

## Jednoduchý návod na pestovanie mikrozeleniny

Postup pri pestovaní jednotlivých druhov /"tryout balíček pre odvážnejších"/:

1. Do vopred zvolenej vhodnej **nádoby na pestovanie mikrozeleniny** rovnomerne rozložte približne **2-3cm** vrstvu **rašelinovo-kokosového substrátu s perlitom**. Poskytnutý substrát je „Canna Terra Professional s granulovanou čiernou rašelinou a perlitom + *pufrované kokosové vlákno - Plagron Cocos Premium*“ v množstve približne 4L a pomere približne 50:50.

2. Na vytvorenú **plochu** rovnomerne rozložte vhodné množstvo semienok. Semienka **pokropte** vodou. Skúste substrát pokropiť /namočiť/ **predtým** ako rozložíte semienka, budú sa tak **lepšie** na substrát prichytávať. **Namáčanie** semien vopred nie je **okrem hrachu** pre priložené druhy rastlín potrebné.

Ideálne množstvo semienok, ktoré rozložte na plochu priloženej pestovateľskej nádoby +

- **kapucínka "alaska marble"** /25g v balení/ - Tropaeolum nanum – **10-15g**
- **bazalka "italian"** /5g v balení/ - Ocimum sp. – **1g**
- **borák "violet"** /25g v balení/ - Borago officinalis – **5g**
- **cvikla červená "bull's blood"** /25g v balení/ - Beta vulgaris conditiva – **7g**
- **koriander "split"** /10g v balení/ - Coriandrum sativum – **5g**
- **slnečnica "big"** /25g v balení/ - Helianthus annuus – **8g**
- **hrášok "taiga"** /50g v balení/ - Pisum sativum – **15-20g**

3. Takto pripravenú nádobu **zakryte** aby z nej neunikala vlhkosť. Umiestnite **mimo** dosahu **svetla** na približne:

- **kapucínka** – 7 dní
- **bazalka** – 10 dní
- **borák** – 6 dní
- **cvikla červená** – 5 dní
- **koriander** – 6-8 dní
- **slnečnica** – 4-5 dní
- **hrášok** – 6-8 dní /predtým **namočiť** na približne 8-12 hodín do čistej vody/

a udržiajte substrát **vlhký**, nie však premočený. Doba naklíčenia priložených semienok rastlín sa môže pohybovať v rozmedzí +/- 1,2 dni v závislosti od teploty a vlhkosti prostredia, v ktorom sa semienko/rastlina nachádza.

4. Po **uplynutí** uvedeného času umiestnite vyklíčené rastliny /budú mať niekoľko centimetrov na výšku/ **do svetla** /v zimných mesiacoch ideálne umelého/ a nezabudnite pravidelne zavlažovať. Rastliny začnú pomerne rýchlo fotosyntetizovať a nadobúdať tak **prirodzené** odtiene farieb.

5. Pre pribalené rastliny platí, že trvá približne ďalších:

- **kapucínka** – 8-11 dní
- **bazalka** – 10 dní
- **borák** – 6 dní
- **cvikla červená** – 7-11 dní
- **koriander** – 10-12 dní
- **slnečnica** – 5-7 dní
- **hrášok** – 6-8 dní,

pokým sú rastliny vhodné na **konzumáciu**. Doba, kedy rastlina je už „hotová“ závisí len od Vašich vizuálnych a chuťových preferencií. Nami odporúčané hodnoty „ideálneho“ stavu hotovej rastliny vhodnej na konzumáciu nájdete tiež aj na [pestuj.sk](http://pestuj.sk) v popisoch pre každú rastlinu samostatne, tak ako sú uvedené aj v tomto návode.

**Tip:** V chladničke vydržia rastliny po zostrihaní uložené vo vzduchotesnej nádobe niekoľko dní. Pred konzumáciou vypestovanej mikrozeleniny sa odporúča opláchnutie čistou pitnou vodou.

**Skladovanie semienok:** Skladujte v suchu, pri bežnej izbovej teplote a mimo dosah svetla.

**Spotrebujte do jedného roka od zakúpenia.**

*Semienka teoreticky vydržia pri ideálnom skladovaní niekoľko rokov. Po dlhšom čase môže postupne klesať ich klíčivosť.*

**Upozornenie pre alergikov:** Semienka sú balené v zariadení, kde sa balia tiež nositelia alergénov ako napríklad semienka horčice, zeleru, pšenice.