

### **Zsázsa, rukkola és len**

A zsázsa, rukkola és len csírája nagyon apró.

A zsázsanak és a rukkolának rendkívül magas a C-vitamin tartalma. A lenmag pedig kiváló omega

Rendkívül jól kombinálható más csírákkal vagy használható szószok és salátaöntetek ízesítésé