

novacoltura  
coltivazione acquaponica



CATALOGO DEI MICROGREEN

Scopri i nostri microgreen

[cliccami!](#)

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| 01 Formati        | 08 Cipolla         |
| 02 Amaranto       | 09 Nasturzio       |
| 03 Barbabietola   | 10 PopCorn         |
| 04 Basilico       | 11 Pisello         |
| 05 Basilico viola | 12 Ravanello rosso |
| 06 Borragine      | 13 Ravanello viola |
| 07 Broccolo       | 14 Rucola          |

## FORMATI



### **Box degustazione**

Contiene sei vaschette di microgreen stagionali assortiti o a scelta

**Dimensioni:** 37 x 25 cm

**Materiali:** Box in carta 100% riciclabile + vaschette (vedi sotto)



### **Vaschetta**

Vaschetta singola con un tipo di microgreen a scelta

**Dimensioni:** 11 x 11 cm

**Materiali:** carta 100% riciclabile con plastificazione a base vegetale



### **Stagionalità**

Sostenibilità significa seguire i cicli della natura, per questo alcune varietà di microgreen sono disponibili solo in inverno e altre solo in estate.



## Amaranto

L'amaranto è apprezzatissimo in cucina per i suoi colori unici: steli di un rosa acceso e foglioline tra il verde e il marrone. Il sapore delicato e leggermente nocciolato ricorda molto quello della barbabietola.

### Proprietà nutrizionali

Vitamina C, E e K, calcio, ferro e beta-caroteni.

### Disponibilità durante l'anno





## Barbabietola

I microgreen di barbabietola hanno un sapore terroso che li rende particolarmente indicati per i piatti salati. Il rosa brillante degli steli e la delicatezza delle foglie aggiungono vivacità a qualsiasi piatto, rendendoli perfetti per la cucina slow food.

### Proprietà nutrizionali

Vitamine A, C, K (333% del valore giornaliero raccomandato!), rame, magnesio, manganese, potassio, ferro e calcio.

### Disponibilità durante l'anno





## Basilico

Quando si parla di basilico non servono presentazioni. Ingrediente immancabile nelle nostre cucine, si adatta a mille preparazioni: aggiungilo fresco alle insalate o utilizzalo nella preparazione di salse, abbinalo alle carni come il coniglio o rendilo protagonista in un pesto fatto in casa. I microgreen di basilico conservano il sapore intenso e rinfrescante della pianta adulta, con una leggera nota di menta.

### Proprietà nutrizionali

Proteine, vitamine (tra cui A, C, K), minerali, eugenolo (utile contro le infiammazioni), calcio, zinco, magnesio.

### Disponibilità durante l'anno







## Basilico viola

I microgreen di basilico rosso ti trasportano all'estate ad ogni morso. Si distinguono subito per le foglie vivide di un tono rosso-violaceo e gli steli di un delicato rosa chiaro.

### Proprietà nutrizionali

Proteine, vitamine A, E, K, B6, C, calcio, ferro, zinco, magnesio, fosforo e potassio.

### Disponibilità durante l'anno





## Borragine

Freschezza e croccantezza: i microgreen di borragine hanno un sapore simile al cetriolo che li rende molto versatili, sia come guarnizione dei piatti che come ingrediente principale in cocktail e insalate. Le foglie leggermente ruvide, rivestite di una leggera peluria, e gli steli croccanti creano un divertente contrasto al palato.

### Proprietà nutrizionali

Ricchi di vitamine B, C e K, che favoriscono il funzionamento del sistema immunitario, regolano gli ormoni e purificano il sangue.

### Disponibilità durante l'anno





## Broccolo

I microgreen di broccolo hanno un sapore delicato e un'incredibile carica di sostanze nutritive. Sono costituiti prevalentemente da acqua e sono ricchi di sulforafano, una sostanza anticancro che è 200 volte più concentrata nei germogli che nei broccoli adulti. Puoi provarli nelle insalate o negli hamburger vegetariani.

### Proprietà nutrizionali

Altissimo contenuto di vitamina C, beta-carotene, sodio, potassio, ferro, calcio, selenio e zinco.

