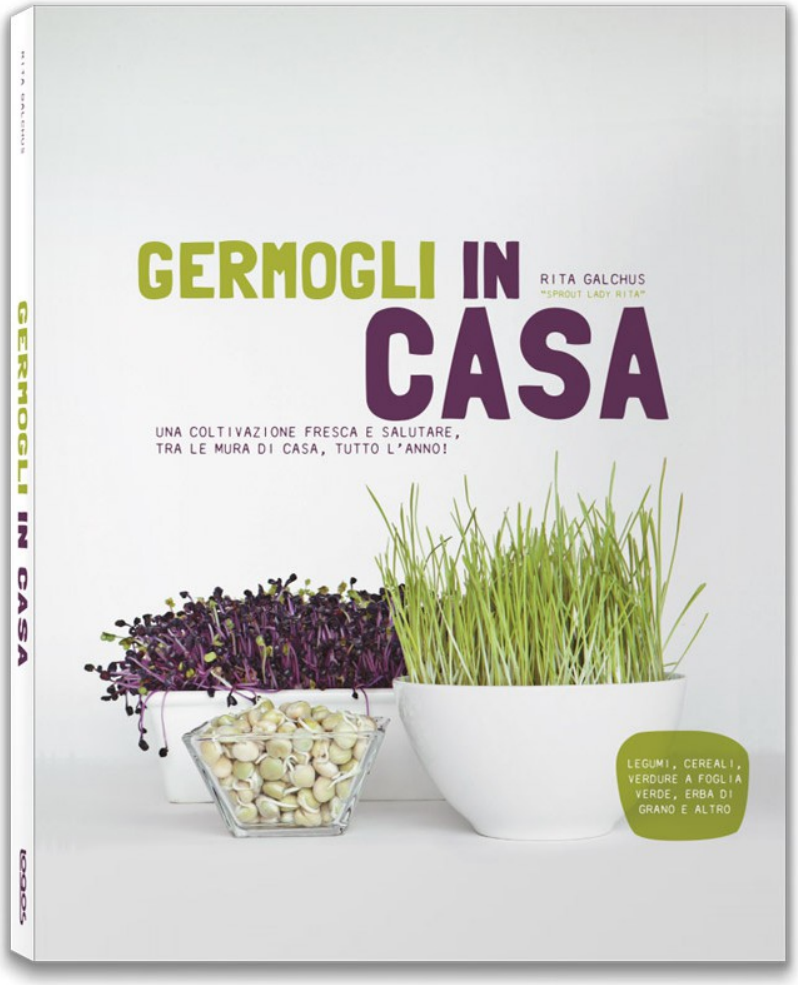
#logosedizioni



Logosedizioni

GERMOGLI IN CASA - OUTLET

Sprout Lady Rita
brossura
2015
cm 20,3 x 25,4, 160 pp.
italiano
OUT8857607146

~~16,00€~~ **8,00€>**

Disponibilità Immediata

Questo volume è a metà prezzo perché è in offerta speciale o presenta lievi ammaccature o piccoli difetti dovuti al trasporto o all'esposizione in libreria. Per maggiori informazioni potete scrivere a: info@libri.it

UNA COLTIVAZIONE FRESCA E SALUTARE, TRA LE MURA DI CASA, TUTTO L'ANNO!

Freschi. Sani. Buoni

Legumi, cereali, verdure a foglia verde, erba di grano e molto altro

Coltivare germogli è un processo semplice i cui risultati sono soddisfacenti e... gustosi. In questo libro Sprout Lady Rita spiega come e perché far diventare i germogli parte della vostra cucina.

All'interno troverete:

- Perché coltivare germogli è salutare, gustoso e sicuro
- Una guida ai metodi di coltivazione, ai germogliatori, dai barattoli alle vaschette ai sacchetti, e a come scegliere il meglio per i vostri germogli
- Scegliere, mischiare e conservare i semi
- Nutrire e prendersi cura dei germogli
- Muffe, funghi, mosche della frutta? Guida alla soluzione dei problemi
- Fagioli e legumi: lenticchie, fagioli mung, ceci e molto altro
- Cereali: avena, orzo, amaranto, miglio e molto altro
- Verdure a foglia verde: alfalfa, trifoglio, broccoli e molto altro
- Semi gelatinosi: lino, chia, psillio, rucola e crescione
- Germogli: girasole, grano saraceno, taccole e molto altro
- Erbe: erba di grano e di orzo
- E inoltre, cosa fare con tutti questi germogli!

L'autrice:

Rita Galchus, meglio nota come "Sprout Lady Rita", è la proprietaria di The Sprout House. Il suo interesse per i germogli ha avuto inizio nell'aprile del 1986 dopo aver frequentato un corso gratuito insieme al suo futuro marito. Rita si è quindi innamorata della germogliazione e nell'ottobre 2000 ha iniziato la sua attività commerciale con il nome di Sprout Lady Rita. Rita ha una laurea in business management e nutrizione olistica. Attraverso The Sprout House, ogni anno vende tonnellate di semi biologici destinati alla germogliazione e insegna alle persone come farlo. Oltre all'amore per la germogliazione, è un'avida lettrice e le piace camminare, cucire e realizzare piccoli lavori artigianali, ama le vacanze al mare e trascorrere del tempo con la sua famiglia e gli amici. Vive con suo marito e suo figlio.

#DIY #logosedizioni

GERMOGLI IN CASA - OUTLET