

# MICROGREEN MOSTAZA ECO

FICHA TÉCNICA C1508SMGRBMOJ5G



Los microgreens son los brotes muy jóvenes de hortalizas y hierbas comestibles, cosechados cuando apenas tienen 7-14 días y 5-10 cm de altura. Concentran sabores intensos, colores espectaculares y, sobre todo, una densidad nutricional excepcional: estudios han demostrado que algunos microgreens contienen hasta 40 veces más vitaminas y antioxidantes que las hojas adultas de la misma planta. Estas semillas ecológicas de mostaza están especialmente seleccionadas para producir microgreens vigorosos, con un sabor picante característico que recuerda al wasabi y un toque crujiente irresistible. Por qué cultivar microgreens de mostaza Los brotes de mostaza son uno de los microgreens más populares porque ofrecen mucho carácter en muy poco volumen. Su sabor picante y ligeramente amargo aporta personalidad a ensaladas, bocadillos, sushi, sopas, tacos o como decoración final de cualquier plato gourmet. Y lo mejor: se cultivan en interior, todo el año, sin necesidad de luz solar directa, en bandejas pequeñas que apenas ocupan espacio. En 10 días tienes un cultivo listo para cosechar, una experiencia educativa fantástica para niños y una forma asequible y sostenible de incorporar más verdes a la dieta diaria. Siembra y cultivo de microgreens de mostaza Necesitas una bandeja plana (las de germinador funcionan perfectamente), sustrato fino o un tapete de coco, y un pulverizador. La siembra puede hacerse durante todo el año, en interior. Distribuye las semillas densamente sobre el sustrato húmedo (más densas que en una siembra normal, ya que se van a cosechar pronto), presiona ligeramente para que entren en contacto con el sustrato y cubre la bandeja con otra bandeja del revés o con un trapo oscuro durante los primeros 3-4 días. Esto fuerza a las plantas a buscar la luz y crecer más erguidas. A partir del cuarto día, destapa y coloca la bandeja en un lugar luminoso (sin sol directo intenso). Riega solo por pulverización para no aplastar los brotes. En unos 7-10 días, cuando las plantas miden 5-8 cm y han desarrollado los cotiledones y las primeras hojas verdaderas, ya están listas para cosechar: corta con tijeras a ras del sustrato y úsalas inmediatamente. Una bandeja de 20x30 cm produce unos 100-150 g de microgreens, suficiente para varios platos.

## DESCRIPCIÓN

Los microgreens son los brotes muy jóvenes de hortalizas y hierbas comestibles, cosechados cuando apenas tienen 7-14 días y 5-10 cm de altura. Concentran sabores intensos, colores espectaculares y, sobre todo

## CERTIFICADO

PT-BIO-03

## PLAZO DE SEGURIDAD

No tiene plazo de seguridad

