

# Süßlupinen Sprossen

**Post by "Sproutaria" of Mar 31st 2019, 9:19 pm**

Danke für die ausführliche Antwort.

Also die Süßlupinen haben ordentlich gekeimt 4 Tage lang an manchen Schalen war ein kleiner Schimmelfleck hab die Schale entfernt und überlegt es zu essen habe eins probiert da am Kern nichts war. Es war lecker habe aber alles trotzdem weggeworfen. Ich hatte noch 150g keimen lassen es hat 2 Tage gedauert die habe ich alle gegessen, allerdings die Schale entfernt, da die noch minimal Gifte enthält. Die Sorte die ich habe ist natürlich Bio und die wurde so gezüchtet das sie kaum Gifte enthält. Da das Aminosäureprofil komplett abgedeckt ist, kann ich auf die Süßlupine nixht verzichten. Habe allerdings auch Pollenallergie der nicht immer im Frühling auftritt. Habe die Lupinen auch ganz gut durchgespült gehabt. Man kann hier leider keine Fotos hochladen.

Die Hanfsamen sind ungeschält habe sie in Gläser versucht keimen zu lassen ging nicht nur 5 oder so haben gekeimt habe sie in die Erde verfrachtet ma schauen was draus wird.

Bei mir ist es durchschnittlich 21 Grad Daheim und die Luftfeuchtigkeit ist meistens 45 Prozent. Der Hafer keimte 0 liegt bestimmt daran hast du nen Tipp wohin ichs stellen soll? Werde es in Zukunft sonst fermentieren wie im Video.

Meine Kichererbsen haben auch geschimmelt, weil ich am zu spät zum Ausspülen kam. Wenn eins Schimmelt muss ich dann alles wegschmeißen?

Buchweizen ist mega geil, allerdings war da heute an den Wurzeln irgendwas dran sah aus wie Schimmel habe Panik bekommen und habs entsorgt.

Mein Brokkoli und Alfalfa ist schon ein „Nest“ geworden. Am Brokkoli war auch wie an den Wurzeln wie Schimmel so ein Pflaum oder wie man das beschreiben soll. Das ist kein Schimmel oder? Lasse die 1 Woche im Glas heute ist Tag5.

Habe auf Erde noch Chiagrass, Weizengras, Leingras grünen so langsam. Allerdings fehlt glaube ich Luftdurchzug bei mir Daheim im kleinen Zimmer deshalb Trocknen die schnell aus muss sie 3 mal mit Wasser bespritzen. Hast du da nen Tipp soll ich das Fenster einfach offen lassen die ganze Zeit?

Meine Mungbohnen die waren zu lange im Licht die haben eine lila Farbe bekommen und Blätter die schmeckten auch bitter habe sie leider entsorgt. Wo soll ich Dunkelkeimer hinstellen Kühlschrank, Schrank?

Und was sind Süßlupinen für Keimer Dunkel oder Licht im Internet steht mal das eine mal das andere.

Das ganze macht mir voll Spaß und mein Magen scheint keine Probleme bei den Sprossen zu haben, da sie leicht verdaulich sind. Vielen Dank, dass du die Zeit genommen hast.