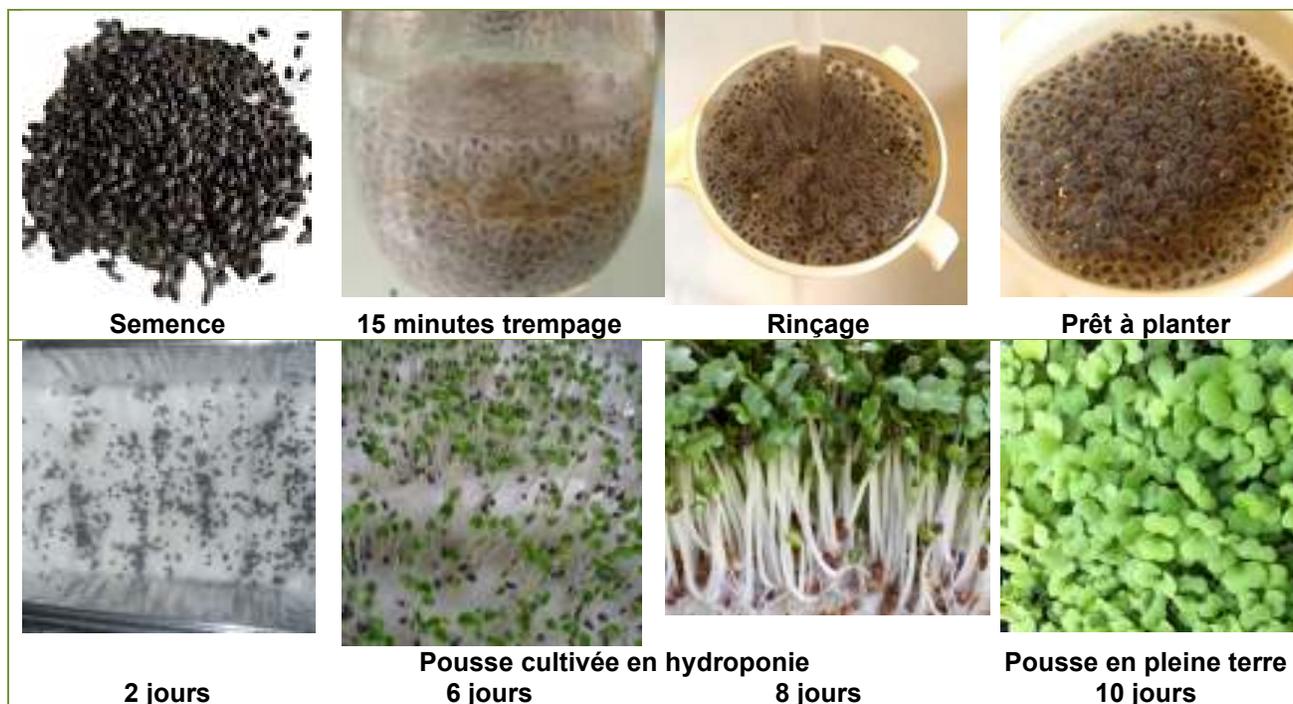


LE BASILIC

Trempage ***	Germination ***	Pousse ****	Arrosage ***	Conservation ***
15 minutes	6-8 jours	8 à 10 jours	2 fois / jour	4 jours (frais)



Goût Un goût rappelant le pistou et la feuille de basilic.

Aspect Petite graine brune fine et ovale.

Nutriments Riche en antioxydants. Vitamines A, B, C, sels minéraux (calcium, fer, magnésium, potassium) et oligo-éléments (manganèse, zinc).

Astuce La germination de la graine de basilic est spécifique. Le temps de trempage est court et les quantités à faire germer sont faibles, car la graine se gonfle et ne doit pas chevaucher une autre. Une cuillère à café de basilic suffit pour recouvrir la coupelle. On peut également cultiver des pousses de basilic sur du terreau, il faut toutefois être très minutieux au moment de la récolte - on mangera que les parties aériennes.

NOTE: le temps de pousse avant la récolte peut être de 10 jours.