



# CULTIVER À L'INTÉRIEUR, TOUTE L'ANNÉE

COMMENT ÇA MARCHE? / p.3-5

POURQUOI L'HYDROPONIE? / p.6

CULTIVER DANS DE PETITS ESPACES AVEC L'HYDROPONIE / p.8-15

POUR QUE CHACUN PUISSE CULTIVER À L'INTÉRIEUR / p.16-22

LES RECETTES / p.23-31

LES PRODUITS / p.32

LES FILMS / p. 33-34

PH133375



## CULTIVER SES HERBES POTAGÈRES ET SES SALADES À L'INTÉRIEUR. SANS TERRE NI SOLEIL

Nous lançons une nouvelle gamme de produits IKEA pour l'hydroponie en intérieur. Nous proposons un choix de 18 graines différentes, allant du basilic au bok choy. **Faites pousser l'info...**

KRYDDA séries. Étagère pour culture 24,99 003.221.14 étagère pour culture 2 niveaux 39,99 103.184.42

## COMMENT ÇA MARCHE?

L'hydroponie permet de cultiver dans l'eau, sans terre. A l'aide de nutriments et d'une lumière spécifique, l'hydroponie nous invite à jardiner dans de petits espaces, à l'intérieur, même en hiver.



VÄXER fixation pour éclairage horticole 6,99 503.190.67

PH133370



**VÄXER growing media, starter plugs 2,99/50 pces.** 403.176.48

### DE LA GRAINE À LA POUSSE

On commence par choisir les graines en fonction de ses envies. On les place ensuite sur des mottes pour semis en laine de roche que l'on dépose dans la boîte à semis VÄXER, près d'une fenêtre. Environ une semaine plus tard (selon les graines car certaines mettent plus longtemps à germer), une ou deux feuilles apparaissent. C'est le signal pour repiquer les plants.

PH133376



**KRYDDA étagère pour culture 3 niveaux 79,90** 003.190.03

### DES POUSES À L'ASSIETTE

Les jeunes plants ont besoin d'un coup de pouce pour se développer. Dès que les premières pousses apparaissent, il faut placer les mottes pour semis dans de petits pots de culture garnies de billes de pierre ponce. Celles-ci retiennent l'eau et l'oxygène, près des racines, et nourrissent les jeunes plants jusqu'à maturité. En fonction de ce qu'on cultive, il faut attendre environ 7 semaines pour atteindre cette maturité. Les feuilles de laitue, ainsi que de nombreuses herbes comme le basilic, peuvent être cueillies en cours de croissance.



**VÅXER boîte semis/pousses avec couvercle 8,99** 203.187.24

La gamme de base KRYDDA/VÅXER comprend tout ce qu'il faut pour démarrer: graines, mottes pour semis, boîte à semis, plateaux de culture, engrais, billes de pierre ponce, lampes de culture et système d'installation.



**KRYDDA series. Étagère pour culture 24,99** 003.221.14  
**étagère pour culture 2 niveaux 39,99** 103.184.42  
**étagère pour culture 3 niveaux 79,90** 003.190.03

Les étagères pour plantes KRYDDA disposent d'un, de deux ou de trois étages. Plusieurs étages permettent de cultiver différentes plantes. C'est l'idéal pour avoir toujours des feuilles de salade et des herbes potagères sous la main.

PH133384



## POURQUOI L'HYDROPONIE?

Dans le monde entier, la migration vers les villes augmente, éloignant ainsi les gens des endroits où la nourriture est produite. Parallèlement à cette tendance, le mode de vie durable gagne du terrain: les gens utilisent moins de ressources et mangent des aliments plus sains.

## FRAIS, BEAU ET SIMPLE: QUELQUES-UNS DES ATOUTS DE L'HYDROPONIE CHEZ SOI.



- Les aliments sont toujours frais puisqu'on les cultive et qu'on les récolte soi-même. De plus, c'est la forme la plus pure de consommation locale.
- Dans de bonnes conditions, l'hydroponie est plus rapide que la culture en terre.
- Il y a moins de déchets puisqu'on cueille exclusivement ce dont on a besoin, au moment où on en a besoin.
- Il est conseillé d'utiliser des engrais appropriés. Contrairement à la culture en terre et à ses trop-pleins, il y a peu de déperdition.
- L'hydroponie est plus propre que la culture en terre et consomme moins d'eau.

