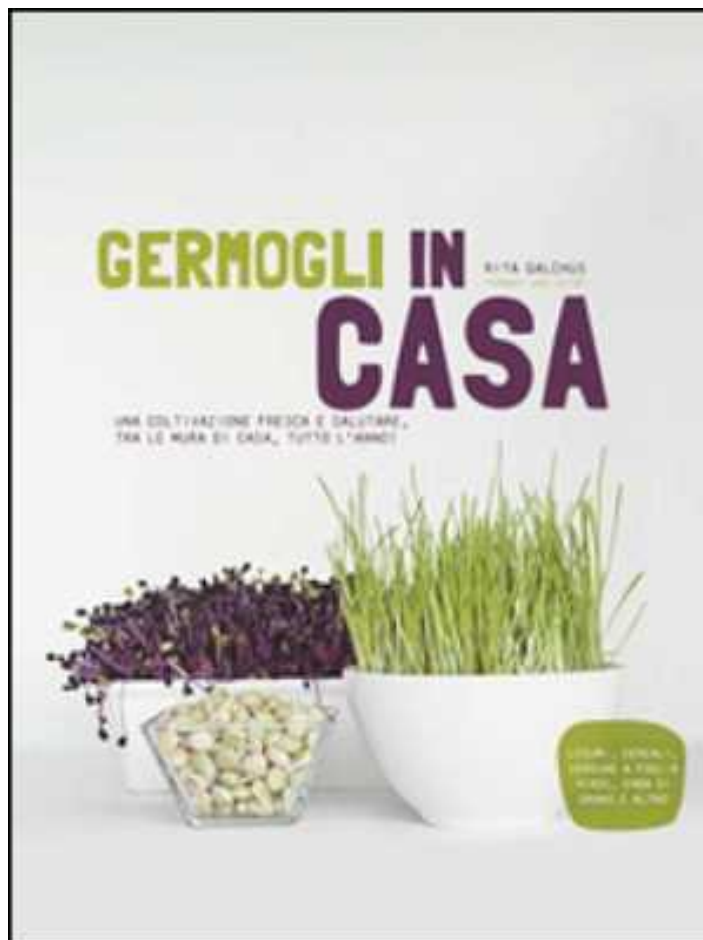


Germogli in casa PDF

Rita Galchus



Questo è solo un estratto dal libro di Germogli in casa. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Rita Galchus
ISBN-10: 9788857607146
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4506 KB

DESCRIZIONE

Freschi. Sani. Buoni. Legumi, cereali, verdure a foglia verde, erba di grano e molto altro. Coltivare germogli è un processo semplice i cui risultati sono soddisfacenti e... gustosi. In questo libro Sprout Lady Rita spiega come e perché far diventare i germogli parte della vostra cucina. All'interno troverete: Perché coltivare germogli è salutare, gustoso e sicuro; Una guida ai metodi di coltivazione, ai germogliatori, dai barattoli alle vaschette ai sacchetti, e a come scegliere il meglio per i vostri germogli; Scegliere, mischiare e conservare i semi; Nutrire e prendersi cura dei germogli; Muffe, funghi, mosche della frutta? Guida alla soluzione dei problemi; Fagioli e legumi: lenticchie, fagioli mung, ceci e molto altro; Cereali: avena, orzo, amaranto, miglio e molto altro; Verdure a foglia verde: alfalfa, trifoglio, broccoli e molto altro; Semi gelatinosi: lino, chia, psillio, rucola e crescione; Germogli: girasole, grano saraceno, taccole e molto altro; Erbe: erba di grano e di orzo. E inoltre, cosa fare con tutti questi germogli!

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Coltivare germogli in casa è una buona soluzione per integrare la produzione dell'orto e, soprattutto, avere verdura fresca a disposizione nei mesi ...

I germogli possono essere usati a scopo alimentare e benefico sia a crudo che con l'ausilio di cottura. Tutte le preparazioni e i sapori.

Ottenere germogli fatti in casa a partire dai semi è facile, divertente ed economico. Scopri i semi che germogliano più facilmente, i migliori da cui cominciare!

GERMOGLI IN CASA

[Leggi di più ...](#)