



Le Parfait®

LA FERMENTATION SELON LE PARFAIT

*Étude OpinionWay - 1 097 répondants - Mai 2024 - catégorie bocaux hermétiques

Retrouvez toutes les informations et les visuels Le Parfait sur www.primavera.fr
Rubrique Espace Presse ou disponibles sur demande à :

PRIMAVERA COMMUNICATION

Rosa MOKRI - Claudia VAUDOIS

Tél. : 01 55 21 63 85 - E-mail : primavera@primavera.fr

WWW.LEPARFAIT.COM



UN PROCÉDÉ EN PLEIN ESSOR

Reconnue pour ses nombreux bienfaits sur la santé, la fermentation s'impose comme une méthode de conservation à la fois naturelle, économique et durable. Elle connaît aujourd'hui un véritable regain d'intérêt, portée par la recherche d'une alimentation plus saine, plus responsable et faite maison.

Pour accompagner cet engouement, Le Parfait, grande marque française spécialiste de la conservation depuis 90 ans, propose aux amateurs comme aux passionnés, des bocaux et des bouteilles en verre de haute qualité, parfaitement adaptés aux préparations fermentées. La marque partage également un large éventail de conseils utiles, de recettes inspirantes et une nouvelle application Le Parfait, gratuite et pratique, permettant à chacun de se lancer en toute confiance et de maîtriser les fondamentaux de la fermentation maison.



Un plaisir gustatif

La fermentation est un procédé ancestral obtenu par l'action naturelle de micro-organismes (levures, bactéries et champignons) qui transforment le goût et les saveurs des aliments. À partir des années 1960, elle se développe à grande échelle dans l'industrie agro-alimentaire, notamment pour les yaourts et les fromages, avec des procédés standardisés visant à garantir la sécurité sanitaire des denrées en empêchant la prolifération de bactéries pathogènes. Aujourd'hui, plus de 5 000* aliments fermentés sont produits et consommés dans le monde, toutes cultures confondues (fromages affinés, vins riches en arômes, pains croustillants, yaourts crémeux, soja fermenté, kimchi épicé ou encore bière artisanale). **Désormais, chefs gastronomiques comme particuliers renouent avec cette pratique artisanale qui valorise les produits de saison et permet une alimentation particulièrement saine. Fort de son expertise historique dans la conservation, Le Parfait accompagne ce retour à une tradition qui se modernise.**

*Source : INRAE (Institut National de Recherche pour l'Agriculture, l'Alimentation et l'Environnement)



UN ENGOUEMENT LIÉ À DES ENVIES NOUVELLES

Au-delà de leurs qualités gustatives, les aliments fermentés contribuent aussi à réduire le gaspillage alimentaire et sont très bons pour la santé.

Naturellement riches en micro-organismes vivants (entre un million et plusieurs milliards par gramme selon les aliments), ils participent à l'équilibre du microbiote intestinal, essentiel à la digestion et à l'équilibre général. Ce procédé naturel agit aussi comme un mode de conservation efficace, en limitant le développement de bactéries indésirables, sans recours aux additifs.

Dans un contexte où les plats industriels prêts à consommer, souvent riches en sucres, additifs et arômes artificiels, sont de plus en plus remis en cause, la fermentation séduit par sa simplicité et son authenticité. Depuis une dizaine d'années, les habitudes évoluent : les boissons fermentées non alcoolisées, comme le kombucha à base de thé, enregistrent une hausse de plus de 35 %*. Le kéfir, les légumes tels les pickles, ou le chou kimchi deviennent tendance dans les pratiques alimentaires.

Idéals pour la fermentation, les bocaux iconiques Le Parfait Super possèdent un design arrondi emblématique en verre épais gravé « Le Parfait », associé à une fermeture métallique assemblée à la main, gage de qualité, de fiabilité et de longévité. Ils sont parfaitement hermétiques, grâce à leur rondelle en caoutchouc naturel orange, et résistent à la pression générée par la fermentation. Ils permettent ainsi de réaliser facilement toutes les recettes fermentées de fruits, légumes, pickles, kimchi, kéfir ou kombucha. Une invitation à explorer des saveurs locales ou venues d'ailleurs, tout en adoptant une démarche anti-gaspillage et responsable.



*Source : Le Monde.



LES ÉTAPES LE PARFAIT POUR UNE FERMENTATION RÉUSSIE

La fermentation repose sur l'action des micro-organismes naturellement présents dans les fruits et légumes. Il suffit de leur offrir un environnement adéquat pour que les acides lactiques se développent.

