Bioponis - Laitue à couper Saint Vincent - 5 pcs

BIO30146G

5 blocs de germination créer par nos soins. Graines issues de culture biologique. 'Prêt à planter'.

Familles	BPG01
Poids (kg)	0
Longueur (cm)	14
Largeur (cm)	24
Hauteur (cm)	6

3666971301460

150 Rue Amelia Earhart - Parc Marcel Dassault. 34430 SAINT JEAN DE VEDAS
Email : info@groupe-antinea.fr - 04 67 83 99 14

Elle se consomme principalement crue dans une salade composée, mais vous pouvez aussi la déguster cuite.

Elle est un vrai plus pour la santé c’est un légume indispensable pour une alimentation saine et équilibrée. Riche en vitamines, oligoéléments (potassium, magnésium…), oméga-3, acide folique et bêtacarotène. La salade participe au renouvellement des cellules. Très faible en calories, elle contrôle l'appétit en augmentant la sensation de satiété. Riche en fibres solubles, la salade permet de diminuer l’absorption du mauvais cholestérol, des triglycérides et permettrait même de prévenir les maladies cardiovasculaires. Elle est une alliée de taille pour votre santé !

La salade pousse assez vite et prend très vite de la place dans votre potager. Il est indispensable de la tailler et de la consommer régulièrement. Les laitues « à couper » sont sélectionnées pour leur lenteur à la montaison ; vous pouvez les conserver plus longtemps en potager. Nous vous conseillons de couper les feuilles extérieures et de laisser uniquement les 2 ou 3 feuilles centrales. De cette manière, vos salades pousseront de manière régulière, épanouie et vous donneront plusieurs récoltes à mesure de sa pousse et de vos besoins.

Conserver dans un endroit frais et sec. A utiliser dans les 12 mois après l’achat.

Les délais de germination, de récolte sont donnés uniquement à titre indicatif et peuvent varier, entre autres, en fonction des paramètres de température et d'humidité, de l'arrosage et de l'utilisation de la solution nutritive.