MIKROZELENJE

mikro green.

Mikrozelenje **mikrogreen** so mlade, zelo majhne rastline (2,5 - 7,5 cm) pridelane iz semen različnih vrst zelenjave, zelišč in drugih rastlin. Ta koncept je postal priljubljen med ljubitelji zdrave prehrane in kuharji. Mikrozelenje je običajno staro le nekaj dni do dveh tednov in se uporablja, ko so rastline v fazi razvoja in, ko so njihovi prvi pravi listi že prisotni.

Mikrozelenje **mikrogreen** je znano po svoji intenzivni aromi, okusu in visoki hranilni vrednosti. Vsebuje tudi do 40x več hranilnih snovi kot zrela zelenjava. Predstavlja kako na inovativen način vključiti sveže in hranljive rastline v prehrano ter dodaja raznolikost in estetski videz v kulinariko.

Prednosti mikrozelenja mikrogreen:
- **Bogastvo hranil:** so koncentriran vir hranil, vključno z vitamini (C, E, K) , minerali (cink in magnezij), antioksidanti in vlakninami.
- **Okus in aroma:** Zaradi svoje mladosti imajo intenziven okus in aromo, kar lahko obogati jedi in prinese svežino.
- **Dodatek jedem:** se pogosto uporabljajo kot okras ali dodatek različnim jedem, vključno s solatami, sendviči, juhami in glavnimi jedmi.
- **Zdravilni učinki:** Zaradi visoke vsebnosti hranil ima lahko pozitiven vpliv na zdravje, vključno s spodbujanjem imunskega sistema, zmanjšanjem vnetij in podporo prebavi.



	MIKROZELJE	SAKURA DAIKON	CHILLI DAIKON	MIKRORUKOLA	MIKROGORČICA
OKUS:	nežen okus zelja	grenko sladek okus repe	pikantna redkvica	grenak kiselkast, intenziven okus rukole	hren, gorčica
UPORABA:	pečenje, blansiranje, sekljanje, mariniranje, sous-vide, cvrtje, olja	pečenje, kuhanje, dekoracija, želeji, olja, marinade, sose-vide, dimljenje, miksanje	dekoracija, miksanje, sekljanje, cvrtje, sušenje	olja, zeleji, sirup, testo, sous-vide, dimljenje, cvrtje	dekoracija, miksanje, sendviči, juhe, olja, sous-vide, sekljanje
JEDI:	sendviči, solate, sushi, prigrizki, veganske jedi	meso, ribe, testenine, juhe, pizza, sendvič, solate	sir, divjačina, gril, sendviči, juhe, sushi, solate	sir, ribe, meso, gril, pizza, sendvič, juhe	ribe, meso, testenine, solate, sendviči, priloge
	2,75 €/500g	2,75 €/500g	2,75 €/500g	2,75 €/500g	2,75 €/500g



	MIKROGRAH	MIRKOKUMARICA	MIKROMUNGO	KAPUCINKE	KREBULJICA
OKUS:	sladki grah	sveža kumarca	nežen sladki grah	hrenast	nežen janež
UPORABA:	blansiranje, kuhanje, cvrtje, dekoracija	cvrtje, solate, olje, dimljenje, dekoracija	dekoracije, blansiranje, cvrtje, kuhanje	pečenje, fermentiranje, sušenje, prazenje, sirup, sous-vide, sekljanje	dekoracija, miksanje, sendviči, juhe, olja, sous-vide, sekljanje
JEDI:	divjačina, ribe, meso, priloge, juhe, sendviči	meso, ribe, sladice, juhe, sushi, veganske jedi	divjačina, meso, ribe, solate, sendviči, priloge, juhe	sir, ribe, sendviči, prigriski, meso, pizza, divjačina, gril	ribe, meso, testenine, solate, sendviči, priloge
	2,75 €/500g	2,75 €/250g	2,75 €/500g	2,75 €/500g	2,75 €/500g



	MIKROPESA	MIRKOBAZILIKA	ŠIROKOLISTNA KISLICA	MELISA	AMARAT
OKUS:	nezna pesa in špinača	bazilika	zelo kisel	mentol in limona, grenko sladek	pečena kuruza, rdeča pesa
UPORABA:	pečenje, sekljanje, vroče infuzije, vlaganje, sous-vide, siruo, olje	pečenje, zamrzovanje, gel, olja, hladna infuzija	dekoracija, okraševanje	pečenje, sekljanje, hladna in vroča infuzija, sušenje, sous-vide, sirup, olje	dekoracija, miksanje, sendviči, juhe, olja, sous-vide, sekljanje
JEDI:	meso, ribe, testenine, solate, sendvič, pizza, sladice	meso, ribe, testenine, pizze, sladice	sladice, sadje, siri, meso, solate, prigriski, sushi, veganske jedi	sadje, alkohol, sladice, solate, testenine, čaj	ribe, meso, testenine, solate, sendviči, priloge
	2,75 €/500g	3,50 €/250g	3,50 €/250g	2,75 €/500g	2,75 €/500g



	VRTNA KREŠA	MIKROSONČNICA	MEŠANO CVETJE
			mačehe, kapucinke, boreč cvetovi,...
OKUS:	hren, rahlo pikanten	nežen okus sončničnih semen	
UPORABA:	blansiranje, kuhanje, cvrtje, dekoracija	solate, olje, dimljenje, dekoracija, meso, ribe	dekoracija
JEDI:	divjačina, ribe, meso, priloge, juhe, sendviči	meso, ribe, sladice, juhe, sushi, veganske jedi	
	2,75 €/500g	2,75 €/500g	4,00 €/pak

Zastopa in prodaja:

FRUTIS NOVA d.o.o.
Peske 8
1136 Trzin
t : 041 555 093
e : frutisdoo@gmail.com