Pour commencer, les bocaux Le Parfait Super doivent être parfaitement propres, rincés à l'eau chaude et séchés à l'air libre. Les légumes, de préférence issus de l'agriculture biologique ou cultivés sans pesticides, sont soigneusement lavés, puis préparés selon leur teneur en eau : en julienne pour les légumes riches en eau, ou entiers/en morceaux pour les autres.

Deux méthodes principales peuvent être utilisées : la fermentation au sel (pour les légumes qui rendent de l'eau) ou la fermentation en saumure. Dans ce second cas, il est recommandé de préparer une saumure composée d'environ 2 % de sel, soit 20 g de sel (environ 2 cuillères à café) pour 1 litre d'eau. Certaines recettes peuvent également être réalisées avec du vinaigre, selon le résultat recherché.

Les légumes doivent ensuite être placés dans le bocal et entièrement immergés dans leur jus ou dans la saumure afin d'éviter tout contact avec l'air, condition essentielle à une fermentation réussie.

Le processus débute à température ambiante. Rapidement, des bulles se forment : c'est le signe que la fermentation est en cours. Certaines préparations peuvent nécessiter un dégazage régulier, en ouvrant brièvement le bocal pour évacuer la pression. Il est d'ailleurs recommandé de placer une coupelle sous le bocal afin de récupérer le jus du dégazage.

La durée de fermentation varie selon les recettes et les goûts recherchés : certaines préparations peuvent être dégustées après quelques heures seulement, tandis que d'autres nécessitent plusieurs jours ou semaines. Une fois le goût souhaité atteint et le bocal ouvert, il est conseillé de conserver la préparation au réfrigérateur pendant une ou plusieurs semaines en fonction de la recette, afin de ralentir fortement la fermentation.

Pour accompagner chaque étape, l'application Le Parfait permet de calculer précisément les proportions de sel ou de saumure, de suivre l'évolution des préparations et de recevoir des alertes pour vérifier les différentes phases de fermentation.



[Cliquez ici pour voir les recettes de fermentation proposées par Le Parfait \(Kefir, Kimchi...\)](#)



UN SERVICE DIGITAL ADAPTÉ

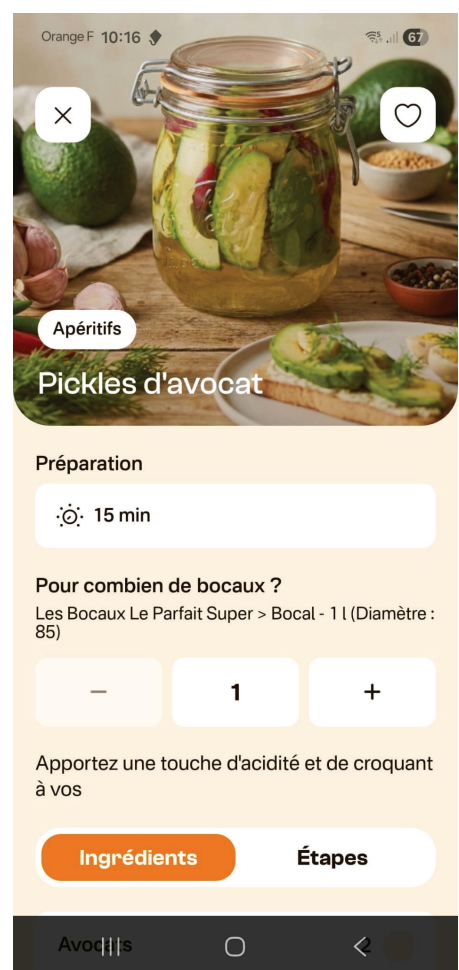
La nouvelle application mobile gratuite Le Parfait permet de naviguer facilement entre les différents modes de conservation et de trouver l'inspiration parmi plus de 500 recettes personnalisables.

Très pratique et interactive, elle répertorie les conserves réalisées avec leur date limite de consommation, crée des alertes et propose un inventaire complet des bocaux stockés (cave, cellier, placard, réfrigérateur et congélateur).

L'utilisateur peut également associer une recette à une photo, sélectionner les ingrédients à partir de pictos, les classer par méthode de conservation (pasteurisation, fermentation, etc.) et référencer le lieu de stockage.

Un nouveau Timer dédié à la fermentation viendra prochainement enrichir l'application pour une maîtrise encore plus précise des temps et des phases, avec des rappels pour le suivi, le dégazage et la dégustation.

L'application propose automatiquement une date limite d'ouverture en fonction de la recette et du jour de fabrication et envoie une notification lorsque la date se rapproche.



À PROPOS

Le Parfait est une marque déposée de Berlin Packaging France SAS dont le siège se situe à Nice. Berlin Packaging France SAS est une société de la division EMEA de Berlin Packaging, le plus grand Hybrid Packaging Supplier® au monde d'emballages en verre, plastique, métal et de fermetures.