PH133383



CULTIVER DANS DE PETITS ESPACES AVEC L'HYDROPONIE

KRYDDA étagère pour culture 24,99 003.221.14

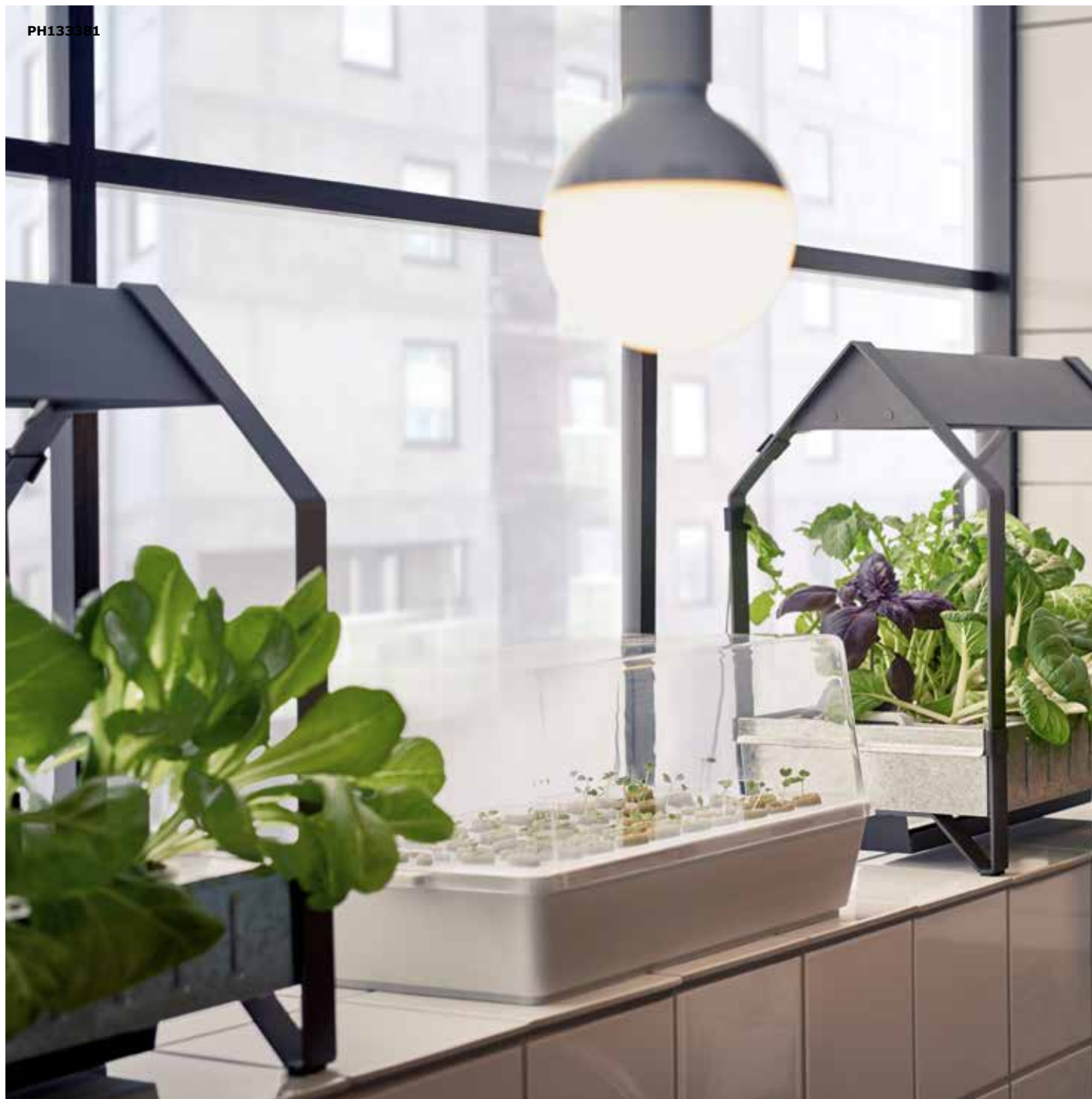




PH133378

**KRYDDA** Etagère pour culture 2 niveaux 39,99 103.184.42

Le système hydroponique IKEA est compact, mais très productif. Il permet de cultiver dans tous les petits espaces d'un intérieur.



