



MICROGREENS

HYDRO
PONI
ST
ka

PRO DOMÁCÍ PĚSTOVÁNÍ

@hydroponist_ka

Postup pro výsev microgreens

1. Namočení/ připravení substrátu

HEMPFLAX/ JUTOVÁ, KOKOSOVÁ ROHOŽ/ GRODAN

(dají se použít i vata nebo papírové kuchňské utěrky, ale hůře drží vlhkost, budete muset kontrolovat)

- namočte do vody alespoň na 20 minut (můžete nechat přes noc, ne déle než 12 hod, při použití peroxidu).

LISOVANÝ KOKOSOVÝ SUBSTRÁT Namočte dle návodu, kostku vložte do kýble s vodou a nechte nabobtnat.

TIP PRO POKROČILÉ - do vody při máčení přidejte slabý peroxid.

2. Příprava

ROHOŽE- Vyždímejte přebytečnou vodu, aby substrát zůstal vlhký. Poté ho rovnoměrně rozprostřete do misky. KOKOSOVÝ SUBSTRÁT - rovnoměrně vložte do výsevní misky a urovnejte do roviny, pritlačte.

3. Výsev

Semínka si můžete odvážit nebo vysít podle oka.

Semínka musí mít kolem sebe prostor, nesmí být příliš hustě rozmístěna. Viz tabulka gramů.



4. Zavlažení

Pronavlhčení semínek použijte rozprašovač a vše dostatečně poroste. **POZOR!** Některé druhy např. koriandr vyžadují málo vody pro klíčení! Takže s mírou :)

5. Klíčení

Po dobu klíčení je lepší semínka zatížit a nechat ve tmě a teple. Pokud nebudete semínka zatěžovat, je potřeba dát na plato víko nebo další plato, aby neunikala vlhkost.

Může být potřeba je každý den lehce porosit vodou.

Stohování na sebe - pokud využijete tuto variantu, většinou nemusíte rostliny rosit během klíčení.

Doporučuji vrchní plato zatížit cihlou. Odklápět až když



6. Umístění na světlo

rostliny začnou vylézat ven.

Jakmile jsou krásně rozvinuté děložní lístky sundáme víko z bylinek a přemístíme je buď pod pěstební světla nebo doma na okno, kde dopadá nejvíce světla. Jižní okno je ideál. Zalijeme od spodu a po pár minutách přebytečnou vodu vylejeme.

7. Sklizení a uchovávání

Sklízíme, když jsou mikrobýlinky dostatečně vysoké a krásně zelené. Uchovávejte je v lednici, kde vydrží mnohem déle. Samozřejmě je i možnost nechat je růst na okně a postupně odstříhávat.

Tabulka hustoty výsevů příkladové druhy:

druh	g/plato (18*13cm)	máčení	délka klíčení
• hrášek44 g	ANO	5 dní
• ředkvička13 g	ANO i NE	6 dní
• rukola3 g	NE	3 dny
• hořčice5 g	NE	4 dny
• koriandr4 g	NE	4 dny

