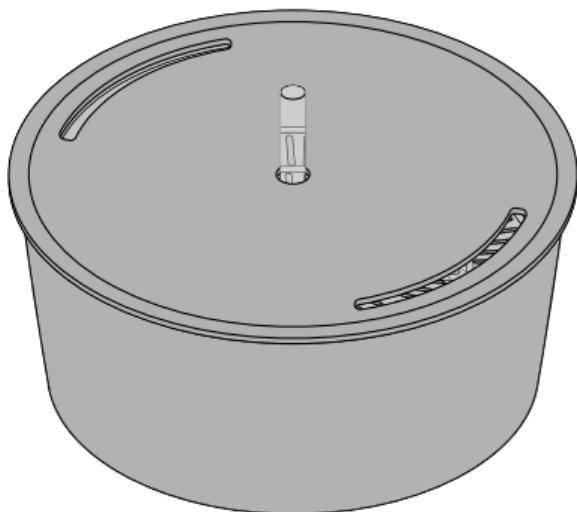




Set de culture «Pousses + micropousses»

fr Mode d'emploi



Chère cliente, cher client!

Les pousses et micropousses recèlent des vitamines, minéraux et antioxydants en grande quantité. Elles ont sensiblement le même goût que les plantes à l'âge adulte ou que leurs fruits.

Nous vous souhaitons une bonne récolte!

L'équipe Tchibo

Remarques importantes

Lisez attentivement les consignes de sécurité et n'utilisez cet article que de la façon décrite dans ce mode d'emploi afin d'éviter tout risque de détérioration ou de blessure.

Conservez ce mode d'emploi pour pouvoir le consulter ultérieurement. Si vous donnez, prêtez ou vendez cet article, remettez ce mode d'emploi en même temps que l'article.

Domaine d'utilisation

Les graines de cresson, moutarde, roquette, basilic, capucine, chou-rave ou betterave, entre autres, se prêtent bien à la culture de pousses et de micropousses.

Nous recommandons d'utiliser des graines de qualité bio destinées à ce type de culture. Les pousses peuvent être cultivées directement dans l'eau, les micropousses ont besoin d'une couche de terre ou d'un intissé pour être cultivées. Consultez à cet effet les indications figurant sur l'emballage des semences.

Cet article est conçu pour l'usage privé et ne convient pas à un usage commercial ou professionnel.

Danger: risque pour les enfants

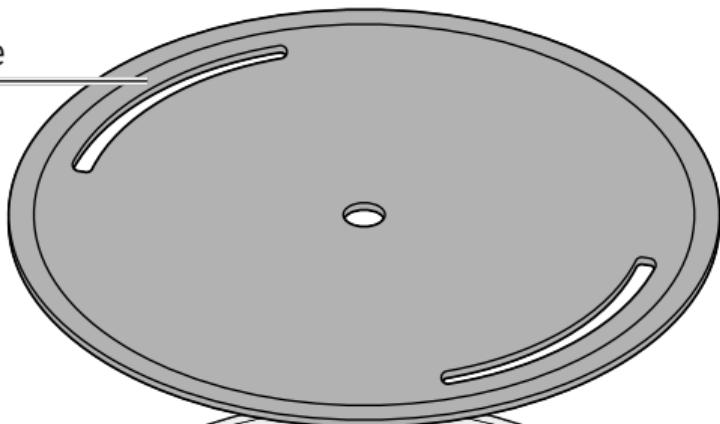
- Gardez toutes les pièces de l'article hors de portée des jeunes enfants.
- Si vos enfants ont moins de 8 ans, surveillez-les lorsqu'ils utilisent cet article.

Prudence - risque pour la santé

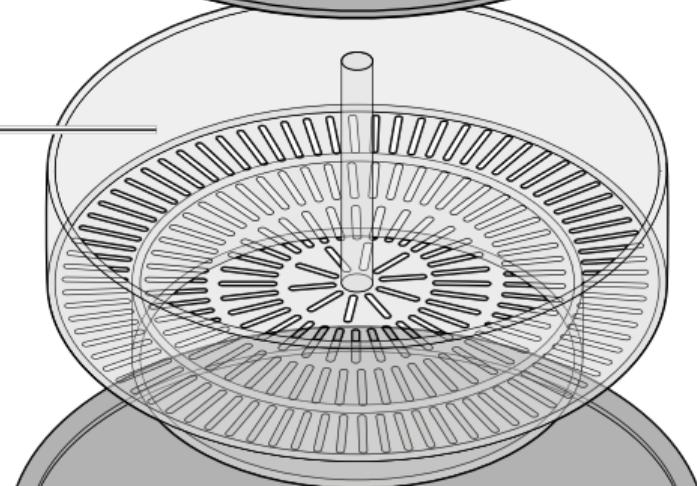
- En cas d'apparition de moisissures, éliminez toute la graine germée et nettoyez l'article minutieusement (voir chapitre «Nettoyage après utilisation»).

