

Mortier Pilon Tips & Tricks

Sterilization A-B-C

It is imperative to sterilize every instrument and kitchen tool that will come in contact with the preparation of fermented foods. This includes your hands! If you must stir your mix during the fermentation process, the tools and bowls you use must be sterilized at the risk of contaminating your preparation.

The sterilization process for your kitchen instruments is that same as your fermentation jar (see below). The recommended method for cleaning and sterilizing is the same for all Mortier Pilon Fermentation Crock, Brewing Jars, and Canning Jars:

1. Start by rinsing the inside of your Crock or Jar with lukewarm water from the tap.
 2. Add in a bit of vinegar and shake so the vinegar gets all over the inner wall of the Crock or Jar.
 3. Turn the Crock or Jar upside down above the sink to get rid of any excess vinegar. You do not need to rinse the remaining vinegar off as it promotes the growth of good bacteria.
 4. Should you need to clean the outside of the Crock or Jar, use a damp piece of cloth or paper towel.
- ❖ DO NOT use boiling water or very hot water.
 - ❖ DO NOT put in the dishwasher

Be sure to keep the instrument away from sources of contamination after the sterilization process, and to use it on your food preparation shortly afterwards.

Help! There is mold growing on my food preparation

Mold growing on your food is totally normal during the fermentation process. To remove it, you can simply open your jar, take out the mold with the help of a sterilized instrument, and close the jar back up. The fermentation process will not be disturbed if you follow these simple steps.

To prevent undesirable mold coming directly in contact with your food, we recommend placing a large cabbage leaf on top of the preparation, and then placing the Mortier Pilon ceramic weight on top. By doing so, the mold will form on top of the cabbage leaf rather than on the food. Once the desired fermentation level is reached, you can simply discard the leaf and enjoy your food.

Help! There is mold growing in my kombucha

Unlike vegetable fermentation, mold growing in kombucha is a big no-no. Mold is recognizable in its shape, as circular deposits that often look fuzzy or furry, and in its color, which can appear as white, green, or black. Unfortunately, once mold has developed in kombucha, the entire batch, including the kombucha SCOBY, must absolutely be discarded.

How to store fermented food

Fermented food does not have to be stored in the refrigerator. In fact, fermentation was actually born as a food preservation method in the absence of refrigeration! A cool place is all that is required when storing your fermented goods. This could be a basement, a cellar, or a cold pantry. Cold storage will slow down the fermentation process, though your food will still continue to ferment but at a much slower rate than at room temperature.

How full does my crock need to be?

It is important to leave 1 inch of headspace at the top of the crock, between your preparation and the rim of the jar. This allows the mix to gain volume and for gas to be released. Not leaving enough headspace may cause the mix to overflow and leak.

Should you experience leakage, you can open the crock and remove the excess brine and food with the help of a sterilized instrument. Then, simply close the lid and let the fermentation process continue.

You can also choose to leave the crock partially filled, while always placing the Mortier Pilon ceramic weight on top of the preparation. However, too big of a headspace is not desirable since contact between air and the ingredients encourages the formation of bad bacteria. This is why we recommend leaving no more and no less than 1 inch of headspace.

One basic rule when fermenting vegetables is to keep all of the ingredients totally submerged under the brine. Use your weight to keep them under the liquid level. To prepare the brine, dissolve 4 tbs. (60 ml) of salt in 1 quart (4 cups) of hot water. Let cool before you transfer the brine to your Mortier Pilon fermentation jar.

Trucs et Astuces

L'ABC de la stérilisation

Il est impératif de stériliser chaque instrument de cuisine qui entre en contact avec la préparation d'aliment. Ceci inclut vos mains! Si vous devez mélanger vos ingrédients pendant le processus de fermentation, vous devez stériliser l'instrument utilisé afin d'éliminer le risque de contamination.

