialgeld (bar am Abend zu entrichten)
- **Anmeldung:** Bis Montag, 21. September 2026 unter www.erlebnisraum-ffb.de

Kurs 2

- **Termin:** Freitag, 9. Oktober 2026, 18:00 – 20:00 Uhr

- **Ort:** Erlebnisraum Landwirtschaft, Ernährung und Natur (Erdgeschoss Landwirtschaftsschule), Abt-Thoma-Straße 1b, 82256 Fürstenfeldbruck-Puch
- **Kosten:** 20 € Materialgeld (bar am Abend zu entrichten)
- **Anmeldung:** Bis Montag, 4. Oktober 2026 unter www.erlebnisraum-ffb.de

Kursleitung: Christine Weiß (ganzheitliche Ernährungsberaterin)
Veranstalter: Agenda 21, Landratsamt Fürstenfeldbruck