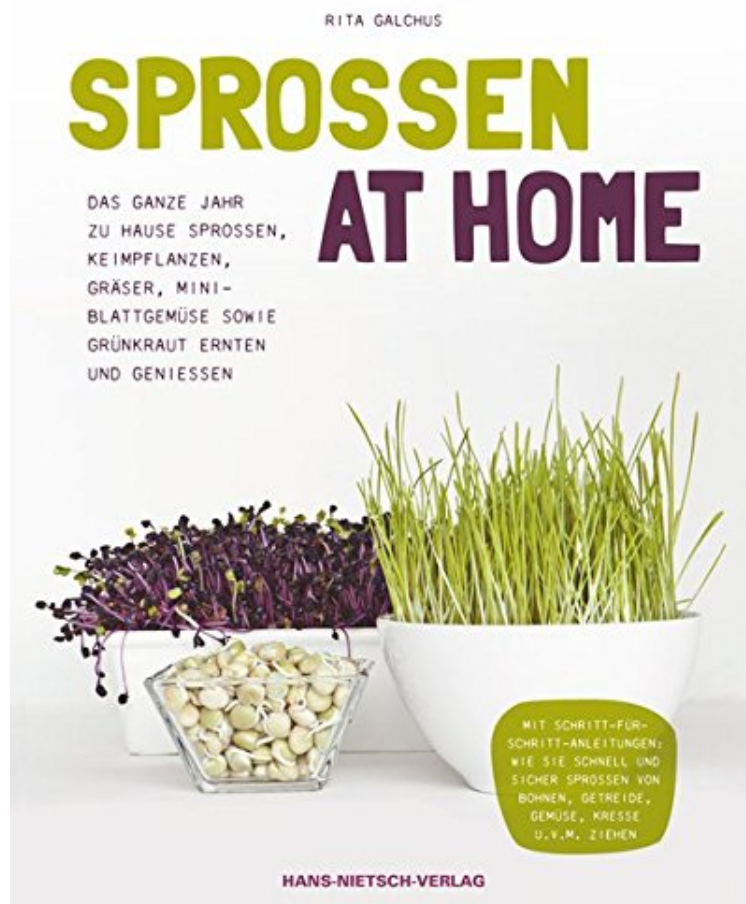


Sprossen at Home

Von Rita Galchus

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #373004 in BcherVerffentlicht am: 2014-03-17Abmessungen: 10.08 x .59b x 7.95l, Einband: Taschenbuch155 Seiten | File size: 65.Mb

Von Rita Galchus : Sprossen at Home before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Sprossen at Home:

KurzbeschreibungWer erst einmal erfahren hat, wie einfach es ist, hochwertige Powernahrung im eigenen Sprossengarten zu ziehen, wird sie auf seinem tglischen Speiseplan nicht mehr missen wollen. Selbstgezogene Sprossen bereichern jede Form der Ernhrung, sei sie vegetarisch, vegan, rohkstlich oder dem allgemeinen Standard entsprechend. Sie sind kulinarisch ebenso vielseitig wie lecker, versorgen uns mit den besten Nhrstoffen zum kleinen Preis, helfen beim Abnehmen und Fitbleiben, haben also gesundheitliche, konomische und kologische Vorzge und nicht zuletzt lassen sich Sprossengrten, die in jeder Jahreszeit und ohne groen Aufwand reichen Ertrag liefern, sogar

im 25. Stock eines Hochhauses mitten in der Grostadt anlegen. Sprossen at Home - erlutert, was die verschiedenen Sprossenarten so gesund und kstlich macht; - bert bei der Auswahl eines ganz auf die individuellen Bedrfnisse zugeschnittenen Keimgerts; - gibt fr jede Keimmethode und Samenart eine detaillierte Schritt-fr-Schritt-Keimanleitung an die Hand; - liefert eine ausfhrliche Samenkunde und Tipps zur Auswahl und Mischung der Samen sowie zur Hygiene beim Sprossenziehen und - zeigt, wie aus den geernteten Sprossen leckere Suppen, Salate und Sfte werden. Sprossen sind das frischeste und naturbelassenste Lebens-Mittel berhaupt und der beste Einstieg in die Selbstversorgung, denn sie knnen in jeder Jahreszeit in der eigenen Kche gezogen, geerntet und genossen werden. Ein benutzerfreundliches, aufwendig gestaltetes Buch mit Schritt-fr-Schritt-Anleitungen zur Sprossenzucht und vielen ntzlichen Tipps und Hinweisen, worauf man im Umgang mit Samen und Keimgerten achten muss von einer Fachfrau mit 25 Jahren Erfahrung.ber den Autor und weitere MitwirkendeRita Galchus, die in den USA als Sprout Lady Rita bekannt ist, hat mehr als 25 Jahre. Erfahrung im Ziehen von Keimlingen und Sprossen gesammelt. Sie betreibt das Sprout House, einen Online-Versand, in dem sie biologische Samen und Artikel rund um die Sprossenzucht vertreibt. Die Autorin lebt mit ihrem Mann und ihrem Sohn in den USA im Bundesstaat New York. Sie ist sehr naturverbunden, liebt lange Spaziergnge und Strandurlaube und verbringt viel Zeit mit ihrer Familie und Freunden.