

#liste des fiches tutos

La Raffinerie  
LA FRICHE ÉCO-CULTURELLE DE SAVANNA

# Germination de graines comestibles

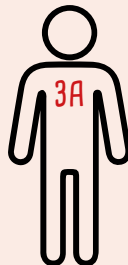
COÛT



TEMPS DE  
RÉALISATION



AGE  
MINIMUM



DIFFICULTÉ



DATE // AVRIL 2020

AUTEUR // GOUTNATURE.RE

CONTACT // [HTTPS://CHAT.COMMUNECONNECTER.ORG/CHANNEL/VERGERMICROFORET](https://chat.communeconnecter.org/channel/vergermicroforet)

LES UTILISATEURS DE CETTE FICHE S'ENGAGE À RESPECTER LES RÈGLES DE SÉCURITÉ ÉLÉMENTAIRE  
UTILISATION LIBRE



**- Matériaux -**

# Graines à germer  
(usage alimentaire)



Eau potable

**- Matériels -**

Bocal sans couvercle



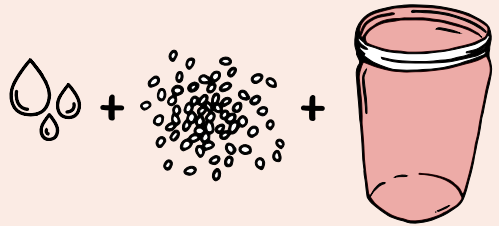
Moustiquaire en  
plastique (trame)



Gros élastique

**- Les étapes -**

- ① Mettre à tremper les graines au moins 12 heures dans un bocal rempli d'eau. Ne pas dépasser 1/4 du volume du bocal en graines sèches.



- ② Après trempage, bien rincer et placer la trame plastique avec l'élastique. Disposer le bocal à 45° ou 90° pour qu'il puisse s'égoutter



- ③ Rincer les graines 2 fois par jour. Laisser germer (3 à 7 jours en fonction de la taille).
- ④ Oter les téguments des graines par flotation.