SPIRER

GRØNT UDEN JORD

Spirer lever af næringen i frøet.
Derfor er spirer nemme og
hygiejniske at dyrke i dit køkken.

6 TRIN TIL SPIRER

1) Fyld glasset med rent, køligt vand.
2) Lad ærterne ligge i blød i 8 timer.
3) Skyl, hæld så vandet fra og dryp af.
4) Fastgør tyll over åbning med elastik.
5) Stil glasset på køkkenbordet.
6) Skyl morgen og aften som i 3 + 4.
7) Spirerne er klar efter 2 dage, når hvid rod er 1 cm lang. Skyl og spis.

UDVIDET MANUAL

Se lang manual på websiden:
spirefroe.dk/bordgave-med-spirer

SPIRER

GRØNT UDEN JORD

Spirer lever af næringen i frøet.
Derfor er spirer nemme og
hygiejniske at dyrke i dit køkken.

6 TRIN TIL SPIRER

1) Fyld glasset med rent, køligt vand.
2) Lad ærterne ligge i blød i 8 timer.
3) Skyl, hæld så vandet fra og dryp af.
4) Fastgør tyll over åbning med elastik.
5) Stil glasset på køkkenbordet.
6) Skyl morgen og aften som i 3 + 4.
7) Spirerne er klar efter 2 dage, når hvid rod er 1 cm lang. Skyl og spis.

UDVIDET MANUAL

Se lang manual på websiden:
spirefroe.dk/bordgave-med-spirer

SPIRER

GRØNT UDEN JORD

Spirer lever af næringen i frøet.
Derfor er spirer nemme og
hygiejniske at dyrke i dit køkken.

6 TRIN TIL SPIRER

1) Fyld glasset med rent, køligt vand.
2) Lad ærterne ligge i blød i 8 timer.
3) Skyl, hæld så vandet fra og dryp af.
4) Fastgør tyll over åbning med elastik.
5) Stil glasset på køkkenbordet.
6) Skyl morgen og aften som i 3 + 4.
7) Spirerne er klar efter 2 dage, når hvid rod er 1 cm lang. Skyl og spis.

UDVIDET MANUAL

Se lang manual på websiden:
spirefroe.dk/bordgave-med-spirer

SPIRER

GRØNT UDEN JORD

Spirer lever af næringen i frøet.
Derfor er spirer nemme og
hygiejniske at dyrke i dit køkken.

6 TRIN TIL SPIRER

1) Fyld glasset med rent, køligt vand.
2) Lad ærterne ligge i blød i 8 timer.
3) Skyl, hæld så vandet fra og dryp af.
4) Fastgør tyll over åbning med elastik.
5) Stil glasset på køkkenbordet.
6) Skyl morgen og aften som i 3 + 4.
7) Spirerne er klar efter 2 dage, når hvid rod er 1 cm lang. Skyl og spis.

UDVIDET MANUAL

Se lang manual på websiden:
spirefroe.dk/bordgave-med-spirer

SPIRER

GRØNT UDEN JORD

Spirer lever af næringen i frøet.
Derfor er spirer nemme og
hygiejniske at dyrke i dit køkken.

6 TRIN TIL SPIRER

1) Fyld glasset med rent, køligt vand.
2) Lad ærterne ligge i blød i 8 timer.
3) Skyl, hæld så vandet fra og dryp af.
4) Fastgør tyll over åbning med elastik.
5) Stil glasset på køkkenbordet.
6) Skyl morgen og aften som i 3 + 4.
7) Spirerne er klar efter 2 dage, når hvid rod er 1 cm lang. Skyl og spis.

UDVIDET MANUAL

Se lang manual på websiden:
spirefroe.dk/bordgave-med-spirer

SPIRER

GRØNT UDEN JORD

Spirer lever af næringen i frøet.
Derfor er spirer nemme og
hygiejniske at dyrke i dit køkken.

6 TRIN TIL SPIRER

1) Fyld glasset med rent, køligt vand.
2) Lad ærterne ligge i blød i 8 timer.
3) Skyl, hæld så vandet fra og dryp af.
4) Fastgør tyll over åbning med elastik.
5) Stil glasset på køkkenbordet.
6) Skyl morgen og aften som i 3 + 4.
7) Spirerne er klar efter 2 dage, når hvid rod er 1 cm lang. Skyl og spis.

UDVIDET MANUAL

Se lang manual på websiden:
spirefroe.dk/bordgave-med-spirer

SPIRER

GRØNT UDEN JORD

Spirer lever af næringen i frøet.
Derfor er spirer nemme og
hygiejniske at dyrke i dit køkken.

6 TRIN TIL SPIRER

1) Fyld glasset med rent, køligt vand.
2) Lad ærterne ligge i blød i 8 timer.
3) Skyl, hæld så vandet fra og dryp af.
4) Fastgør tyll over åbning med elastik.
5) Stil glasset på køkkenbordet.
6) Skyl morgen og aften som i 3 + 4.
7) Spirerne er klar efter 2 dage, når hvid rod er 1 cm lang. Skyl og spis.

UDVIDET MANUAL

Se lang manual på websiden:
spirefroe.dk/bordgave-med-spirer

SPIRER

GRØNT UDEN JORD

Spirer lever af næringen i frøet.
Derfor er spirer nemme og
hygiejniske at dyrke i dit køkken.

6 TRIN TIL SPIRER

1) Fyld glasset med rent, køligt vand.
2) Lad ærterne ligge i blød i 8 timer.
3) Skyl, hæld så vandet fra og dryp af.
4) Fastgør tyll over åbning med elastik.
5) Stil glasset på køkkenbordet.
6) Skyl morgen og aften som i 3 + 4.
7) Spirerne er klar efter 2 dage, når hvid rod er 1 cm lang. Skyl og spis.

UDVIDET MANUAL

Se lang manual på websiden:
spirefroe.dk/bordgave-med-spirer

SPIRER

GRØNT UDEN JORD

Spirer lever af næringen i frøet.
Derfor er spirer nemme og
hygiejniske at dyrke i dit køkken.

6 TRIN TIL SPIRER

1) Fyld glasset med rent, køligt vand.
2) Lad ærterne ligge i blød i 8 timer.
3) Skyl, hæld så vandet fra og dryp af.
4) Fastgør tyll over åbning med elastik.
5) Stil glasset på køkkenbordet.
6) Skyl morgen og aften som i 3 + 4.
7) Spirerne er klar efter 2 dage, når hvid rod er 1 cm lang. Skyl og spis.

UDVIDET MANUAL

Se lang manual på websiden:
spirefroe.dk/bordgave-med-spirer