

## Groddtips till Kungsbacka Trädgårdssällskap

Det finns några enkla bra tips för att lyckas med sin groddodling.

1. Köp frön som är avsedda för att grodda. De har högre grobarhet då de är grobarhetstestade.
2. Följ doseringen det blir mycket av lite frön. Har man för mycket frön gror inte alla utan ruttar på botten.

Att samla frön själv är inte lönsamt då man behöver ca. 2msk för en groddomgång. Det är bättre att samla och så ny kål till trädgårdslandet.

Här kan man köpa frön;

<https://sproutly.se/>

<https://www.rawfoodshop.se/>

<https://www.svenskhalsokost.se/>

<https://www.ravarubutiken.se/>

Stegvis guide:

1. Tvätta och skölj fröna. Precis som när du sköljer din sallad så rengör man fröna eftersom man skall äta hela fröet.
2. Lägg i blöt. Små frön 8-10timmar stora frön 1 dygn
3. Skölj extra noga efter blötlagningen.
4. Vänd upp och ner på burken och låt stå så att ev kvarvarande vatten kan rinna bort
5. Skölj sedan 1-2 gånger/dygn
6. Ställ lökgroddar, kålgroddar och rädisgroddar ljus. Mungbönor och alfagroddar blir godare om de får växa till sig mörkt. De blir lätt beska om de får förmycket ljus.

Övriga tips:

1. Broccoligroddar och kålgroddar vill inte ha det för blött där räcker det men 1 sköljning/dygn.
2. Blir det vitt ludd på groddarna är det för att vattnet har försvunnit det är inte mögel utan fibriller och försvinner när man sköljer dem. Blir ofta på rädis, broccoli och kålgroddar.
3. Lukta alltid på groddarna så vet du säkert att de är ok att äta.
4. Odlar mycket av lins och mungbönor då blir det mycket mat.

Annikas Groddskola på Instagram <https://www.instagram.com/p/CYwdkpcNEGx/>

Mejl [annika@naturligating.se](mailto:annika@naturligating.se) där kan ni alltid fråga om det är något.

Lycka till

Vänliga Hälsningar

Annika