

# Moringa - vitaminreichste Pflanze auf unserem Planet!

Das natürliche Verbreitungsgebiet des Moringa Oleifera erstreckt sich von Indien über die Arabische Halbinsel zum Schwerpunkt Ostafrika mit einer Lücke nach Madagaskar und dem südwestlichen Afrika.



## Ihre eigene Vitaminquelle

Moringa eignet sich, um im Gewächshaus (Sommer-Monate) oder im Wohnzimmer zu kultivieren.

Wenn die Pflanze eine gewisse Größe erreicht hat, können Sie die Blätter pflücken und in Ihrer Nahrung als Gemüse oder Salat verwenden. Sie können auch einen herrlichen Tee von den frischen Blättern zubereiten.

Wenn Sie die Blätter trocknen, können Sie Ihr eigenes Moringapulver herstellen und es nutzen, um Ihre Nahrung mit konzentrierten Vitaminen, Mineralien, Proteinen und Aminosäuren anzureichern.

Gehen Sie kreativ mit Moringa in Ihrer Küche um und erweitern Sie Ihren täglichen Speiseplan durch eine perfekte, natürliche Vitaminquelle.

## Wie kann ich die Pflanze züchten?

Nehmen Sie einen Topf von mittlerer Größe und füllen Sie diesen mit einer Erde/Sand Mischung (Verhältnis 50:50).

Legen Sie den Samen 1,5 cm in die Erde und geben Sie den Topf einen warmen und sonnigen Platz in Ihrer Wohnung.

Die Erde nur mäßig gießen, da sonst der Samen zu faulen beginnt. Nach 2 Wochen sehen Sie den ersten Spross der Pflanze aus der Erde ragen.



Durch den Kauf von Moringa Samen unterstützen Sie die Ärmsten dieser Welt!

[www.moringa-europe.com](http://www.moringa-europe.com)

