

Сохраняйте инструкцию для дальнейшего использования

# Tribest® *Sproutman*®

Инструкция по эксплуатации  
для ручного проращивателя  
SM-350





## ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ

Поздравляем Вас с приобретением лучшего аппарата для проращивания ростков пшеницы – самого эффективного продукта для поддержания здоровья и укрепления иммунитета. Ростки пшеницы являются пищей всего животного мира на протяжении 60 миллионов лет. Несмотря на то, что у человека нет способности переваривать большое количество травянистых растений, он употребляет в пищу зерно: пшеницу, рис, кукурузу, овес, которые, в свою очередь, являются производными растений. Древние цивилизации были движимы поиском зеленой травы. На сегодняшний день у человечества наконец-то есть возможность извлекать пользу из множества концентрированных растительных составов благодаря современным аппаратам для отжима сока. Сок пшеницы способствует очищению кишечника, восстановлению раздраженных тканей, уменьшению количества вредных бактерий, очищению печени, нейтрализации токсинов, ошелачиванию крови и стимуляции активности ферментов. Употребление витграсса в комплексе с оздоровительными программами поможет улучшить Ваше здоровье\*.



*Sproutman* eco2u.ru

Стив Мейеровиц



\*Информация в данной инструкции не должна использоваться для установления диагноза, лечения или профилактики любых заболеваний. Всегда обращайтесь к лечащему врачу, если собираетесь изменить свой рацион или образ жизни.

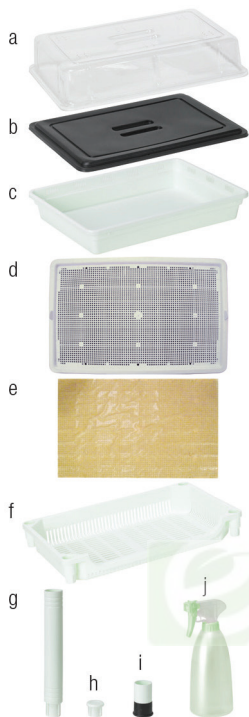
# СОДЕРЖАНИЕ

---

Добро пожаловать.....	3
Список деталей и сборка.....	5
Использование проращивателя SM-350.....	6-10
Устранение неисправностей и советы.....	11
Условия гарантии.....	13
Гарантийный талон.....	14



## СПИСОК ДЕТАЛЕЙ И СБОРКА



- а. Прозрачная тепличная крышка:** обеспечивает накопление тепла и влажности – 3 шт.;
- б. Черная крышка для прорастания:** используется для накрывания семян в процессе роста в течение 1–3 дней – 3 шт.;
- в. Лотки для проращивания:** основной поддон, который заполняется землей или на который кладутся сетки для рассады, если Вы хотите проращивать без почвы – 3 шт.;
- г. Сетки для рассады без использования почвы:** лотки с большим количеством отверстий, которые используются для проращивания без почвы – 3 шт.;
- е. Бумажные полотенца:** не входят в комплектацию и приобретаются отдельно в любом магазине хозяйственных товаров.;
- ф. Полки:** подставки с отверстиями, которые держат поддоны для проращивания – 3 шт.;
- г. Поддерживающие опоры:** вертикальные опоры для поддержки полок – 8 шт.;
- h. Белые крышки:** вставляются в верхние отверстия четырех опор – 4 шт.;
- i. Черные ножки:** крепятся к коротким ножкам, которые крепятся к нижнему лотку – 4 шт.;
- ж. Пульверизатор:** бутылка с водой для полива – 1 шт.

### Сборка

1. Вставьте 4 черные ножки в соответствующие отверстия белых опор;
2. Вставьте 4 опоры в 4 верхних отверстия на белой полке и поставьте еще одну полку поверх этих поддерживающих опор;
3. Повторите шаг 2;
4. Вставьте 4 белые крышки в 4 верхних отверстия третьей полки;
5. Вставьте в каждую полку по белому лотку для проращивания;
6. Для проращивания без почвы вставьте лоток для рассады в каждый поддон;
7. Для легкой очистки корней используйте бумажные полотенца, выложив их на сетки для рассады.

