

JAK PĚSTOVAT MICROGREENS

MICROGREENS JSOU MLADÉ VÝHONKY ZELENINY, BYLINEK NEBO LUŠTĚNIN, SKLIZENÉ UŽ 7 - 15 DNÍ PO VYKLÍČENÍ. JSOU OBLÍBENÉ PRO SVOU VÝRAZNOU CHUŤ, KRÁSNÝ VZHLED A VYSOKÝ OBSAH ŽIVIN.



ZÁKLADNÍ VÝBAVA

 Semena microgreens

 Průhledné víko / folie

 Klíčící miska / sada

 Světelný zdroj

 Rozprašovač na vodu

 Nůžky na sklizeň



TIPY PRO ÚSPĚCH



Ideální teplota:
20–24 °C



Jižní okno nebo LED
lampa



Nehnojit



Sklizené ihned
konzumovat nebo
uchovat v lednici
(2–3 dny)

KROK ZA KROKEM

1



PŘIPRAV NÁDOBU
Naplň substrátem
2 - 3 cm.

2



ZALIJ VODOU
Jen zvlhčit
rozprašovačem.

3



NASYP SEMENA
Hustě, ale ne přes
sebe.

4



ZAKRYJ
Udržuj tmou a vlhko
první 2 - 3 dny

5



DENNĚ ZAVLAŽUJ
Hlavně zespodu, u
kořenové zóny.

6



**ODKRYJ A DEJ NA
SVĚTLO**
Jakmile začnou
klíčit

7



SKLÍZEJ
Po 7 - 15 dnech
nůžkami těsně nad
substrátem

PROČ PĚSTOVAT DOMA

VÝHODNÉ A ÚSPORNÉ
Z 1 kg semínek vypěstujete až
10 kg microgreens

ČERSTVÉ A BEZ CHEMIE
Vždy čerstvě sklizené, bez
pesticidů a konzervantů

**SUPERPOTRAVINA Z
PARAPETU**
Obsahuje až 40x víc živin než
dospělé rostliny

**STAČÍ MINIMUM PROSTORU
I ČASU**
Růst trvá jen 7 - 15 dní,
pěstujete celý rok

JEDNODUCHÉ A ZÁBAVNÉ
Bez náročné péče