PH133381

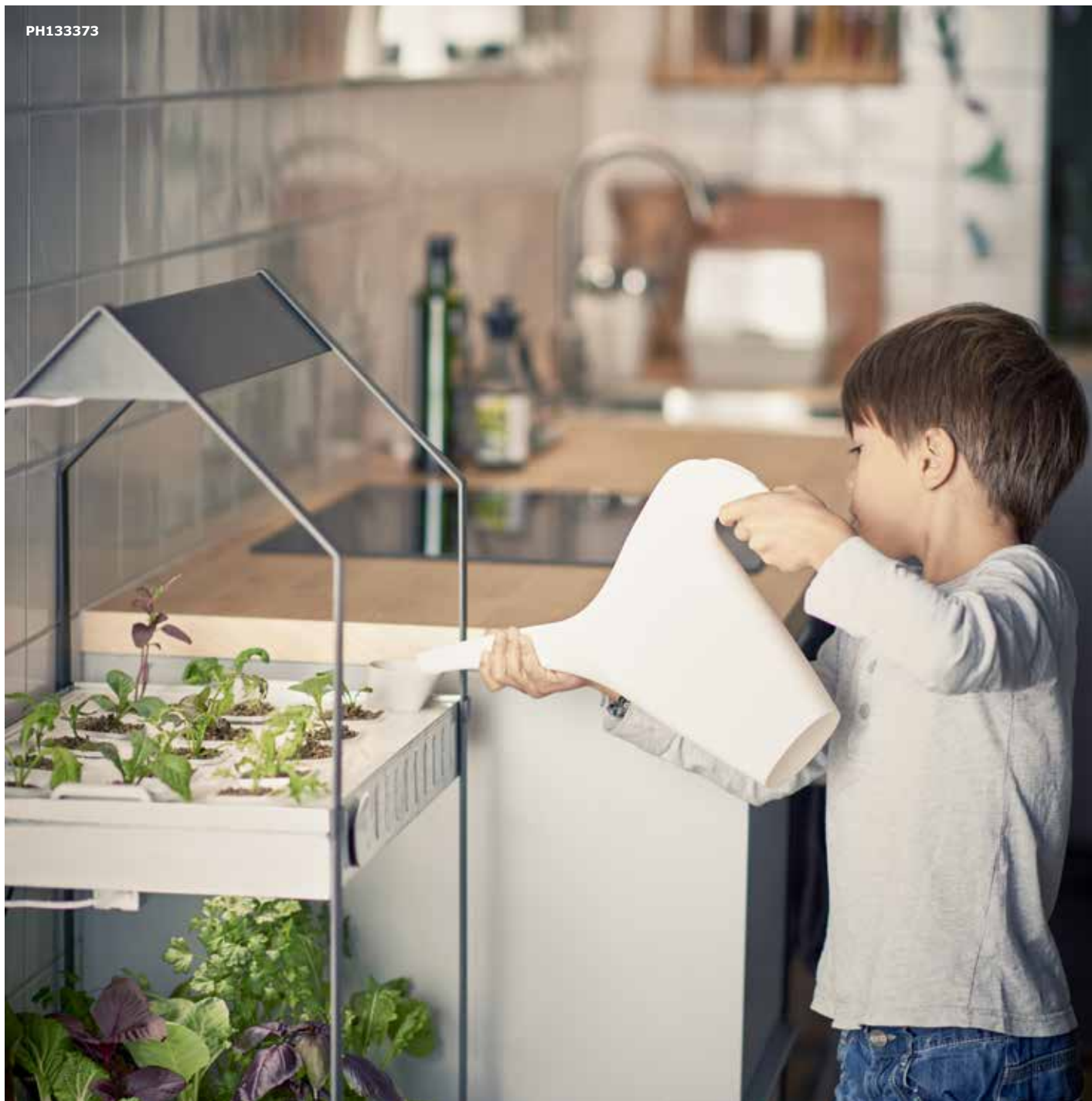
*"Ce qui est formidable avec l'hydroponie, c'est qu'on peut cultiver à l'intérieur. On n'a besoin ni de balcon, ni de terrasse, ni de jardin. On peut faire pousser des herbes ou des légumes dans la cuisine ou le salon, toute l'année durant."*

**RONNIE RUNESSON**  
développeur de produits, IKEA

La boîte à semis et le plateau de culture résistent au lave-vaisselle.

**VÄXER** boîte semis/pousses avec couvercle 8,99 203.187.24 **KRYDDA** étagère pour culture 24,99 003.221.14

PH133373



*"L'hydroponie a une dimension supplémentaire: elle invite à une exploration, également avec les enfants. C'est fabuleux de voir des graines se transformer en aliments."*

**RONNIE RUNESSON**  
développeur de produits, IKEA

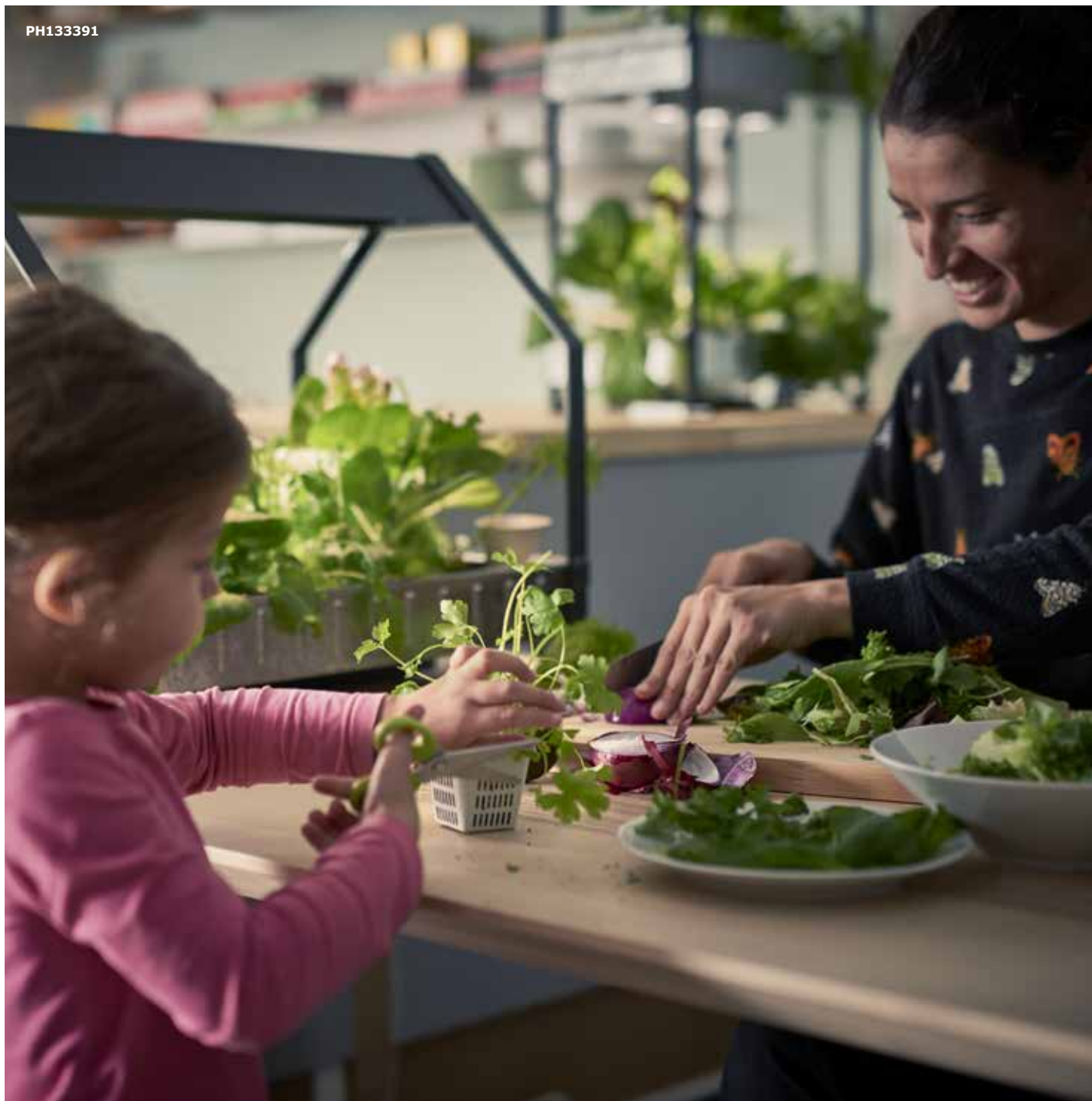
IL SUFFIT DE SURVEILLER LE NIVEAU DE L'EAU. C'EST TOUT.



