

## sense

Sprouting dish with seeds

Nakličovací miska se semínky

Keimsprossenbox

Coupelle de germination avec les graines

Vaso per germinazione

Germinador con semillas

Vaso p/ cultivo com sementes

Kielkownica z nasionami

Miska na klíčení se semínkami

Чашка для проращивания семян



## en Instructions for use

The seeds packaging contains 50 g of ORGANIC sprouting seeds mix (lucerne, **yellow mustard**, fenugreek) excellent for growing healthy sprouts.

Pour one tenth of the content of the ORGANIC sprouting seeds mix (approx. 5 g) onto the green sprouting surface and spread the seeds evenly.

Pour cold potable water into the transparent dish so that the water barely exceeds the holes of the green sprouting surface when the latter is inserted.

First leave the seeds to sprout at room temperature (20 °C) for approx. 6 to 8 hours in a bright place away from direct sunlight.

Then rinse the seeds on the green sprouting surface under running water and change the water in the transparent dish. Transfer the dish with the sprouting surface and the germinating seeds to a dark place and leave to sprout for another 48 hours at a constant temperature (20 °C).

Then place the sprouting seeds in a bright interior location away from direct sunlight and leave to sprout for another 48 hours.

**Notice!** It is necessary to rinse the seeds under running water and change the water in the dish at least twice per day while they are sprouting.

**Vegetable sprouts are a special source of vitamins and precious nutritional substances. The sprouts can be consumed directly or used in salads, exotic meals etc.**

**Seed manufacturer:** Sonnentor GmbH, Austria, [www.sonnentor.com](http://www.sonnentor.com)

**Vendor:** Tescoma s. r. o., U Tescomy 241, 76001 Zlín, Czech Republic

## cs Návod k použití

Balení se semínky obsahuje 50 g klíčivého mixu BIO semínek (alfalfa, **hořčice žlutá**, piskavičce řecké seno) vynikajících pro přípravu zdraví prospěšných klíčků.

Na zelenou nakličovací plochu vysypte 1/10 obsahu balení klíčivého mixu BIO semínek (cca 5 g) a rovnoměrně je rozprostřete.

Do transparentní misky napusťte studenou pitnou vodou tak, aby po vložení zelené nakličovací plochy se semínky voda mírně prostupovala jejími otvory.

Semínka nechte nejprve cca 6-8 hodin naklíčit při pokojové teplotě (20 °C), na světlém místě mimo přímý sluneční svit.

Pak semínka na zelené nakličovací ploše propláchněte pod tekoucí vodou a v transparentní misce vyměňte vodu. Misku s nakličovací plochou a klíčovými semínky přemístěte do tmy, kde při stálé teplotě (20 °C) nechte dalších 48 hodin klíčit.

Poté klíčící semínka umístěte na dalších 48 hodin na světlé místo v interiéru mimo přímý sluneční svit a nechte dále klíčit.

**Pozor!** V průběhu klíčení semínka alespoň 2x denně propláchněte pod tekoucí vodou a současně vyměňte vodu v misce.

**Rostlinné klíčky jsou mimořádným zdrojem vitamínů a cenných nutričních látek. Konzumujte je přímo, použijte do salátů, pro přípravu pokrmů exotické kuchyně apod.**

**Výrobce semínek:** Sonnentor GmbH, Rakousko, [www.sonnentor.com](http://www.sonnentor.com)

**Prodejce:** Tescoma s. r. o., U Tescomy 241, 76001 Zlín, Česká republika

## de Gebrauchsanleitung

Die Verpackung enthält 50 g Sprossenmix kbA (Alfalfa, **Senfkörner gelb**, Bockhornsklee), die zum Anbau von gesundheitsfördernden Keimlingen hervorragend sind.

Auf die grüne Keimchale 1/10 des Inhaltes Sprossenmix BIO (ca. 5 g) und gleichmäßig verteilen.

Die transparente Schale mit dem kalten Trinkwasser befüllen, wobei die Löcher der grünen Keimchale mit Keimlingen nach dem Hineinlegen leicht mit dem Wasser bedeckt sind.

Keimsaat zuerst ca. 6-8 Stunden bei Zimmertemperatur (20 °C) einweichen lassen, an einem hellen Ort, nicht ins direkte Sonnenlicht stellen.

Dann die Samen auf der grünen Schale unter fließendem Wasser waschen, Wasser in der transparenten Schale wechseln. Die Keimchale mit angekeimten Sprossen an einem dunklen Ort stellen, bei ständiger Temperatur (20 °C) weitere 48 Stunden keimen lassen.

