



Document mis à jour le 13/05/2024

## OBJECTIFS

### Découvrir les mécanismes de la lacto-fermentation

- Savoir préparer des conserves lacto-fermentées
- Savoir préparer un menu à base de produits lacto-fermentés

### Connaître les normes d'hygiène de la transformation et de la conservation des produits lacto-fermentés et les normes de vente

- Repérer un produit défectueux
- Utiliser les produits adaptés à la lacto-fermentation
- Savoir réaliser une étiquette

### Réaliser des lacto-fermentations

- Préparer des recettes

## FORMATRICE / INTERVENANTE

Sophie Dodelin – Productrice/formatrice

## ORGANISATION

1 journée de 7 heures

De 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30

Formation qualifiante

## LIEU DE FORMATION

CFPPA de Montmorot - Jura

## PUBLIC

- Demandeurs d'emploi
- Salariés en CDI ou en CDD
- Agriculteurs-trices en Agriculture Biologique
- Particuliers

Pré-requis : Aucun

Délai d'accès à la formation : entrées et sorties permanentes

Accessible à tous publics en situation de handicap

## FINANCEMENT ET TARIFS

- France Travail
- Autofinancement
- VIVEA
- OPCO

### Tous financements

150 €/journée de formation

### VIVEA

154 €/journée de formation

## CONDITIONS D'INSCRIPTION ET CONTACTS

### Référente de formation

Anne-Lise Boisson - [cfppa.montmorot@educagri.fr](mailto:cfppa.montmorot@educagri.fr)

### Référente handicap

Corinne Raquin - [cfppa.montmorot@educagri.fr](mailto:cfppa.montmorot@educagri.fr)

Indicateurs 2022 : 28 stagiaires

92,2 %

Satisfaction



## PROGRAMME DE FORMATION

- Les différents acteurs et mécanismes des fermentations
- Les principales fermentations alimentaires : lactique, alcoolique, acétique, autres.
- Les vertus alimentaires prouvés des aliments fermentés
- Pratique : comment on fait... : matériel nécessaire, différents processus, astuces, points de vigilance, etc.
- Les risques de toxicité dans nos préparations.
- Pratique : Préparation de conserves de légumes lacto-fermentés (en fonction des légumes disponibles de saison), chacun peut apporter jusqu'à deux pots pour les préparer et repartir chez lui avec.
- Théorie : le marché des aliments fermentés en France aujourd'hui, les réglementations (aperçu rapide)
- Bibliographie (quels livres pour commencer ? Pour approfondir ?)

L'atelier est réalisé avec des produits bio et/ou locaux

## METHODES PEDAGOGIQUES

- Apports théoriques : diaporama , supports papier
- Apports pratiques en laboratoire

