

Eettuintjes Almere

Regrowing-tip: rode biet

Benodigheden

- Eén rode biet met schil (vers, dus niet voorgekookt)
- Een glas of lege pot
- Water

Stappenplan



Stap 1: Snij de bovenkant van de verse biet af.



Stap 2: Zet de biet in een ondiep laagje water, in het glas of de pot. Geef regelmatig water, zodat de biet altijd in een laagje water staat. Plaats de biet op een lichte plek.



Stap 3: Na een aantal dagen zie je de eerste verse bladeren ontstaan.



Stap 4: Als de bladeren ongeveer 10 centimeter zijn kun je ze oogsten. Je kunt de bladeren koud of warm eten, net als spinazie. Bijvoorbeeld in een salade of wokgerecht.