

Chou frisé kale NOLAN

Brassica oleracea sabellica

"Un légume feuille très puissant"



Nouveau «super-aliment», ce chou frisé kale NOLAN est très nutritif. Facile à cultiver, la première récolte est possible 4 semaines après plantation. Les feuilles sont très frisées, vert foncé, avec un goût légèrement amer.

Plante

- Vigoureuse
- 25 à 30 cm de hauteur

Feuilles

- Très frisées
- Vert foncé
- Légèrement amères



Précocité

- Première récolte quatre semaines après plantation

Valeur nutritive

- Riche en vitamines anti-oxydantes C et A, vitamine K, fibres

Propriétés / Vertus

- Propriétés anti-congestives
- Renforcement du système immunitaire
- Action sur le mauvais cholestérol