Danach die Keimsprossen für weitere 48 Stunden an einen hellen Ort im Innenraum stellen, an dem sie keinem direkten Sonnenlicht ausgesetzt sind, und noch keimen lassen.

**Achtung!** Während der Keimzeit mind. 2x täglich die Sprossen unter fließendem Wasser waschen und zugleich das Wasser in der Schale austauschen.

**Die Keimsprossen stellen eine außerordentliche Quelle von Vitaminen sowie wertvollen Nahrungsstoffen dar. Sie sind zum direkten Verzehr geeignet, bzw. für Salate, bei der Zubereitung von exotischen Gerichten usw. einzusetzen.**

**Saatguthersteller:** Sonnentor GmbH, Österreich, [www.sonnentor.com](http://www.sonnentor.com)

**Verkäufer:** Tescoma s. r. o., U Tescomy 241, 76001 Zlín, Tschechische Republik

## pt Instruções de utilização

A embalagem contém 50 g de mistura de sementes orgânicas de cultivo (alfafa, **mostarda amarela**, fenacho) ideal para cultivar rebentos saudáveis.

Colocar um décimo do conteúdo de mistura de sementes (aproximadamente 5 g) sobre o recipiente verde verde e espalhar as sementes uniformemente.

Colocar água fria potável no vaso transparente de modo a que a água não exceda os orifícios da superfície verde de germinação quando é inserido o último conteúdo.

Primeiro deixe as sementes a germinar à temperatura ambiente (20 °C) durante aproximadamente 6 a 8 horas em local iluminado mas afastado da luz solar direta.

Em seguida, passar por água as sementes germinadas no recipiente verde sob água corrente e trocar a água no prato transparente. Mudar o recipiente verde com as sementes para um lugar escuro e deixar germinar durante mais 48 horas a uma temperatura constante (20 °C).

Em seguida, colocar as sementes germinadas num local interior luminoso longe da luz solar direta e deixar a germinar mais 48 horas.

**Aviso!** É necessário passar as sementes por água corrente e mudar a água no vaso, pelo menos, duas vezes por dia, enquanto elas estão em germinação.

**Rebentos vegetais são uma fonte especial de vitaminas e substâncias nutritivas preciosas. Os rebentos podem ser consumidos diretamente ou usados em saladas, pratos exóticos, etc.**

**Fabricante de sementes:** Sonnentor GmbH, Austria, [www.sonnentor.com](http://www.sonnentor.com)

**Vendedor:** Tescoma s. r. o., U Tescomy 241, 76001 Zlín, República Tcheca

## pl Instrukcja użytkowania

Opakowanie zawiera 50 g nasion do kiełkowania mix BIO (alfalfa, **żółta gorczyca**, kozieradka pospolita) doskonałych do uprawy kiełków.

Na zieloną tacę kiełkowniczy należy wysypać 1/10 zawartości opakowania nasion do kiełkowania mix BIO (ok. 5 g) i równomiernie rozproszyc.

Do przezroczystego naczynia należy wlać zimną wodę pitną w takiej ilości, aby po włożeniu zielonej tacy z nasionami woda delikatnie wylewała się przez jej otwory.

Nasiona należy najpierw pozostawić na ok. 6-8 godzin do kiełkowania w temperaturze pokojowej (20 °C), w jasnym miejscu, nie należy wystawiać na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.

Następnie nasiona na zielonej tacy należy przepłukać pod bieżącą wodą, a w przezroczystym naczyniu wymienić wodę. Naczynie z tacą do kiełkowania i kiełkującymi nasionami należy przenieść w ciemne miejsce i przechowywać w stałej temperaturze (20 °C). Pozostawić na kolejne 48 godzin do kiełkowania.

Następnie kiełkujące nasiona należy przechowywać przez kolejnych 48 godzin w jasnym miejscu, w domu nie wystawiając ich bezpośrednio na działanie promieni słonecznych, pozostawić do kiełkowania.

**Uwaga!** Podczas kiełkowania nasiona należy co najmniej 2 razy dziennie przepłukać pod bieżącą wodą i wymieniać wodę w naczyniu.

**Kiełki roślin są doskonałym źródłem witamin i cennych substancji odżywczych. Można je spożywać bezpośrednio, używać do sałatek, przygotowywania egzotycznych potraw itp.**

**Producent nasion:** Sonnentor GmbH, Austria, [www.sonnentor.com](http://www.sonnentor.com)

**Dystrybutor:** Tescoma s. r. o., U Tescomy 241, 76001 Zlín, Republika Czeska

## sk Návod na použitie

Balenie so semienkami obsahuje 50 g mixu na klíčení BIO semienok (alfalfa, **horčica žltá**, senovka grécke seno) vynikajúcich na prípravu zdraviu prospesných klíčkov.

