

# LACTOFERM®

## Ferment choucroute

Contenu: 5 g  
Pour la fermentation lactique des légumes



Ce ferment lactique lyophilisé contient des bactéries lactiques qui sont indispensables pour acidifier les légumes. Leur utilisation accélère considérablement le déclenchement de la fermentation. Ce fait est très important, car la phase initiale est très sensible aux infections.

Le déclenchement de la fermentation de vos légumes se fait par l'addition de « petit-lait ». Ce sachet de « ferment pour choucroute » permet de préparer ce petit-lait. Le meilleur résultat est obtenu par la combinaison de ce ferment lactique et de présure ; mais ceci est également possible sans présure. Suivez l'une des méthodes ci-dessous pour préparer votre petit-lait, puis passez à l'étape 2.

### 1re ÉTAPE préparation du petit-lait : méthode avec présure

Dissolvez le contenu du sachet dans 1 litre de lait pasteurisé ou stérilisé à température ambiante. Laissez agir pendant environ 6 heures et ajoutez ensuite 5 gouttes de présure. Mélangez bien et laissez le lait à température ambiante jusqu'à ce qu'il commence à se cailler. Cela se passe généralement après env. 4 heures. La fraction liquide est votre petit-lait, la partie plus solide est du délicieux fromage blanc. Passez le fromage blanc à travers une gaze fine et collectez le petit-lait. Passez à l'étape 2.

### 1re ÉTAPE préparation du petit-lait : méthode sans présure

Vous pouvez également préparer du petit-lait sans présure, mais cette méthode est plus sensible aux infections. Dissolvez le contenu du sachet dans 1 litre de lait pasteurisé ou stérilisé à température ambiante. Laissez agir pendant environ 12 heures à température ambiante, et ce, jusqu'à ce que le lait commence à se cailler. La fraction liquide est votre petit-lait, la partie plus solide est du délicieux fromage blanc. Passez le fromage blanc à travers une gaze fine et collectez le petit-lait. Ce fromage blanc sera un peu plus acide que celui préparé avec de la présure.

### 2e ÉTAPE ajouter le petit-lait à vos légumes

Pour l'acidification de vos légumes, utilisez de préférence des pots en grès émaillé pourvus d'un rebord à eau. Le petit-lait est ajouté après avoir comprimé les légumes, et juste avant de poser les pierres d'étanchement et la pose du couvercle du pot dans le bord rempli d'eau. Ajoutez 100 cm<sup>3</sup> de petit-lait pour un pot de 10 litres.

### 3e ÉTAPE la fermentation

Laissez le pot pendant 1 semaine à 10 jours à température ambiante (20–22°C) pour déclencher la fermentation. Entreposez ensuite le pot dans un endroit frais (à température de cave). Pour la choucroute, mettez le pot au frais pendant 6 semaines sans l'ouvrir. À partir de ce moment-là, la choucroute peut être consommée. Les princesses, les betteraves rouges et les mélanges de légumes peuvent déjà être consommés après 4 semaines.

Après avoir enlevé une portion de légumes fermentés, n'oubliez pas de nettoyer soigneusement les parois du pot et de rincer les feuilles ou la toile de recouvrement ainsi que les pierres de recouvrement à l'eau pure avant de les utiliser à nouveau. Les pierres doivent toujours être recouvertes de liquide.

Bon appétit !

### Conservation du petit-lait

Si vous souhaitez conserver le petit-lait de la 1re étape pour une fermentation lactique ultérieure, vous pouvez simplement le congeler en petites portions, de 100 cm<sup>3</sup> par exemple. Après l'avoir décongelée, ajoutez-le directement à vos légumes à acidifier, ou faites-en à nouveau du délicieux fromage blanc. 100 cm<sup>3</sup> de ce petit-lait suffisent pour acidifier 1 litre de lait.