### Добавление дополнительных полок

1. Снимите 4 верхние белые крышки;
2. Вставьте 4 новые опоры в 4 отверстия в полке;
3. Поставьте полку поверх 4 опор.

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОРАЩИВАТЕЛЯ SM-350

## 1. Проверьте наличие всех деталей в проращивателе SM-350 и подготовьтесь к использованию.

Сполосните проращиватель и все его части. Промойте белый лоток для проращивания и сетки для рассады под горячей водопроводной водой.

## 2. Используйте только специальные семена для проращивания пшеницы.

Качественные семена являются наиболее важным фактором для проращивания хороших ростков пшеницы. Чаще всего семена, доступные в магазинах здорового питания, предназначены для выпекания хлеба. Они не подходят для проращивания пшеницы, вне зависимости от того, были они выращены органическим способом или нет. Выбор правильных семян – ключ к успеху проращивания хороших ростков. Использование обычной пшеницы является основной причиной проблем, связанных с выращиванием витграсса. Не забывайте об этом. Подробнее о семенах читайте далее.

## 3. Вымачивание семян.

Вымочите приблизительно 400 г семян пшеницы в емкости с чистой водой в течение 8 часов. Как правило, получается 1–1,3 стакана семян. Это количество может меняться в зависимости от плотности пшеницы. Используйте чистую питьевую воду. Дистиллированная вода или вода, очищенная методом обратного осмоса, не подойдут, поскольку в них содержится недостаточное количество минеральных веществ. Также эта вода может быть слишком дорогой, поскольку для ее производства требуется несколько часов.

## 4. Наполнение.

### а. Для выращивания без использования почвы



Поставьте белый лоток для проращивания на стол и положите на него сетку для рассады. Постелите двойной слой бумажных полотенец поверх сетки (см. инструкцию на стр. 12). Бумажное полотенце использовать не обязательно, но именно оно предотвращает застревание корней в отверстиях сетки. Смочите полотенце и распределите по нему предварительно вымоченные семена. Проследите, чтобы они лежали одним слоем. Как правило, для равномерного заполнения сетки хватает одного стакана семян.

### б. Для выращивания с использованием почвы

Поставьте белый лоток для проращивания на стол и засыпьте 2,5–5 см земли. Равномерно распределите предварительно вымоченные семена. Проследите, чтобы они лежали одним слоем. Как правило, для равномерного заполнения сетки хватает одного стакана семян.

### Какую почву использовать?

Почва должна быть мягкой и «воздушной». Почвенные смеси широко доступны и обычно хорошо работают. Убедитесь, что земля содержит торфяной мох и неорганические улучшители почвы, такие как перлит и вермикулит.

«Рыхлость и легкость» – это ключевые моменты успешного садоводства. Выращивание в почве требует намного больше внимания к поливу, чем гидропонное (без почвы), особенно в течение первых 3 дней. При необходимости Вы не сможете сполоснуть растения под проточной водой. Но если Вы будете выращивать без использования почвы – это сделать возможно.

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОРАЩИВАТЕЛЯ SM-350

## 5. Полив рассады. День 1–3.

Первые 3 дня проращивания семян имеют решающее значение, если Вы хотите, чтобы ростки пшеницы получились красивыми, и с ними не было никаких проблем. Это самый важный этап роста. Ваша внимательность вместе с навыками садовника в этот период являются определяющими факторами успеха.

Налейте питьевую воду в пульверизатор и распылите воду на семена. Понадобится приблизительно 30 секунд для того, чтобы их хорошо намочить.



Равномерно распределите семена в лотке и побрызгайте из пульверизатора. После чего накройте черной крышкой.



Используйте черную крышку для прорастания в течение первых 2 или 3 дней для защиты семян от воздуха.

Накройте семена черной крышкой для прорастания. Проверяйте влажность семян дважды в день на протяжении 3-х суток. Если семена сухие, смочите их водой еще раз. После установки черной крышки для прорастания проверьте, надежно ли она закреплена. Если крышка установлена неравномерно и имеются зазоры, поставьте сверху легкий предмет, например яблоко, чтобы ее прижать.