Na zelenú plochu na klíčení vysypte 1/10 obsahu balenia mixu na klíčení BIO semienok (cca 5 g) a rovnomerne ich rozprestrite.

Do transparentnej misky napustite studenú pitnú vodu tak, aby po vložení zelenej plochy na klíčení so semienkami voda mierne prostupovala jej otvory.

Semienka nechajte najskôr cca 6-8 hodín naklíčiť pri izbovej teplote (20 °C), na svetlom mieste mimo priame slnečné svetlo.

Potom semienka na zelenej ploche na klíčení prepláchnite pod tečúcou vodou a v transparentnej miske vymeňte vodu. Misku s plochou na klíčení a klíčovými semienkami premiestnite do tmy, kde pri stálé teplote (20 °C) nechajte ďalších 48 hodín klíčiť.

Potom klíčiace semienka umiestnite na ďalších 48 hodín na svetlé miesto v interiéru mimo priame slnečné svetlo a nechajte ďalej klíčiť.

**Pozor!** V priebehu klíčovania semienka aspoň 2x denne prepláchnite pod tečúcou vodou a súčasne vymeňte vodu v miske.

**Rastlinné klíčky sú mimoriadnym zdrojom vitamínov a cenných nutričných látok. Konzumujte ich priamo, použite do salátov, pre prípravu pokrmov exotickéj kuchyne apod.**

**Výrobca semienok:** Sonnentor GmbH, Rakúsko, [www.sonnentor.com](http://www.sonnentor.com)

**Predajca:** Tescoma s. r. o., U Tescomy 241, 76001 Zlín, Česká republika

## ru Инструкция по использованию

Упаковка с семенами, содержащая 50 г смеси BIO семян (альфа́льфа, **желтая горчица**, пажитник греческий), отлично подходящих для проращивания полезных для здоровья ростков.

На зеленую поверхность для проращивания высыпать 1/10 содержимого упаковки смеси BIO семян (около 5 г) и равномерно распределить.

В прозрачную чашку налейте холодную питьевую так, чтобы после вкладывания в нее зеленой поверхности для проращивания с семенами вода немного проступала через ее отверстия.

Вначале в течение 6-8 часов семена должны пустить ростки при комнатной температуре (20 °C) на светлом месте, они не должны подвергаться воздействию прямых солнечных лучей.

Потом семена на зеленой поверхности для проращивания прополощите под проточной водой и замените воду в прозрачной чашке. Чашку с поверхностью для проращивания и семенами с ростками поместите в темное место, где при постоянной температуре (20 °C) оставьте прорасти в течение следующих 48 часов.

После этого семена с прорастающими ростками на 48 часов поместите в светлое место в интерьере без воздействия прямых солнечных лучей и оставьте далее прорасти.

**Внимание!** Во время процесса прорастания семена хотя бы 2 раза в день прополощите под проточной водой и заодно замените воду в чашке.

**Ростки являются чрезвычайно богатым источником витаминов и ценных питательных веществ. Употребляйте ростки в свежем виде, добавляйте в салаты, в блюда экзотической кухни и т.п.**

**Производитель семян:** Sonnentor GmbH, Австрия, [www.sonnentor.com](http://www.sonnentor.com)

**Продавец:** Tescoma s. r. o., U Tescomy 241, 76001 Zlín, Чешская Республика

## fr Mode d'emploi

Un paquet de graines contient 50 g de mélange de graines à germer BIO (alfalfa -luzerne, **moutarde jaune**, trigonelle fenugrec) excellentes pour la préparation des germes bénéfique pour la santé.

Verser 1/10 du contenu du paquet de mélange de graines à germer BIO sur la surface de semis verte (environ 5 g) et répartir les graines régulièrement.

Remplir la coupelle transparente avec de l'eau potable froide de manière à ce que l'eau passe légèrement à travers ses orifices après l'introduction de la surface de semis verte avec les graines.

Laisser d'abord les graines germer pendant environ 6-8 heures à température ambiante (20 °C), à un endroit clair, à l'abri de la lumière directe du soleil.

Rincer ensuite les graines sur la surface de semis verte à l'eau courante et changer l'eau dans la coupelle transparente. Transférer la coupelle avec la surface de semis et les graines en germination dans le noir et les laisser germer à température constante (20 °C) encore 48 heures.

Ensuite, placer les graines en germination pour 48 heures supplémentaires dans un endroit clair à l'intérieur, à l'abri de la lumière directe du soleil, et les laisser continuer à germer.

**Attention!** Lors de la germination, rincer les graines au moins 2 fois par jour à l'eau courante et changer en même temps d'eau dans la coupelle.

