



# Cultiver des jeunes pousses



1

1 - Utilisez le **Terreau pour semis et pousses Agro Mix®** et humectez-le avant l'emploi. Placez-le dans un sac ou un contenant étanche, ajoutez un peu d'eau graduellement et mélangez. Le terreau doit être humide mais pas détrempé.

2



2,5 cm  
(1 po)

2 - Remplissez vos contenants jusqu'à 6 mm (1/4 po) du rebord en compactant légèrement. L'épaisseur de terreau recommandée pour la production de pousses est de 2,5 cm (1 po).

3



3 - Déposez les semences à la surface et pressez délicatement pour assurer un bon contact avec le terreau.

4



4 - Recouvrez votre contenant avec un plastique clair et placez-le à la lumière sans l'exposer directement au soleil. Vous pourrez enlever le plastique lorsque les plantules seront sorties.

5



5 - Garder le terreau légèrement humide tout au long de la croissance et récoltez les pousses lorsqu'elles sont suffisamment mures (la maturité varie selon le type de pousse). À maturité, vous pouvez également mettre vos pousses au réfrigérateur; contrairement à la germination, les jeunes pousses arrêteront leur croissance et vous pourrez ainsi les déguster plus longtemps.



## Astuce : Utilisez des contenants récupérés

Vous n'avez pas besoin de dépenser une fortune pour l'achat de pots spécialisés pour cultiver vos jeunes pousses. Des contenants récupérés font très bien le travail, tels que des pots de yogourt, des contenants à œufs, des pots de crème glacée ou même les emballages de poulet rôti de l'épicerie ! Ce dernier offre déjà le couvercle en plastique clair, ce qui permet de créer rapidement une petite serre maison.