Vue générale (contenu de la livraison)

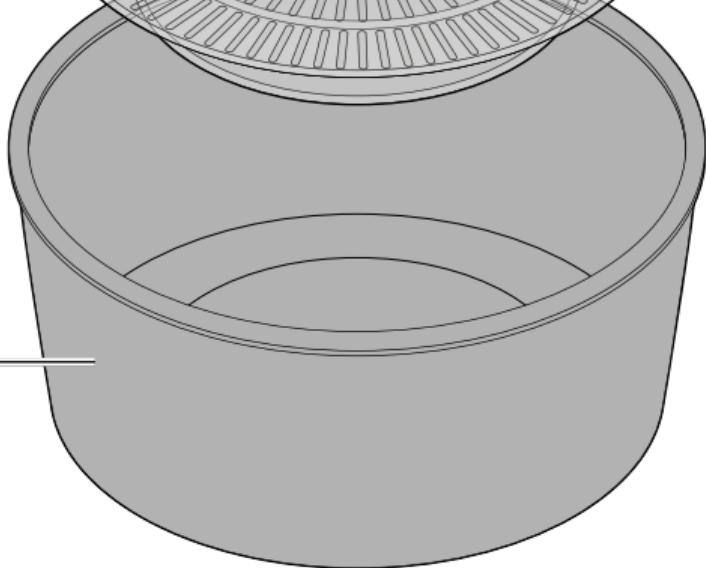
Couvercle



Passoire



Bol



Avant la première utilisation

- ▷ Avant la première utilisation, lavez le bol et la passoire à l'eau chaude avec un peu de produit vaisselle.

Remarque importantes pour le semis et l'entretien

- Les pousses et les germes moisissent très facilement. Rincez donc régulièrement les germes et les racines avec de l'eau fraîche.
- En cas de moisissure, il faut jeter l'ensemble des graines germées et nettoyer minutieusement la passoire afin d'éviter des conséquences néfastes pour la santé.

Pousses et micropousses

Les micropousses sont de jeunes pousses de plantes comestibles, qu'il ne faut pas confondre avec les graines germées. Si les graines germées se récoltent déjà au bout de 3 à 7 jours, il faut attendre 6 à 10 jours environ pour les micropousses. Pendant cette période, les plantes ont besoin de leurs propres nutriments, d'eau et de lumière.

La culture des micropousses peut se faire toute l'année à l'intérieur.

Les graines de cresson, moutarde, roquette, basilic, capucine, chou-rave ou betterave, entre autres, se prêtent bien à la culture de pousses et de micropousses. Nous recommandons d'utiliser des graines de qualité bio destinées à ce type de culture.

Il peut être nécessaire de faire tremper certaines graines dans l'eau avant de les planter. Consultez les indications figurant sur l'emballage des semences choisies.

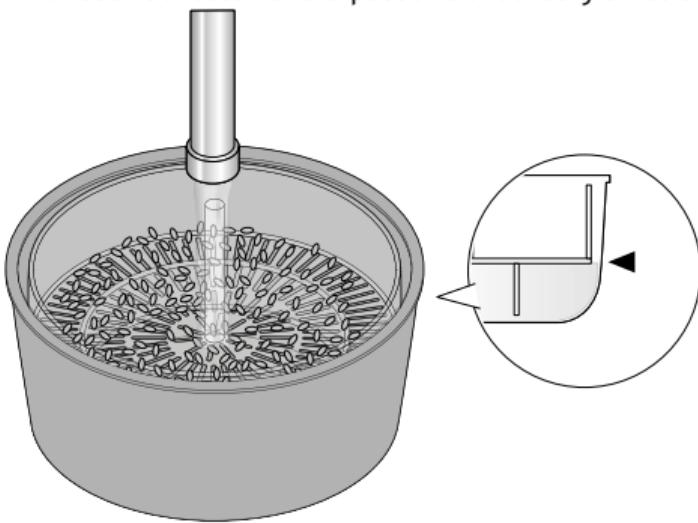
 La température optimale pour la germination et la croissance se situe entre +18 et +24 °C.