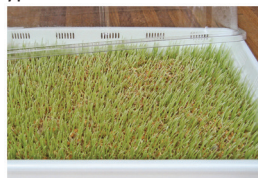


На данном этапе поменяйте черную крышку на прозрачную тепличную крышку. Это обеспечит лучшую циркуляцию воздуха и будет пропускать свет, необходимый для фотосинтеза.

Проверьте семена утром на второй день. Равномерно распылите воду на них с помощью пульверизатора в течение 15–30 секунд. Накройте черной крышкой для прорастания и проверьте семена вечером. При необходимости смочите их водой. Через 3 дня, если все будет расти равномерно, одного полива в день будет достаточно. На третий день накройте растущие побеги не черной, а прозрачной тепличной крышкой для прорастания. Это улучшит циркуляцию воздуха и уменьшит вероятность появления плесени.

## 6. Уход и полив. День 4.

На данном этапе почва должна появиться и выпрямиться зеленая травка высотой 2–5 см. 4-й день по-прежнему важен для тщательного полива и наблюдения за Вашим урожаем.



Проверьте содержимое проращивателя на наличие плесени. Если она есть, попробуйте оставить лоток или какую-то его часть открытой для дополнительного проветривания. Слегка распыляйте воду на урожай 2–3 раза в этот день, чтобы молодые побеги не высохли.

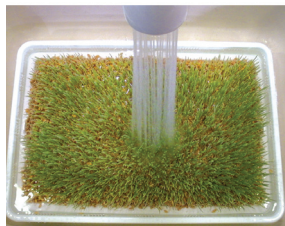


Нижняя полка – 1-й день, верхняя полка – 3-й день, полка посередине – 4-й день.

## 7. Начало погружного полива на 5 день.

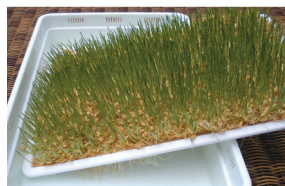
Если Вы используете почву, продолжайте опрыскивать урожай из пульверизатора. Далее приводится информация только для тех, кто не использует почву.

На 5-й день корни на дне должны начать формировать ковер, который зафиксируется на сетке. Если это произошло, то ростки можно поливать с помощью насадки-лейки кухонного крана один раз в день. Осторожно поливайте ростки сверху с помощью лейки или аэратора на смесителе (если у вас его нет, можно приобрести адаптер с лейкой для крана в магазине бытовых товаров). Обычная струя крана слишком сильная и может проделать отверстие в сформировавшемся 5-дневном «коврике». Поэтому лучше всего использовать обычную лейку или насадку-лейку. Дайте воде впитаться, а затем слейте оставшуюся жидкость. Если Вы заметите какие-либо признаки плесени, хорошо промойте урожай до полного ее исчезновения.



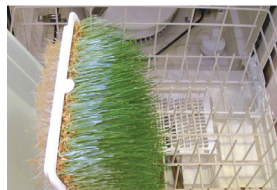
Аккуратно полейте молодые ростки с помощью насадки-лейки, которая устанавливается на кран, или с помощью пульверизатора.

**Будьте осторожны!** На пятый день корни только начинают закрепляться на сетке. Если наклонить лоток слишком сильно, «коврик» может сломаться, а семена выпасть. Осторожно наклоните лоток и подержите его под небольшим углом в течение 1–2 минут. Также можно отделить «коврик» от лотка для проращивания и сполоснуть их отдельно. Обязательно сливайте лишнюю воду из поддона.



Слейте воду с сетки на лоток. Слейте воду из лотка перед повторной установкой сетки для рассады.

## 8. Уход и полив. День 6, 7 и 8.



Сушилка для посуды идеально подходит для слива воды.



Когда Ваша трава будет выглядеть как на фотографии, это будет означать, что она достаточно высокая и может расти без парниковой крышки. С этого момента можно выращивать ростки на открытом воздухе. Орошайте траву из пульверизатора 2 раза в день, чтобы ростки оставались влажными.

Равномерный рост зелени и образование корневой системы обозначает, что Вы успешно освоили важный этап роста и находитесь на финишной прямой к сбору урожая.

