



# Sprossen ziehen: Übersicht Keimdauer

Sorte	Einweichdauer (Stunden)	Keimdauer (Tage)
Adzukibohne	12	2-4
Alfalfa	8	7-8
Amaranth	6	6-7
Bockshornklee	6	3-4
Brokkoli	6-12	3-4
Dinkel	12	2-3
Erbsen	12	3-4
Gerste	6-12	2-4
Kichererbsen	12	3-4
Kresse	-	3-6
Kürbis	12	3-4
Leinsamen	-	3-4

Sorte	Einweichdauer (Stunden)	Keimdauer (Tage)
Linsen	12	3-4
Mungobohnen	12	3-6
Quinoa	6	6-7
Radieschen	6-12	2-5
Rettich	6-12	4-7
Roggen	12	2-4
Rucola / Rauke	-	3-6
Senf	6	2-5
Sesam	3-6	2-5
Sonnenblumenkerne	6	2-4
Weizen	12	2-4