

Проращивание в лотках и поддонах:

Это эффективный и недорогой способ проращивать в домашних условиях на зелёные ростки зерно, бобовые и семена микрорзелени. Лоточный метод подходит для большинства семян, в том числе амаранта, рукколы, кресс-салата и туговсхожих, таких как шпинат, мангольд, свекла, кориандр, тмин и другие.

В качестве питательной основы при выращивании в лотке используются субстраты.

Для этого хорошо подходят натуральные и безопасные материалы, такие как кокосовый торф, джутовые, льняные, кокосовые или конопляные коврики.

Грунт не рекомендуется, поскольку он может содержать в себе патогенные микроорганизмы и ряд других недостатков. Общая схема проращивания лоточным методом выглядит следующим образом:

Выберите необходимые семена (некоторые семена предварительно нужно замачивать, относится к туговсхожим видам). Возьмите лоток и уложите на дно подготовленный субстрат или коврики. Субстрат или коврики полейте водой и дайте им напитаться влагой. Высадите семена, но не закапывайте в субстрат, равномерно распределив их по поверхности. Далее увлажните семена из пульверизатора. Оберните лоток пищевой пленкой, полотенцем или накройте другим лотком (вниз дном) для создания парникового эффекта. Лоток поставьте в тёмное тёплое место до прорастания семян. Как только семена прорастут, пленку, полотенце или верхний лоток уберите и поставьте лоток под солнечный свет или фитосвет.



Преимущества метода (+): В отличие от баночного метода ростки растут прямыми и не нужно употреблять в пищу микрорзелень вместе с корешками, подходит для всех видов семян микрорзелени, гороха, зерновых для выращивания зелёных ростков.