

Sprossen nicht genügend Nährstoffe in den kleinen Mengen?

Post by "Lizbiz" of Feb 22nd 2019, 11:17 am

Hallo!

Ich ziehe jetzt seit ein paar Monaten selber Sprossen, da ich in der Stadt wohne und es vor der Tür nicht wirklich viel Nahrhaftes ohne Hunde-Urin gibt 😄

Nun gibt es ja zweierlei Infos über Sprossen, die Verfechter sagen, sie seien extrem nahrhaft und eine wahre Nährstoffbombe. Der Artikel hier relativiert das wieder. Wem glaubt man denn nun?

<https://eatsmarter.de/ernaehru...arum-sprossen-verzichtbar>

Habt ihr noch weitere Infos?

Danke!