- En utilisant plusieurs étages pour installer des plantes à différents stades de leur croissance, on a toujours quelque chose de frais sous la main pour préparer le dîner!
- Pour reconnaître ce qui pousse, on peut étiqueter ce qu'on plante. Ici, nous avons utilisé les aimants IKEA SPONTAN et feutres pour tableau blanc MÅLA.
- Ces étagères ne sont pas exclusivement réservées à la culture. On peut aussi garder un ou deux étages pour le rangement.

KRYDDA étagère pour culture 3 niveaux 79,90 003.190.03

PH133391



PH133363



PH133360



Il y a 36 façons de savourer sa récolte. Découvrez nos recettes de la p. 23 à 31.



**VÄXER boîte semis/pousses avec couvercle 8,99 203.187.24**

Trop de graines? Pourquoi ne pas inviter les amis et les voisins à cultiver? Ou à lancer ensemble un troc de graines? Et on peut aussi fabriquer des sachets de graines pour offrir un cadeau original!



En dehors des moments où on cultive, le plateau peut être utilisé pour faire pousser des germes de soja. C'est délicieux dans les salades et les woks...

PH133370



**VÄXER mottes pour semis 2,99/50 pces.** 403.176.48

PH133369



**VÄXER billes de pierre ponce 4,49 3l.** 003.176.50

La laine de roche peut être réutilisée jusqu'à 6 fois. Pour la nettoyer, il suffit de verser de l'eau bouillante sur les mottes individuelles afin de retirer les matières organiques comme les racines.

PH133638



## POUR QUE CHACUN PUISSE CULTIVER À L'INTÉRIEUR

L'idée de développer un système hydroponique simple et abordable, pour que chacun puisse cultiver où qu'il habite, est née de la collaboration entre des agronomes et un développeur de produits IKEA particulièrement passionné.





PH133639

**RONNIE RUNESSON,**  
développeur de produits, IKEA



PH133382

Ronnie Runesson, développeur de produits senior chez IKEA, a vécu un temps en Chine. Il s'est rendu compte de la difficulté de cultiver ses propres herbes et légumes dans des villes aussi densément peuplées que Shanghai. Pour ce fils de fermier, qui a grandi dans la bucolique île suédoise d'Öland, un potager fait tout simplement partie de la vie. Ronnie s'est donc tout naturellement mis à réfléchir à la façon dont IKEA pourrait faciliter la culture en intérieur pour tous ceux qui le souhaitent, quel que soit l'endroit où ils habitent.

Ronnie et son équipe ont commencé par visiter des serres industrielles afin de trouver des techniques pouvant inspirer un système domestique. Dans une serre de culture hydroponique à Taiwan, ils ont remarqué une petite unité de production hydroponique. "La graine de la culture domestique était plantée..." explique Ronnie. C'est là qu'ils ont décidé que l'hydroponie "était une parfaite opportunité pour permettre aux clients de cultiver leurs propres légumes chez eux, à l'intérieur."

Il s'agissait cependant d'un domaine auquel IKEA ne s'était jamais essayé. "Nous n'avions aucune expérience," dit Ronnie. "C'était quelque chose de neuf, pour nos clients et pour nous. Nous avons donc cherché des partenaires qui pouvaient nous aider dans ce développement."

