

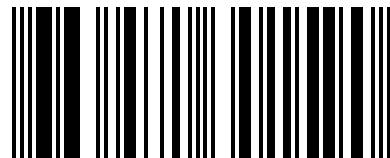


## Bioponis - Laitue Cressonnette Marocaine - 5 pcs

### BIO30159G

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     |



3666971301590

Avec ses feuilles dentelées, elle vous surprendra avec son gout entre la mâche et la laitue.

Pour profiter au maximum de son gout, nous vous conseillons de consommer les jeunes pousses.

La cressonnette se consomme principalement crue mais on pourra également l'ajouter dans une soupe.

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 bêta-carotène. 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, elle 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 !

Elle pousse assez vite et prend très vite de la place dans votre potager. Il est indispensable de la tailler régulièrement. 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.*