



## WORKSHOP FERMENTAZIONE KIMCHI

con  
**Yoko Grignoli**  
10.Marzo 2024  
alle ore 15

Gia Ippocrate nel 400 a. C. diceva: “la cattiva digestione è l’origine di ogni male”.  
La fermentazione è un prezioso alleato per la nostra salute. I cibi fermentati facilitano la digestione e rafforzano il sistema immunitario.



Durante il corso verranno illustrate le base della fermentazione e sarete accompagnato nella preparazione del famoso Kimchi.

Vi chiediamo di portare da casa un vasetto da 500ml.



I posti sono limitati, quindi vi consigliamo di iscriverci il primo possibile.  
Il costo del corso è di 50 FR per persona

Birgit Kollhof & Sandra Gianoli

AmiciOrtiMorcote  
Vallon 8 - CH-6922 Morcote  
+41 79 774 1401 - +41 76 437 7710 [info@amiciortimorcote.ch](mailto:info@amiciortimorcote.ch)