

### **Consigli di utilizzo della GERMOGLIERA**

La GERMOGLIERA è il germogliatore che mancava: in vetro, bello da tenere a centro tavola, pratico perchè non va innaffiato tutti i giorni, comportandosi come un germogliatore automatico grazie alla base riempita d'acqua; compatto, trova il suo posto anche nei piccoli spazi. Particolarmente adatto ai semi "mucilluginosi", che si sviluppano facilmente senza creare muffe.

Comprende una retina in acciaio inox sulla quale disporre i semi dopo l'ammollo, e la base da riempire d'acqua, nella quale si immergono le radici dei germogli.

Seguite le istruzioni riportate di seguito:

#### **1)**

Disporre in una tazzina un cucchiaino da caffè di semi e versarvi dell'acqua; assicurarsi che i semi non formino grumi, e che vengano completamente immersi nel liquido. Lasciare in ammollo per il tempo indicato sulla confezione dei semi e sul sito germogliamo (nella sezione SHOP, per ciascuna varietà)



#### **2)**

Versare i semi sulla retina e distribuirli uniformemente su tutta la superficie con le dita o utilizzando un cucchiaino.

Per quanto possibile, è necessario che i semi siano correttamente spazati l'uno dall'altro, evitando sovrapposizioni che ne impedirebbero il corretto sviluppo.



#### **3)**

Riempire parzialmente d'acqua la base in vetro, e disporvi sopra la retina coi semi; il livello dell'acqua dovrebbe essere tale da toccare il fondo della retina stessa, in modo che i semi "sentano" l'umidità e inizino a sviluppare le radici.

NOTA

E' importante che l'acqua non superi il livello della retina: se i semi rimangono costantemente bagnati, potrebbero marcire.

#### 4)

Tenere la GERMOGLIERA in un locale a temperatura ambiente, lontano da fonti di calore come fornelli o termosifoni, e dove riceva un po' di luce naturale.

L'ideale è di disporla proprio a centro tavola, per lasciarsi ammaliare dalla magia della crescita dei germogli!

Dopo un giorno, bagnare i semi rimuovendo la retina dalla base e passandola sotto un filo d'acqua del rubinetto, oppure spruzzandoli con un vaporizzatore.

#### 5)

I germogli cresceranno verso l'alto, mentre le loro radici si svilupperanno nell'acqua sotto.

Se necessario, cambiare l'acqua sostituendola con altra fresca. Non occorre versare acqua dall'alto sui germogli durante la crescita.



#### 6)

I germogli saranno pronti per il consumo dopo 4 a 6 giorni come indicato anche sulle confezioni dei semi.

Adoperateli per guarnire le vostre preparazioni, tirandoli delicatamente dalla retina; possono essere mangiati tutti interi, incluse le radici.

I germogli che non vengono utilizzati subito possono essere lasciati nella GERMOGLIERA ancora per qualche giorno, mettendola in frigo.



#### 7)

Dopo ciascun utilizzo lavare la GERMOGLIERA con acqua e sapone, avendo cura di rimuovere i resti di semi. Di tanto in tanto, può essere opportuno lasciare la retina a mollo con aceto per un quarto d'ora. Un'accurata pulizia favorisce l'igiene dei germogli prodotti in casa.

Far crescere i germogli è un'attività piacevole e rilassante, che ci permette di portare in casa un pezzo di natura, e di avere accesso ad alimenti freschissimi, sani, nutrienti e saporiti; potrebbe essere necessario qualche tempo per impraticarsi, non esitate a fare le vostre esperienze!