## IKEA A COLLABORÉ AVEC L'UNIVERSITÉ DES SCIENCES AGRONOMIQUES DE SUÈDE POUR DÉVELOPPER UN NOUVEAU SYSTÈME HYDROPONIQUE DOMESTIQUE



*"La plupart des légumes que nous mangeons sont issus de la culture hydroponique."*

**HÅKAN ASP**

Professeur Associé à l'Université des Sciences Agronomiques de Suède

"IKEA nous a demandé si nous étions intéressés de collaborer avec eux au développement d'un nouveau système de culture domestique", explique Håkan Asp, Professeur Associé à l'Université des Sciences Agronomiques de Suède. "Nous y avons déjà pensé, pour les écoles et les personnes privées. Nous nous sommes donc dit que c'était une très bonne idée."

"L'hydroponie est réellement étonnante. Elle va de la petite boîte à la maison à la grande serre industrielle," dit Håkan. "La plupart des légumes que nous mangeons aujourd'hui sont issus de la culture hydroponique. Par exemple les tomates, qui poussent toute l'année."

## UN SYSTÈME COMPLEXE QUI DEVIENT SIMPLE ET ABORDABLE



*"Le défi consistait à créer un système hydroponique simple qui permette à tout le monde de cultiver chez soi..."*

### **HELENA KARLÉN**

Maître de conférences à l'Université des Sciences Agronomiques de Suède



"Notre objectif était de trouver une solution qui permette à tous nos clients de cultiver leurs propres herbes et légumes 12 mois par an. Qu'ils se trouvent au nord de la Suède au coeur de l'hiver, à Singapour, en Chine ou aux USA, nous voulions qu'ils trouvent la réponse chez IKEA" dit Ronnie Runesson, développeur de produits senior IKEA.

"Le défi consistait à créer un système hydroponique simple qui permette à tout le monde de cultiver chez soi," dit Helena Karlén, Maître de conférences à l'Université des Sciences Agronomiques de Suède, "et de trouver une solution qui fonctionnerait pour chacun et partout."

"Nous avons démarré par des ateliers réunissant 10 à 15 personnes du monde entier" dit Håkan, "Nous avons tous lancé des idées et nous sommes assez rapidement parvenus à quelque chose qui, selon nous, pouvait marcher."

"Pour la culture hydroponique" explique Ronnie, "il faut de l'eau, un plateau, des pots et un substrat. Tout commence avec les graines. On les place à l'endroit où on souhaite que les plantes se développent et, un peu plus tard dans le cycle de croissance, on ajoute de l'eau et de l'engrais pour leur donner l'énergie nécessaire."

## DEVELOPPER UN ÉCLAIRAGE LED À BASSE CONSOMMATION POUR LA CULTURE D'INTÉRIEUR, MÊME EN HIVER.

"L'éclairage était un point complexe, car il doit être très spécifique," dit Ronnie. "On ne peut pas utiliser n'importe quelle lumière. Celle du soleil, bien sûr, est optimale. Mais pour la culture d'intérieur, on n'en dispose pas en quantité suffisante toute l'année. Nous avons donc dû développer un éclairage tout à fait particulier."

"Nous avons utilisé des lampes LED. Nous avons d'une part dû déterminer la couleur de la lumière -c'est très important pour les plantes- et d'autre part, la quantité de lumière. C'est la distance entre la plante et la lumière qui définit celle-ci: ni trop loin, ni trop près de la plante. Nous avons pu établir que la hauteur idéale était de 30 cm," dit Helena. "Comme les lampes LED produisent moins de chaleur, elles peuvent se trouver plus près des plantes, sans leur nuire."



*"Nous nous sommes penchés sur leur croissance, mais aussi sur leur saveur... une saveur exceptionnelle d'ailleurs!"*

**HELENA KARLÉN**

Maître de conférences à l'Université des Sciences Agronomiques de Suède

"Nous avons également réfléchi aux variétés qui se prêteraient le mieux aux conditions imposées par la culture en intérieur, un faible taux d'humidité notamment" dit Helena. "Nous avons contacté différentes entreprises semencières afin de trouver des variétés qui correspondaient également à nos trois critères: des plantes agréables à regarder, savoureuses et de culture compacte," dit-elle. "Il s'agit pour la plupart de légumes feuilles qui sont faciles à cultiver. Ils peuvent en outre être cueillis jeunes ou à maturation."

"Il y a eu beaucoup de recherches expérimentales pour déterminer si la valeur nutritive varie selon la culture hydroponique (différents systèmes) ou la culture en terre," dit Helena. "À ce jour, rien ne prouve qu'il y ait une différence. Les plantes ont l'intelligence de se nourrir par les racines et les nutriments sont les mêmes dans le sol et dans l'eau."



LA CULTURE HYDROPONIQUE APPREND À CULTIVER SES ALIMENTS ET À DÉCOUVRIR LA NATURE. EN S'AMUSANT.

PH133388



“Il faut un peu de patience,” dit Håkan. “Il faut de l’application aussi, car il faut prendre soin des plantes. C’est une belle activité pour les familles: on prend le temps de s’occuper de ses laitues comme on prend le temps de promener son chien. C’est excellent pour les enfants. Ils apprennent à respecter la nourriture en sachant d’où elle vient.”

“Nous avons fait les premiers pas,” dit Ronnie. “On ne sait pas encore ce que le futur nous apportera.”