# LACTOFERM®

## Zuurkoolferment

Inhoud: 5 g  
voor het inzuren van groenten



Ten minste houdbaar tot :  
A consommer de préférence  
avant le :  
Best before :  
Minstens houdbaar bis :

Dit gevriesdroogd melkzuurferment bevat melkzuurbacteriën die nodig zijn voor het verzuren van groenten. Het gebruik ervan versnelt het op gang brengen van de fermentatie aanzienlijk. Dit is erg belangrijk, daar in de beginfase infecties makkelijk kunnen toeslaan.

Het opstarten van de fermentatie van uw groenten gebeurt door "weimelk" toe te voegen. Dit gevriesdroogd melkzuurferment bevat melkzuurbacteriën die nodig zijn voor het verzuren van groenten. Het gebruik ervan versnelt het op gang brengen van de fermentatie aanzienlijk. Dit is erg belangrijk, daar in de beginfase infecties makkelijk kunnen toeslaan.

Het opstarten van de fermentatie van uw groenten gebeurt door "weimelk" toe te voegen. Met dit zakje "zuurkoolferment" gaat u deze weimelk aanmaken. Het beste resultaat bereikt u door zowel dit melkzuurferment alsook stremsel te gebruiken; maar het kan ook zonder stremsel. Volg één van de onderstaande methodes om uw weimelk te maken, en ga dan verder met stap 2.

### STAP 1 weimelk aanmaken : methode met stremsel

Los de inhoud van het zakje op in 1 liter gepasteuriseerde of gesteriliseerde melk op kamertemperatuur. Laat gedurende ong. 6 uur inwerken en voeg dan 5 druppels stremsel toe. Roer goed en laat de melk op kamertemperatuur staan tot ze begint te schiften. Dit is meestal na ong. 4 uur. Het vloeibare gedeelte is uw weimelk, het vastere gedeelte is heerlijke platte kaas of kwark. Giet de kwark door een fijn gaasdoek en vang de weimelk op. Ga verder naar stap 2.

### STAP 1 weimelk aanmaken : methode zonder stremsel

U kan ook weimelk maken zonder stremsel, maar deze methode is vatbaarder voor infectie. Los de inhoud van het zakje op in 1 liter gepasteuriseerde of gesteriliseerde melk op kamertemperatuur. Laat gedurende ong. 12 uur inwerken op kamertemperatuur en dit tot de melk begint te schiften. Het vloeibare gedeelte is uw weimelk, het vastere gedeelte is heerlijke platte kaas of kwark. Giet de kwark door een fijn gaasdoek en vang de weimelk op. Deze kwark zal iets zuurder zijn dan deze gemaakt met stremsel.

### STAP 2 weimelk toevoegen aan uw groenten

Gebruik voor het inzuren van uw groenten bij voorkeur geglazuurde aardewerken potten voorzien van een waterrand. De weimelk wordt toegevoegd na het aanstampen of aandrukken van de groenten en vlak voor het opleggen van de afsluitstenen en het plaatsen van het potdeksel in de met water gevulde rand. Voeg 100 cc weimelk toe voor een 10 liter pot.

### STAP 3 de fermentatie

Laat de pot 1 week tot 10 dagen op kamertemperatuur (20 – 22 °C) staan om de fermentatie op gang te laten komen. Zet de pot daarna op een koele plaats (op keldertemperatuur). Voor zuurkool zet u de pot 6 weken koel zonder te openen. Vanaf dan kan de zuurkool geconsumeerd worden. Prinsessenboontjes, rode biet en gemengde groenten kunnen reeds na 4 weken geconsumeerd worden.

Vergeet niet na het uitnemen van een portie gefermenteerde groenten de wanden van de pot smetteloos zuiver te vegen en de afdekbladeren of -doek, alsmede de afdekstenen, af te spoelen met zuiver water alvorens ze opnieuw te gebruiken. De stenen dienen steeds onder vloeistof te staan.

Smakelijk !

