

LE CHOU - ROUGE - germes et micropousses

Germe d'un beau rouge pourpre, au goût un peu amer. Procure des avantages nutritionnels comparables au brocoli et aide au bon fonctionnement du système immunitaire.

Prétrempage des semences (heures)	Rinçage par jour	Jours de production		Rendement (ratio/poids)	
	Germes	Germes	Micropousses	Germes	Micropousses
6-12	2-3	5-7	7-14	5 : 1	3 : 1



Semences



Germes / 4 jours



Micropousses / 10 jours

Goût Goût prononcé de chou rouge.

Aspect Petit grain rond brun foncé comme pour le chou chinois, mais un peu plus grand. Germe d'une magnifique couleur fuchsia à tige blanche avec deux folioles vertes.

Nutriment Riche en calcium, soufre, fer, magnésium, zinc, et vitamines A, B1, B2, B3, et C.

Utilisation Jolies germinations tricolores blanches, pourpres avec deux folioles vertes. Très décoratif pour tous vos plats.

