

<http://projet-sciences-branly.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article341>

# Aliments fermentés : la tendance qui nous veut du bien !

- Première ES/L - Thème 2 : Nourrir l'humanité - Chap 2 : la qualité des aliments -

**1 ES/L**

Date de mise en ligne : dimanche 19 février 2017

---

Copyright © Lycée branly deux sciences et SVT - Tous droits réservés

---

## **Aliments fermentés : la tendance qui nous veut du bien !**

---

Pain, vin, fromage, saucisson, choucroute, sauce soja ou crêpe. Ils ont un point commun : ce sont tous des aliments fermentés et ils sont récemment devenus à la mode car on les dit bourrés de bonnes choses pour notre santé. On en parle dans notre dossier du jour. Alors quels sont les intérêts nutritionnels et les atouts santé des aliments fermentés ? Comment procède t on et peut on tout fermenter ?