



Focus du mois /
Mars 2015

Graines à germer RADIS NOIR

Voilà le printemps ! C'est le bon moment pour mettre le RADIS NOIR à l'honneur...

Graines à germer RADIS* NOIR

100% radis* noir

* ingrédients issus de l'agriculture biologique

Nom latin : Raphanus sativus var niger

Origine des graines : Italie

Ref. 139GG

Poids net 150g

Culture en germoir classique (germoir bocal ou germoir à étages Germ'line).

Trempage : 1 nuit

Germination : 4-5 jours



Radis noir sous forme germée

Le radis noir germé est

sain

- ✓ il tonifie le foie
- ✓ il stimule la fonction biliaire
- ✓ il est riche en vitamine C.

Le consommer en cure au printemps est une bonne idée, car il aide les «organes de nettoyage du corps» à bien faire leur travail.

Le radis noir germé est

bon

✓ nutritionnellement et gustativement. Son goût poivré en fait un aromate de choix pour agrémenter crudités, sandwiches ou mousses de jus de légumes tout frais pressés. Il s'invite aussi à l'apéritif, disposé sur des toasts tartinés et des verrines.

Le radis noir germé est

beau

✓ ses pousses originales d'un joli vert nature mettront du peps aux décorations culinaires, et transformeront gaiement les recettes.



Suggestions de présentation.

Un brin de culture...

Les origines du radis remonteraient à plusieurs siècles avant notre ère. D'abord cultivé en Chine, il aurait par la suite conquis les Grecs anciens et les Romains. Il semble qu'il ait fallu attendre le XVIII^e siècle avant que le radis noir, originaire de l'Europe de l'Est, soit consommé en France. On sait que les Égyptiens le cultivaient déjà à l'époque des pharaons, car on a trouvé, dans le temple de Karnak, des hiéroglyphes le représentant.