Le processus de stérilisation pour vos instruments de cuisine est le même que pour votre jarre de fermentation (voir ci-dessous). La méthode recommandée pour nettoyer et stériliser est la même pour tous les produits Mortier Pilon, qu'il s'agisse de Cruches de fermentation, des Jarres de brassage ou des Pots à conserves :

1. Commencez par rincer l'intérieur de la Cruche, de la Jarre ou du Pot à l'eau tiède du robinet.
 2. Ajoutez un peu de vinaigre et secouez de façon à ce que le vinaigre se répande sur toute la paroi extérieure du Pot, de la Jarre ou de la Cruche.
 3. Renversez le Pot, la Jarre ou la Cruche au-dessus de l'évier de façon à ce que le surplus de vinaigre s'écoule. Il n'est pas nécessaire de rincer; le vinaigre favorise la croissance de bonnes bactéries.
 4. Si vous devez nettoyer l'extérieur du Pot, de la Jarre ou de la Cruche, veuillez utiliser un morceau de tissu ou un essuie-tout humide.
- ❖ NE PAS utiliser d'eau bouillante ou très chaude.
 - ❖ NE PAS mettre au lave-vaisselle.

Assurez-vous de garder l'instrument hors de la portée de sources de contamination en l'utilisant peu après la stérilisation.

Au secours! Il y a de la moisissure sur ma préparation d'aliment

La présence de moisissure sur votre préparation est tout à fait normale pendant le processus de fermentation. Pour la retirer, il suffit simplement d'ouvrir la jarre, d'enlever la moisissure à l'aide d'un outil stérilisé et de refermer la jarre. Le processus de fermentation ne sera pas interrompu si vous suivez ces étapes.

Afin de prévenir la formation de moisissure directement sur vos aliments, nous recommandons de placer une grande feuille de chou directement au-dessus de la préparation et de placer ensuite le poids en céramique Mortier Pilon par-dessus la feuille. De cette manière, la

moisissure se formera sur la feuille de chou et non sur les aliments. Une fois le niveau de fermentation atteint, il suffit de jeter la feuille de chou.

Au secours! Il y a de la moisissure dans mon kombucha

Contrairement à la fermentation de légumes, la présence de moisissure dans le kombucha n'est pas désirable. La moisissure peut être reconnue grâce à sa forme, soit un dépôt circulaire qui apparaît duveté, et à sa couleur, qui peut être blanche, verte ou noire. Malheureusement, l'ensemble du kombucha, incluant le SCOBY, doit être jeté si de la moisissure si est formée.

Comment entreposer sa nourriture fermentée

La nourriture fermentée n'a pas besoin d'être entreposée au réfrigérateur. En fait, le processus de fermentation est né comme méthode de conservation des aliments en l'absence de réfrigération! Pour entreposer vos aliments fermentés, il ne suffit que d'un endroit frais. Ceci peut être un sous-sol, un cellier ou un garde-manger frais.

L'entreposage au frais ralentit le processus de fermentation, bien qu'il ne l'arrête pas complètement. Votre préparation continue donc de fermenter mais à un rythme beaucoup plus lent qu'à température ambiante.

Jusqu'à où dois-je remplir ma jarre?

Il est important de laisser 1 pouce d'espace libre entre la nourriture et le rebord de la jarre. Ceci permet à la préparation d'aliment de prendre du volume et aux gaz de s'échapper. L'absence de cet espace pourrait entraîner des fuites.

Remplir la jarre au complet, sans laisser d'espace, pourrait entraîner des fuites. Si c'est le cas et que votre préparation coule à l'extérieur de la jarre, vous pouvez l'ouvrir et retirer l'excès de saumure et de préparation à l'aide d'un outil stérilisé. Puis, refermer la jarre et laisser le processus de fermentation continuer.

Vous pouvez aussi choisir de laisser la jarre partiellement remplie, en n'oubliant pas de placer le poids de céramique Mortier Pilon par-dessus la préparation. Par contre, un espace trop grand n'est pas souhaitable car le contact de l'air et de la nourriture encourage le développement de mauvaises bactéries. C'est donc pourquoi nous vous recommandons de ne laisser ni plus ni moins qu'1 pouce d'espace.

Lors de la fermentation de légumes, une règle de base est de garder tous les ingrédients submergés sous la saumure. Utilisez votre poids en céramique pour les garder sous le niveau du liquide. Pour préparer la saumure, dissolvez 60 ml (4 c. à soupe) de sel dans 4 tasses (un litre) d'eau chaude. Laissez refroidir avant de transvider la saumure dans votre jarre de fermentation Mortier Pilon.