## L'AVENIR DE LA CULTURE HYDROPONIQUE



*"Je pense que la culture hydroponique est promise à un bel avenir. Elle permet en effet de tout cultiver."*

**HÅKAN ASP**

Professeur Associé à l'Université des Sciences  
Agronomiques de Suède



"La culture hydroponique est très intéressante en ce sens qu'elle permet aux gens de cultiver des légumes quel que soit leur type d'habitation. Certaines personnes vivant en ville n'ont pas de jardin. D'autres en ont un, mais leur sol n'est pas sain. Avec la culture hydroponique, il est possible de cultiver à l'intérieur, même avec un minimum de lumière naturelle. "Étant donné le nombre de gens qui vivent en ville, l'hydroponie est une réelle opportunité," dit Helena. "Nous avons constaté, et les semenciers le confirment, qu'il y a de plus en plus de gens qui souhaitent faire pousser leurs propres herbes et légumes."

"Vivre sans potager est une des conséquences majeures de l'urbanisation. Je pense donc que de nombreux systèmes hydroponiques vont se développer, des plus petits et moins techniques aux plus avancés," dit Helena. "Quand on songe aux pays en voie de développement, ces systèmes sont d'une importance capitale. Là-bas, il s'agit de cultiver pour pouvoir s'alimenter, voire pour vendre quelques légumes afin d'améliorer ses moyens de subsistance. L'hydroponie peut ainsi modifier positivement le quotidien d'un grand nombre de gens."

PH133364



## LES RECETTES

Les légumes qu'on cultive soi-même sont encore meilleurs. Afin de les sublimer, voici quelques recettes qu'un chef suédois a concoctées pour IKEA.

## DÉLICIEUSE SALADE AU FROMAGE DE CHÈVRE, AUX FRAISES & AUX PIGNONS

PH133359



Tout le plaisir de cultiver ses légumes à l'intérieur et de les savourer, toute l'année durant...  
Pour cette recette: cultiver les 3 sachets VÄXER endive, roquette et chicorée à larges feuilles.

[ Pour 2 personnes ]

Environ 150 g de mesclun d'endive, de roquette et de chicorée à larges feuilles.  
150 g de fraises équeutées, rincées et coupées en quatre  
30 g de pignons grillés  
100 g de fromage de chèvre

### VINAIGRETTE

1 c.à.s. de vinaigre de vin rouge  
2 c.à.s. de vinaigre de framboise  
50 ml d'huile d'olive de bonne qualité  
½ c.à.c. de sucre de canne

*Mélanger les feuilles dans un plat. Ajouter les fraises, les pignons grillés et le chèvre émietté. Pour la vinaigrette, mélanger les ingrédients dans un bol ou les secouer dans un pot à confiture propre. Verser sur la salade et servir.*

Astuce: Les framboises ajoutent une note délicieuse à cette salade. On peut utiliser soit des fraises, soit des framboises ou encore les deux. En ajoutant quelques fraises écrasées à la sauce, c'est divin!

A maturité, l'endive et la chicorée à larges feuilles ont une saveur amère. La roquette est légèrement amère et a un goût poivré.

Le mélange de saveurs de cette recette crée un bel équilibre doux-amer. Un vrai plaisir pour les papilles!



## SALADE DE POMMES DE TERRE, VINAIGRETTE BASILIC-CORIANDRE

PH133360



Tout le plaisir de cultiver ses légumes à l'intérieur et de les savourer, toute l'année durant...  
Pour cette recette: cultiver les 3 sachets de graines VÄXER basilic citron, coriandre et basilic.

[ Pour 2 personnes ]

300 g de pommes de terres cuites (nouvelles, de préférence)  
la moitié d'un petit oignon rouge finement émincé  
6 à 8 radis en fines rondelles  
¼ de concombre, pelé et coupé en morceaux de ---- cm  
1 petit bouquet de feuilles de basilic  
Huile d'olive de bonne qualité ou huile de pépins de raisin  
Sel et poivre noir

*Mélanger et assaisonner avec du sel et du poivre fraîchement moulu.*

### VINAIGRETTE

2 c.à.c. de citron jaune ou vert  
2 c.à.c. de vinaigre de vin blanc  
50 ml d'huile d'olive douce  
3 c.à.s. de feuilles de basilic citron  
3 c.à.s. de feuilles de coriandre  
1 gousse d'ail  
sel et poivre concassés

*Mélanger les ingrédients en utilisant un blender ou un mixer ou encore, en éminçant finement les herbes et en les mélangeant aux autres ingrédients.*

## WOK VERT AUX ASPERGES, SAUCE SOJA & CHILI.

PH133361



Tout le plaisir de cultiver ses légumes à l'intérieur et de les savourer, toute l'année durant...  
Pour cette recette: cultiver les 3 sachets de graines VÄXER bok choy, chou blanc et blette.