**Les germes végétaux sont une source exceptionnelle de vitamines et de précieuses matières nutritives. Consommer tel quel ou les utiliser en salades, pour la préparation des plats de cuisine exotique, etc.**

**Producteur de graines:** Sonnentor GmbH, Autriche, [www.sonnentor.com](http://www.sonnentor.com)

**Vendeur:** Tescoma s. r. o., U Tescomy 241, 76001 Zlín, République tchèque

## it Istruzioni per l'uso

Il sacchetto contiene 50 g di semi ORGANICI misti (erba medica, **senape gialla**, fieno greco) per coltivare a casa propria germogli freschi.

Versare un decimo del contenuto dei semi ORGANICI (circa 5 g) all'interno della parte verde del vaso spargendoli uniformemente sulla superficie di esso.

Versare dell'acqua potabile fresca all'interno della parte trasparente del vaso. Il livello dell'acqua deve eccedere oltre i fori del componente verde del vaso.

Prima lasciare che i semi germoglino a temperatura ambiente (20 °C) per circa 6 / 8 ore in un posto luminoso ma non a diretto contatto con la luce del sole.

Poi sciaguare sotto acqua corrente i semi sparsi nella parte verde del vaso e cambiare acqua nella parte trasparente del vaso. Trasferire la parte del vaso contenente i semi in un luogo buio e lasciare germogliare per almeno 48 ore mantenendo una temperatura costante (20 °C).

Successivamente portare i semi in un luogo luminoso ma non a diretto contatto con la luce del sole per altre 48 ore.

**Avviso!** Durante il processo di germinazione sciaguare i semi sotto acqua corrente e cambiare l'acqua all'interno del vaso almeno due volte al giorno.

**I germogli sono un'importante risorsa di vitamine ed una preziosa sostanza nutrizionale. I germogli possono essere consumati direttamente o all'interno di insalate, alimenti esotici, ecc.**

**Produttore semi:** Sonnentor GmbH, Austria, [www.sonnentor.com](http://www.sonnentor.com)

**Distribuito da:** Tescoma s. r. o., U Tescomy 241, 76001 Zlín, Czech Republic

## es Instrucciones de uso

El paquete de semillas contiene 50 g de mezcla de semillas de brotes ORGANICOS (alfalfa, **mostaza**, fenogreco) excelente para el cultivo de brotes sanos.

Verter una décima parte del contenido de la mezcla de semillas de brotes ORGANICOS (aprox. 5 g) en la superficie verde del germinador y esparcir las semillas uniformemente.

Verter agua fría potable en el recipiente transparente de forma que el agua apenas exceda los agujeros de la superficie verde del germinador cuando éste se inserte.

Primero dejar que broten las semillas a temperatura ambiente (20 °C) durante aproximadamente de 6 a 8 horas en un lugar luminoso alejado de la luz del sol directa.

Después enjuagar las semillas en la superficie verde del germinador bajo el grifo de agua corriente y cambiar el agua del recipiente transparente. Trasladar el recipiente con la superficie del germinador y las semillas germinadas a un lugar oscuro y dejar germinar durante 48 horas a una temperatura constante (20 °C).

Después colocar las semillas germinadas en un lugar luminoso alejado de la luz directa del sol y dejar germinar durante otras 48 horas.

**Aviso!** Es necesario enjuagar las semillas bajo el grifo de agua corriente y cambiar el agua del recipiente por lo menos dos veces al día mientras está brotando.

**Los brotes vegetales son una fuente especial de vitaminas y valiosas sustancias nutritivas. Los brotes pueden consumirse directamente o utilizarse en ensaladas, comidas exóticas, etc.**

**Fabricante de semillas:** Sonnentor GmbH, Austria, [www.sonnentor.com](http://www.sonnentor.com)

**Distribuidor:** Tescoma s. r. o., U Tescomy 241, 76001 Zlín, Czech Republic



[www.tescoma.com/video/899096](http://www.tescoma.com/video/899096)

designed by **tescoma** design protected

[www.tescoma.com](http://www.tescoma.com)

Tescoma s.r.o., U Tescomy 241, 760 01 Zlín, Česká republika  
Distribuito da: Tescoma spa - Cazzago S. Martino (BS) - Italia  
Distribuido por: Tescoma España, S.L. Cif: B-53630646

Distribuido por: Tescoma Portugal, Lda  
Dystr.: Tescoma Polska Sp.z o.o., Warzywna 14, Katowice, Polska

Dovozca: Tescoma s.r.o. - Slovenská republika  
Дистрибутор: Tescoma L.t.d. - Москва - Россия  
Дистрибутор: 108 "Тескома - Украина" - Одеса



Art.: 899096

