VITAMIN 2 GO

Kresse

Die Erdtablette löffelweise mit Wasser beträufeln bis sie aufquillt und auseinander bricht. Erdreich leicht auflockern, Samenkörner einlegen, dann mit etwas Erde bedecken. Erdreich immer feucht halten, jedoch nicht zu nass. Damit ein Treibhauseffekt entsteht, alles mit Frischhalte-Folie abdecken bis die ersten Spitzen zu sehen sind. Die ersten Keimlinge sprießen schon nach 3-4 Tagen und können bald geerntet werden.

Zu jeder Jahreszeit einsetzbar. Kresse findet gerne Anwendung als Rohkost auf Butterbrote, für Salate und als Garnierung. Kräftig-würziger Geschmack. Reich an Mineralien.

Auf ein vitaminreiches Wachstum

(Samenkörner nicht zum Verzehr)

10226