[ Pour 2 personnes ]

150 à 200 g de mesclun de feuilles de bok choy, de chou blanc et de blettes  
1 botte d'asperges vertes, 250 g  
5 à 6 oignons verts  
125 g de mange-tout  
1 c.à.s. d'huile de maïs (ou une autre huile à saveur douce)  
sel et poivre fraîchement moulu

### SAUCE SOJA & CHILI

100 ml de sauce chili douce  
50 ml de sauce de soja  
le jus d'un demi à un citron vert  
1 c.à.s. de gingembre râpé  
2 à 3 c.à.s. de cacahuètes écrasées ou pilées (facultatif)  
1 c.a.s. de graines de sésame grillées

*Mélanger tous les ingrédients pour la sauce dans un bol. Couper l'extrémité dure des asperges et les couper ensuite en quatre. Émincer finement les oignons verts. Faire chauffer l'huile dans une casserole et y ajouter les asperges. Mélanger pendant 1 minute et ajouter ensuite les mange-tout et les oignons verts. Faire revenir à haute température pendant une ou deux minutes, puis incorporer le mélange de bok choy, de chou blanc et de blettes. Saler et poivrer. Verser la sauce et mélanger à feu chaud. Servir avec du riz.*

ASTUCE: Ce wok de légumes accompagne parfaitement le poulet et le poisson.

## PÂTES AUX OIGNONS DOUX ET À LA VERDURE AMÈRE

PH133362



Tout le plaisir de cultiver ses légumes à l'intérieur et de les savourer, toute l'année durant...  
Pour cette recette: cultiver les 3 sachets de graines VÄXER mizuna, amarante et moutarde.

[ Pour 2 personnes ]

1 bouquet de feuilles de moutarde amère, de mizuna et d'amarante  
150 g de pâtes crues  
1 à 2 c.à.s. de beurre  
2 oignons, épluchés et émincés  
1 pincée de sucre  
300 ml de bouillon de légumes  
huile d'olive  
sel et poivre fraîchement moulu

*Faire brunir les oignons dans 1 c.à.s de beurre et d'huile dans une sauteuse large. Diminuer la température et laisser cuire jusqu'à ce que les oignons soient tendres. Réserver la moitié des oignons. Verser le bouillon de légumes dans la sauteuse et mettre à feu vif. Porter à ébullition et veiller à ce que rien n'adhère au fond. Laisser bouillir 10 minutes et assaisonner. Ajouter les pâtes, les cuire al dente et les retirer de la casserole. Ajouter les feuilles et mélanger jusqu'à ce qu'elles soient tombées. Reverser les pâtes dans la sauteuse et ajouter une c.à.s. de beurre (facultatif). Mélanger et répartir dans deux bols. Garnir avec les oignons réservés et servir.*

## SAUMON FUMÉ À CHAUD AVEC SA SALADE DE CRESSON ET SA MAYONNAISE PERSIL-BASILIC

PH133363



Tout le plaisir de cultiver ses légumes à l'intérieur et de les savourer, toute l'année durant...  
Pour cette recette: cultiver les 3 sachets de graines VÅXER persil, cresson et basilic.

[ Pour 2 personnes ]

200 g de saumon fumé à chaud  
2 tranches de pain au levain  
2 tomates juteuses, mûres, coupées en tranches  
1 échalote émincée  
2 c.à.s. de graines de potiron grillées  
1 verre de cresson  
huile d'olive  
sel et poivre

*Mélanger dans un plat le cresson, l'échalote et les graines de potiron légèrement écrasées. Ajouter l'huile d'olive, le sel et le poivre. Faire griller le pain et répartir les rondelles de tomates et le saumon sur les tranches de pain. Verser un filet de mayonnaise et décorer avec le cresson.*

### MAYONNAISE

1 c.à.s. de jus de citron  
1 jaune d'oeuf  
3 c.à.s. de basilic frais  
3 c.à.s. de persil frais  
½ c.à.c. de miel  
100 ml d'huile d'olive douce ou d'huile de pépins de raisin  
sel et poivre

*Mettre le jus de citron, le jaune d'oeuf, les herbes et le miel dans un blender. Pendant qu'il tourne, ajouter progressivement l'huile en petite quantité pour faire prendre la mayonnaise. Saler et poivrer.*

## LA SALADE VERTE ET SES 2 VINAIGRETTES SUPER SIMPLES

PH133365



Tout le plaisir de cultiver ses légumes à l'intérieur et de les savourer, toute l'année durant...  
Pour cette recette: cultiver les 3 sachets de graines VÅXER laitue, laitue romaine verte et laitue romaine rouge.

[ Pour 2 personnes ]

### VINAIGRETTE FRANÇAISE

½ gousse d'ail émincée  
1 c.à.c. de moutarde de Dijon  
2 c.à.s. de vinaigre de vin rouge  
100 ml d'huile d'olive de bonne qualité  
sel et poivre fraîchement moulu

*Mélanger les ingrédients dans un bol ou les secouer dans un pot à confiture propre.*

### VINAIGRETTE AU YAOURT

100 ml de yaourt (de type grec)  
1 c.à.s. de vinaigre de vin blanc  
1 c.à.s. de jus de citron  
1 c.à.s. d'huile d'olive de bonne qualité  
sel et poivre fraîchement moulu

*Mélanger les ingrédients dans un bol ou les secouer dans un pot à confiture propre.*

*Ces deux vinaigrettes toutes simples sont divines sur des salades qu'on vient de cueillir soi-même. Cueillir les feuilles et les disposer dans un grand plat. Ajouter quelques cuillers à soupe de la vinaigrette de son choix, mélanger délicatement et servir aussitôt.*

ASTUCE: Une simple salade accompagne parfaitement les viandes grillées. Pour en faire un plat complet, on peut ajouter soit d'autres légumes comme des pousses de soja, des oignons ou du concombre, soit des dés de poulet.