### Bewaring van weimelk

Als u de overgebleven weimelk van stap 1 wil bewaren voor een volgende melkzuurfermentatie, dan kan u deze gewoon invriezen in kleinere porties van bv. 100 cc. Na ontdooien voegt u deze dan rechtstreeks bij uw te verzuren groenten of u maakt er opnieuw heerlijke kwark van. Iedere 100 cc. van deze weimelk is dan geschikt om 1 liter melk aan te zuren.

Lactoferm® by Brouwland  
Korspelsesteenweg 86  
B-3581 Beverlo, Belgium  
Tel. +32-(0)11-40.14.08  
sales@brouwland.com  
www.brouwland.com

BROUWLAND



# LACTOFERM®

## Sauerkraut culture

Content: 5 g  
For souring vegetables



This freeze dried lactic acid culture contains lactic acid bacteria needed for souring vegetables. Using this will substantially speed up the fermentation start. This is very important because infections can strike fast in the early stages of fermenting.

The fermentation start-up of your vegetables takes place by adding "whey milk". With this bag of "lactic acid bacteria you can make this whey milk. The best result is reached by adding this lactic acid bacteria together with rennet, but the use of rennet is not necessary. Follow one of the methods below to make your whey milk and proceed to step 2.

### STEP 1 making whey milk : rennet method

Dissolve the content of the bag in 1 litre pasteurised or sterilised milk at room temperature. Let it settle for about 6 hours then add 5 drops of rennet. Stir well and let the milk rest at room temperature until it starts to curdle. This takes place after about 4 hours. The liquid part is whey milk, the more solid part is delicious soft cheese or curd cheese. Pour the curd cheese through a fine meshed cloth and collect the whey milk. Go to step 2.

### STEP 1 making whey milk : method without rennet

You can also make whey milk without rennet however this method is more susceptible to infections. Dissolve the content of the bag in 1 litre pasteurised or sterilised milk at room temperature. Let it settle for about 12 hours at room temperature until it starts to curdle. The liquid part is whey milk, the more solid part is delicious soft cheese or curd cheese. Pour the curd cheese through a fine meshed cloth and collect the whey milk. This curd cheese will be a little bit more sour than the one made with rennet.

### STEP 2 adding whey milk to your vegetables

For souring your vegetables it is advised to use enamel ceramic pots with a special water edge (air lock). The whey milk is added after pounding or pressing the vegetables and right before laying the stones and placing the lid in the edge filled with water. Add 100 cc of whey milk for a 10 litre pot.

### STEP 3 fermentation

Let the pot rest for about a week till 10 days at room temperature (20-22 °C) to start the fermentation. Afterwards place the pot in a cool place (cellar temperature). When you are making sauerkraut let it rest for about 6 weeks without opening the pot. From then on you can consume the sauerkraut.

Green beans, beetroot and mixed vegetables can already be consummated after 4 weeks.

After removing a portion of your fermented vegetables don't forget to thoroughly clean the walls of the pot, and to rinse the cover leaves (or cloth) and the stones before putting them back in.

Enjoy !

### Preserving the whey milk

If you want to preserve the remaining whey milk of step 1 for future lactic acid fermentation you can freeze it into small portions of about 100 cc. After defrosting you can then add it straight to your soured vegetables or you can make a delicious curd cheese again. Every 100 cc of whey milk is suited for souring 1 litre of milk.

# LACTOFERM®

## Sauerkraut Kultur

Inhalt: 5 g  
Für das Säuren von Gemüse



Dieses gefriergetrocknete Milchsäureferment enthält Milchsäurebakterien, die für das Säuern von Gemüse benötigt werden. Ihre Verwendung beschleunigt die Gärung deutlich. Dies ist äußerst wichtig, da in der frühen Phase leicht Infektionen auftreten können.

Die Fermentation Ihres Gemüses beginnt mit dem Hinzufügen von „Molke“. Mit diesem Beutel „Sauerkrautferment“ machen Sie diese Molke an. Das beste Ergebnis erzielen Sie sowohl mit diesem Milchsäureferment als auch mit Lab, wobei es auch ohne Lab geht. Befolgen Sie eine der folgenden Methoden, um Ihre Molke zu erzeugen. Fahren Sie dann mit Schritt 2 fort.

