

SEMILLAS FENO GRECO MICROGREEN ECO

FICHA TÉCNICA C1508SMGFG50G



Los microgreens de fenogreco (*Trigonella foenum-graecum*) son una experiencia gustativa muy particular: sus brotes tienen el inconfundible sabor del fenogreco (ligeramente amargo, especiado, con el fondo "a curry" tan característico), pero en formato tierno y más accesible que las semillas secas. Son muy populares en cocina india, donde los brotes de fenogreco (llamados "methi sprouts") se usan en ensaladas, jugos verdes, platos de arroz y curry. También funcionan muy bien en batidos verdes donde el fenogreco aporta su beneficio nutricional específico. Características del microgreen de fenogreco Brotes de 4-7 cm de altura con tallos finos y las características hojas trifoliadas del fenogreco en miniatura. Sabor intenso y específico del fenogreco: algo amargo, especiado, "a curry". Cosecha a los 5-8 días. Las semillas germinan con mucha uniformidad y rapidez. Nutritivamente ricos en proteína, hierro, y los mismos compuestos bioactivos que las semillas. Siembra y cultivo Remojar las semillas 8-12 h antes de sembrar. Sembrar densamente en bandeja con sustrato húmedo. Cubrir en oscuridad 2-3 días. Retirar cubierta y colocar en lugar luminoso. Pulverizar 1-2 veces al día. Temperatura ideal: 18-22 °C. Cosechar con tijeras a los 5-8 días cuando los cotiledones están desplegados.

DESCRIPCIÓN

Los microgreens de fenogreco (*Trigonella foenum-graecum*) son una experiencia gustativa muy particular: sus brotes tienen el inconfundible sabor del fenogreco (ligeramente amargo, especiado, con el fondo «a curry» tan característico), pero en formato tierno y más accesible que las semillas secas.

FORMATO

50 G

CERTIFICADO

PT-BIO-03

