

# Fermentieren

## Backen

- [Hefe selber herstellen](#)
- [Lievito Madre \(Weizensauerteig\)](#)
- [Sauerteig \(Roggen\)](#)

## Gemüse/Obst

- [Kimchi \(traditionell\)](#)
- [Knoblauch in Honig](#)
- [Möhren](#)
- [Rotkraut](#)
- [Salzzitronen](#)
- [Sauerkraut](#)

## Milchprodukte

- [Crème fraîche](#)
- [Kefir mild](#)
- [Kokosjoghurt](#)
- [Sauermilch](#)

## Käse

- [Frischkäse](#)
- [Frischkäse-Aufstrich](#)

## Getränke

- [Ginger Ale](#)
- [Verschiedene Limonaden](#)

## Koji/Tempeh

- [Koji](#)
- [Shio-Koji-Paste](#)
- [Tempeh](#)

## Starter

- <https://mimiferments.com/products/tempeh-sporen-10g>

## Soßen

- [Ketchup](#)

## Fermentierbox

- <https://nicostanitzok.de/fermentierbox-diy-besser-fermentieren/>

From:

<http://www.fritzwiki.de/> - **FritzWiki**

Permanent link:

<http://www.fritzwiki.de/doku.php?id=rezepte:fermentieren:start>

Last update: **20.01.2026 14:20**

