

So einfach gehts!
Sprouting is very simple!
L'utilisation est très facile!

ESCHENFELDER
Qualität für ein gutes Leben!



1. Keimsaat ca. 8-12 Stunden in Wasser **einweichen** (Kleine Saaten wie Alfalfa, Radieschen 1 Eßl, große Saaten wie Mungbohnen, Kichererbsen 2-3 Eßl). Danach Wasser ausgießen und das Glas schräg stellen.
1. **Soak** overnight for 8 - 12 hours (small seeds like alfalfa, radish 1 tablespoon, large seeds like mungo beans, chickpeas 2-3 tablespoons). Then empty the water and place the jar in a sloping position.
1. **Tremper** la nuit pendant 8 - 12 heures (graines petites comme alfalfa, radis 1 cuillère de table, graines grandes comme soja vert, pois chiches 2-3 cuillères) Vider l'eau après et placer le germoir incliné.
2. Die Sprossen zweimal am Tag mit frischem Wasser **durchspülen**.
2. **Rinse** with fresh water twice a day (morning and evening).
2. **Rincer** deux fois par jour à l'eau fraîche (matin et soir)
3. Nach dem Spülen das Wasser **ausgießen**.
3. Then **empty** the water
3. **Vider** l'eau après
4. Das Sprossenglas **schräg** hinstellen, damit das überschüssige Wasser abtropfen und Luft zirkulieren kann. **Ernten** Sie nach 5-8 Tagen, Sonnenblumen- Kichererbsen- und Linsensprossen nach 2-3 Tagen!
4. Place the jar in a **sloping** position and leave to drip. **Harvest** after 5-8 days. Sunflower-chickpeas and lentilsprouts after 2-3 days!
4. Placer le germoir **incliné** et laisser égoutter. **Récolter** après 5-8 jours. Les pousses de tournesol, pois chiche et lentille après 2-3 jours!