

12 settembre, ore 10-12.30
Gessate (MI)

COME PRODURRE ALIMENTI FERMENTATI: IMPARA A PREPARARE IL TUO KOMBUCHA

*Impara tutti passaggi per
preparare il Kombucha (tè
fermentato) e i primi rudimenti
sulla fermentazione delle verdure.*

Con Renata Brognoli

.....
Nel corso è incluso:

- **assaggio** di verdure fermentate
- una bottiglia di **Kombucha**
- 50 gr di **tè**
- **dispensa** completa

Costo: 50 euro

Numero max di iscritti: 8

Info e iscrizioni:

psicologiagessate@gmail.com

www.psicologiagessate.it



I benefici del Kombucha

equilibrio del microbiota / azione antiossidante
supporto immunitario / effetto disintossicante
controllo della glicemia / aumento dell'energia
proprietà antibatteriche / sostiene il metabolismo