## BASILIC CITRON, CORIANDRE & BASILIC

VÄXER graines 1,99/3 pces. Basilic citron/coriandre/basilic 303.195.15

PH133341



*BASILIC CITRON*

*Saveur fraîche et légère, avec une note de citron*

PH133342



*CORIANDRE*

*Saveur très parfumée, goût caractéristique*

PH133343



*BASILIC*

*Saveur douce et légère de basilic*

## PERSIL, CRESSON & BASILIC

VÄXER graines 1,99/3 pces. Persil/cresson/basilic 603.195.14

PH133344



*PERSIL*

*Saveur moyenne à forte, goût caractéristique du persil*

PH133345



*CRESSON*

*Saveur douce, goût légèrement poivré*

PH133346



*BASILIC*

*Feuille juteuse, saveur rappelant le clou de girofle*

## LAITUE, LAITUE ROMAINE VERTE & LAITUE ROMAINE ROUGE

VÄXER graines 1,99/3 pces. Crispy lettuce/red romaine lettuce/green romaine lettuce 903.195.17

PH133347



*LAITUE* Saveur douce avec un arrière-goût légèrement amer, tige juteuse

PH133348



*LAITUE ROMAINE ROUGE*

*Feuilles de salade légèrement amères*

PH133349



*LAITUE ROMAINE VERTE*

*Feuilles de salade douces*

## ENDIVE, ROQUETTE & CHICORÉE À LARGES FEUILLES

**VÄXER graines 1,99/3 pces.** Curled leaved endive/rocket/large leaved chicory 803.195.13

**PH133350**



**ENDIVE**

*Feuilles au goût amer et piquant*

**PH133351**



**ROQUETTE**

*Saveur de moutarde, poivrée, légèrement amère*

**PH133352**



**CHICORÉE À LARGES FEUILLES**

*Saveur amère*

## MIZUNA, AMARANTE & MOUTARDE

**VÄXER graines 1,99/3 pces.** Mizuna/amaranth/mustard 103.195.21

**PH133353**



**MIZUNA**

*Arôme de moutarde - les feuilles plus larges ont une saveur plus douce*

**PH133354**



**AMARANTE**

*Saveur douce, légèrement herbacée*

**PH133355**



**MOUTARDE**

*Un goût légèrement poivré qui va en s'accroissant. Les tiges ont une saveur plus douce.*

## BOK CHOY, CHOU BLANC & BETTE

**VÄXER graines 1,99/3 pces.** Pak choi/white cabbage/chard 103.195.16

**PH133356**



**BOK CHOY**

*Tiges juteuses, feuilles au goût frais et légèrement amer*

**PH133357**



**CHOU BLANC** Feuilles larges plus amères que les petites,

*saveur de chou*

**PH133358**



**BLETTE**

*Saveur terreuse, légèrement sure et amère*



PH133388

**VÄXER support pour semis 2,99/50 pcs. Laine minérale. Ø20, H25mm. 403.176.48**



PH133372

**VÄXER billes de pierre ponce 4,49 3l. 003.176.50**



PH133373

**VÄXER engrais 4,99 0.5l. 203.176.49**



PH133393

**VÄXER boîte semis/pousses avec couvercle 8,99**  
Plastique PP recyclé. Designer: David Wahl. 42×23cm, H20 cm. Gris  
203.187.24



PH133366

**VÄXER fixation pour éclairage horticole 6,99** Acier, revêtement  
époxy/polyester. Designer: David Wahl. 41×5cm, H 31cm. Blanc  
503.190.67



PH133384

**KRYDDA étagère pour culture 24,99** Acier, revêtement époxy/polyester. Designer: T Christensen/K Legaard. 44×25 cm, H42cm.  
Noir/acier zingué 003.221.14





PH133374

**KRYDDA étagère pour culture 39,99** Acier, revêtement époxy/polyester. Designer: T Christensen/K Legaard. L57×W38, H49cm. Noir/acier zingué 503.184.40



PH133378

**KRYDDA étagère pour culture 2 niveaux 39,99** Acier, revêtement époxy/polyester. Designer: T Christensen/K Legaard. 44×25 cm, H80 cm. Noir/acier zingué 103.184.42



PH133379

**KRYDDA étagère pour culture 3 niveaux 79,90** Acier, revêtement époxy/polyester. Designer: T Christensen/K Legaard. 57×38 cm, H125 cm. Noir/acier zingué 003.190.03

## FILMS



DE LA GRAINE À L'ASSIETTE



CULTURE HYDROPONIQUE, CULTURE À L'INTÉRIEUR

## FILMS



L'HISTOIRE DES SÉRIES  
KRYDDA ET VÄXER



L'AVIS DES SCIENTIFIQUES

# CONTACT

Avril 2016



**Téléphone service presse: 02/709.15.20**  
**E-mail: [sabrina.requejo@IKEA.com](mailto:sabrina.requejo@IKEA.com)**