Cultiver les micropousses

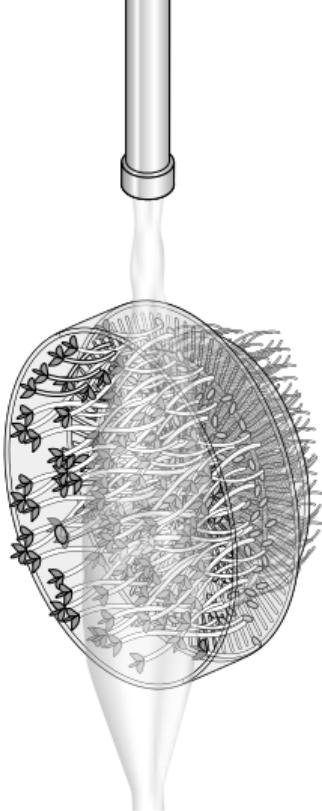
Si nécessaire, placez un morceau de papier absorbant dans la passoire



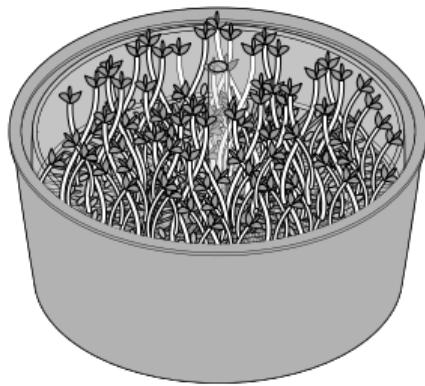
1. Répartissez les graines en une fine couche - une par une - de manière uniforme sur la passoire, puis humidifiez-les correctement sous l'eau courante.
2. Posez délicatement la passoire avec les graines sur le bol.



3. Remplissez le bol d'eau tiède jusqu'en dessous de la passoire et placez le bol à température ambiante dans un endroit sombre jusqu'à la germination (1 à 2 jours).
Pendant cette période, protégez les graines du dessèchement, le cas échéant, en couvrant le bol avec le couvercle.



4. À partir du 2^{ème} jour, lorsque les germes ont pris racine à travers la passoire, rincez bien les germes et les racines sur la passoire 2x par jour sous l'eau courante et veillez à ce qu'il y ait de l'eau fraîche dans le bol.



5. Au bout de 3 jours, placez le bol - sans couvercle - dans un endroit chaud avec beaucoup de lumière, mais pas en plein soleil afin que les germes puissent continuer à pousser.
6. Au bout d'environ 5 à 8 jours, vous pouvez récolter les jeunes plantes ou les pousses et les déguster sur du pain

beurré, dans une salade, avec de la viande ou du poisson, dans un smoothie, etc.

Cultiver les micropousses

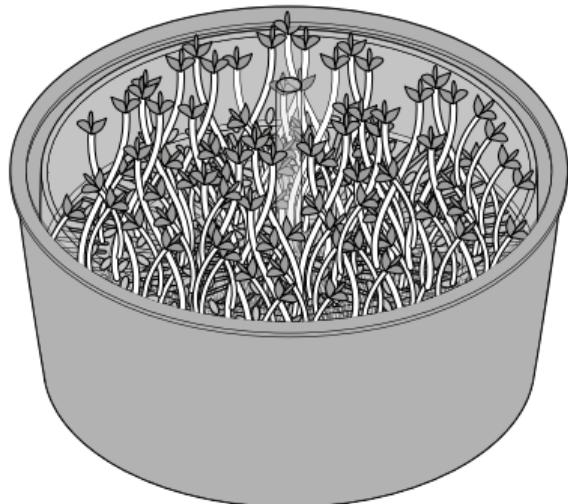
1. Placez un morceau de papier absorbant dans la passoire.
 2. Vaporisez le papier absorbant d'eau pour bien l'humidifier.
 3. Répartissez environ une cuillère à café de graines sur le papier absorbant.
 4. Fermez le couvercle.
 5. Vaporisez les graines env. 2 à 4 fois par jour.
Le papier absorbant doit toujours rester humide.
 6. Les premiers jours, remettez toujours le couvercle en place après avoir vaporisé les graines. Une fois que la plante a atteint le bord de la passoire, mettez le couvercle de côté.
Continuez à vaporiser les plantes env. 2 à 4 fois par jour.
 7. Placez le kit de culture à un endroit lumineux mais pas trop ensoleillé, dans l'idéal sur le rebord d'une fenêtre orientée à l'est ou à l'ouest.
 8. Au bout de 6 à 10 jours, les plantes sont prêtes à être consommées. Nous recommandons de les couper à env. 1 cm au-dessus du papier absorbant.
- ▷ Les restes de plantes peuvent être compostés ou jetés dans la poubelle bio.

Nettoyage après utilisation

- ▷ Après la récolte, laissez la passoire vide tremper un peu dans l'eau avant de gratter les restes de germes.
- ▷ Après utilisation, lavez soigneusement à la main la passoire, le bol et le couvercle.

L'article ne passe pas au lave-vaisselle.

- ▷ Laissez sécher entièrement l'article avant de le ranger.
Rangez l'article ouvert, sans son couvercle.



Made exclusively for:

Tchibo GmbH, Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany, www.fr.tchibo.ch

Référence:
719 259