### Disponibilità durante l'anno







## Cipolla

Inconfondibili per il loro aspetto così singolare, si possono usare in cucina come useresti l'erba cipollina. Gli steli lunghi e sottili hanno un sapore di cipolla fresca, mentre le bucce nere dei semi alle estremità ricordano l'aglio.

### Proprietà nutrizionali

Vitamine A e B, folati, acido ascorbico, calcio, magnesio, fosforo, potassio, zinco e alta concentrazione di sodio e zolfo.

### Disponibilità durante l'anno





## Nasturzio

Se cerchi una varietà dall'aspetto elegante, il nasturzio è la scelta perfetta, con le stupende sfumature di verde e blu delle foglie e il rosa tenue degli steli. Il sapore è altrettanto particolare, piccante ma allo stesso tempo dolce e rinfrescante.

### Proprietà nutrizionali

Ricco di minerali, oli essenziali, vitamine (A, B e C), antiossidanti (tra cui fibre e rame), ha potenti proprietà battericide e fungicide.

### Disponibilità durante l'anno





## PopCorn

I microgreen di mais sono coltivati nell'oscurità totale, eppure sono i più dolci tra tutte le varietà. Hanno un sapore zuccherino delizioso e una tonalità di giallo che ricorda il colore del mais.

### Proprietà nutrizionali

Ricco di vitamine (A, C, E), ferro, calcio, magnesio, potassio e alta concentrazione di minerali e antiossidanti (dieci volte maggiore rispetto alle verdure e ortaggi comuni!)

### Disponibilità durante l'anno





## Pisello

Ciò che caratterizza questa varietà sono la lunga shelf-life e il gioco di consistenze morbido-croccante. Per massimizzare i benefici nutrizionali, servili freschi o leggermente cotti al vapore in insalate, panini, piatti unici e persino frullati.

### Proprietà nutrizionali

Antiossidanti, vitamine A e C, ferro, potassio, magnesio e prebiotici

### Disponibilità durante l'anno





## Ravanello rosso

Amato dagli chef per il suo sapore piccante e i suoi colori sgargianti, il ravanello rosso si distingue per i suoi steli rosso-violacei e le foglie verdi e tondeggianti. Puoi abbinarlo a qualsiasi piatto per dare una scossa alle papille gustative e per servire piatti da mangiare anche con gli occhi.

### Proprietà nutrizionali

Vitamine A, B, C, E e K e minerali essenziali come calcio, magnesio e zinco, a basso contenuto calorico.

### Disponibilità durante l'anno







## Ravanello viola

Se cerchi un'aggiunta accattivante ai tuoi piatti, il ravanello viola è ciò che fa per te. Si tratta di una prelibatezza asiatica molto apprezzata e popolare nei ristoranti, per il caratteristico color porpora che lo rende unico. Puoi usarlo come guarnizione per aggiungere un tocco di colore e piccantezza.

### Proprietà nutrizionali

Contiene vitamine A, B, C, E e K e minerali come calcio, ferro, magnesio, fosforo, potassio e zinco.

### Disponibilità durante l'anno





## Rucola

Chi non conosce la rucola, una delle insalate verdi più popolari del mondo? Questa varietà di microgreen ha il caratteristico sapore mite e pepato della pianta matura, ma in forma molto più delicata. È un ottimo condimento per pizze, hamburger, insalate, panini e frullati, o una guarnizione originale per piatti a base di uova e carne.

### Proprietà nutrizionali

Ricco di vitamine A, C e K e calcio, basso contenuto calorico.

### Disponibilità durante l'anno



# novacoltura

coltivazione acquaponica

[www.novacoltura.it](http://www.novacoltura.it)  
[@novacoltura](https://www.instagram.com/novacoltura)

+39 331 2496161  
[info@novacoltura.it](mailto:info@novacoltura.it)

Napoli, Italia



**confezione 100%  
a base vegetale**



**produzione a  
risparmio d'acqua**



**senza pesticidi  
& fertilizzanti**



**prodotto a  
chilometro zero**



**prodotto da  
lavare**



**consumalo  
fresco**



**conservalo  
in frigo**



**100% carta  
riciclabile**