### Schritt 1: Molke anmachen: Methode mit Lab

Lösen Sie den Inhalt des Beutels in 1 Liter pasteurisierter oder sterilisierter Milch bei Raumtemperatur auf. Lassen Sie alles für ca. 6 Stunden einwirken und fügen Sie dann 5 Tropfen Lab hinzu. Gut umrühren und die Milch bei Raumtemperatur stehen lassen, bis die Milch zu gerinnen beginnt. Dies ist in der Regel nach ca. 4 Stunden der Fall. Der flüssige Teil ist Ihre Molke, der festere Bestandteil ist köstlicher Käse oder Quark. Gießen Sie den Quark durch ein feinmaschiges Tuch und fangen Sie die Molke auf. Fahren Sie mit Schritt 2 fort.

### Schritt 1: Molke anmachen: Methode ohne Lab

Sie können Ihre Molke auch ohne Lab anmachen. Diese Methode ist jedoch anfälliger für Infektionen. Lösen Sie den Inhalt des Beutels in 1 Liter pasteurisierter oder sterilisierter Milch bei Raumtemperatur auf. Lassen Sie alles für ca. 12 Stunden bei Raumtemperatur einwirken, bis die Milch zu gerinnen beginnt. Der flüssige Teil ist Ihre Molke, der festere Bestandteil ist köstlicher Käse oder Quark. Gießen Sie den Quark durch ein feinmaschiges Tuch und fangen Sie die Molke auf. Dieser Quark ist etwas saurer als jener mit Lab.

### Schritt 2: Molke zum Gemüse hinzufügen

Verwenden Sie für das Säuern Ihres Gemüses vorzugsweise glasierte Tontöpfe mit einem Wasserrand. Die Molke wird nach dem Anstampfen oder Andrücken des Gemüses und kurz vor dem Auflegen der Abschlusssteine und des Deckels in den mit Wasser gefüllten Rand hinzugefügt. Fügen Sie bei einem 10 Liter Gefäß 100 ccm Molke hinzu.

### Schritt 3: Die Gärung

Lassen Sie den Topf 1 Woche bis 10 Tage lang bei Raumtemperatur (20-22 °C) stehen, um die Gärung in Gang zu setzen. Stellen Sie den Topf danach an einen kühlen Ort (bei Kellertemperatur). Bei Sauerkraut lagern Sie den Topf 6 Wochen kühl ohne ihn zu öffnen. Danach kann das Sauerkraut verzehrt werden. Buschbohnen, rote Rüben und gemischtes Gemüse können bereits nach 4 Wochen verzehrt werden.

Vergessen Sie nicht nach dem Entfernen eines Teils des fermentierten Gemüses die Wände des Topfs gründlich zu reinigen und die Abdeckblätter oder das Abdecktuch wie auch die Abdecksteine mit sauberem Wasser abzuspülen, bevor diese erneut verwendet werden. Die Steine sollten immer in einer Flüssigkeit aufbewahrt werden.

Guten Appetit!

### Aufbewahrung von Molke

Wenn Sie die übrig gebliebene Molke aus Schritt 1 für eine spätere Milchsäuregärung aufbewahren möchten, können Sie diese einfach in kleinen Portionen von etwa 100 ccm einfrieren. Nach dem Auftauen geben Sie die Molke direkt zu Ihrem zu säuernden oder machen sich wieder einen leckeren Quark. 100 ccm dieser Molke eignen sich dann für das Ansäuern von einem Liter Milch.

Lactoferm® by Brouwland

Korspelsesteenweg 86  
B-3581 Beverlo, Belgium  
Tel. +32-(0)11-40.14.08  
sales@brouwland.com  
www.brouwland.com

BROUWLAND