По-прежнему проверяйте, не появилась ли плесень. Если Вы не собираетесь использовать почву, то промывайте ростки 1 раз в день с помощью насадки-лейки на смесителе в раковине. Сливайте воду, установив лоток под углом на несколько минут. Сушилка для посуды идеально подойдет для оптимального дренажа.

Когда трава достигла 2,5 см в высоту, пришло время снимать тепличную крышку. Открытый воздух поможет предотвратить плесень, которая могла образоваться в закрытом пространстве лотка. Ваша задача – следить за частотой полива. Может понадобиться орошать ростки водой 2 раза в день из пульверизатора, чтобы молодые побеги не высохли.

## 9. Время урожая. День 10–14.

Урожай обычно собирают на 10–14-й день. Выберите день, когда трава будет выглядеть здоровой и сочной. Важно собрать ее прежде, чем она начнет подсыхать и увядать.



# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОРАЩИВАТЕЛЯ SM-350

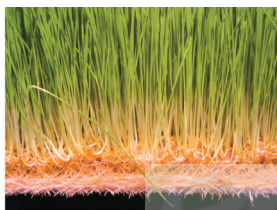


Зелень можно срезать, если ее длина составляет от 20 до 30 см. Чем выше – тем лучше. Три фактора, влияющие на то, насколько высокой будет Ваша трава: качество семян, температура и частота полива. Из 450 г побегов получается 380 мл сока, отжать который можно с помощью шнековой соковыжималки Tribest.

## Сбор урожая и хранение

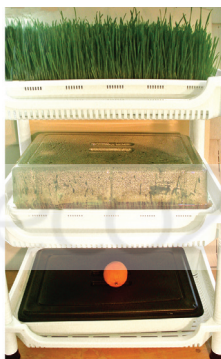
Чтобы срезать траву используйте длинный нож или ножницы. Подрезайте побеги максимально близко к основанию.

Если Вы не собираетесь сразу же отжимать сок из витграсса, уберите траву в пластиковые контейнеры или эко-пластиковые пакеты, которые нейтрализуют этиленовый газ (доступны в магазинах здорового питания).



Без почвы. Без плесени.

Высаживайте новый лоток каждые 3–4 дня, чтобы у Вас всегда была свежая зелень.



В зависимости от качества травы, температуры в холодильнике и метода хранения, срезанная трава может храниться 10–20 дней. В холодильнике она хранится дольше, чем в лотке, поэтому рекомендуется срезать ее сразу, как только она вырастет. Начиная выращивать новую партию каждые 3–4 дня, чтобы Вы всегда могли собирать свежий урожай и поддерживать циклический график.

## Как помыть проращиватель

В промежутках между сбором урожая вымойте детали проращивателя водой с мыльным средством. Если есть следы плесени, избавьтесь от них. Если с помощью воды не получается, можно использовать антисептик, например перекись водорода или разбавленный хозяйственный отбеливатель. Не забывайте ежедневно мыть прозрачную тепличную и черную крышки. Споры плесени могут образовываться где угодно.

## Отжим сока из витграсса

Чтобы получить большее количество полезных и лечебных веществ из травы и минимизировать энергозатраты на отжим сока, рекомендуем приобрести хорошую соковыжималку. Блендер в данном случае не подойдет. Понадобится аппарат, который будет безопасно извлекать сок без перегрева. С помощью практичного и удобного аппарата отжим сока станет доступной и легкоосуществимой задачей. Компания Tribest предлагает лучшие соковыжималки для отжима зелени: Z-Star, SoloStar-3, SoloStar-4 и Green Star Elite. Аппараты имеют гарантию до 15 лет и показывают отличные результаты.

## Свет и температура

Нормальный дневной свет – это все, что нужно для роста темно-зеленой травы. Среднестатистическая кухня имеет достаточное количество света для очень молодых и тонких побегов зелени. Прямые солнечные лучи не нужны, так как урожай может перегреться и засохнуть в жаркую погоду. Избегайте контакта проращивателя с прямым солнечным светом, если температура в помещении превышает 32 °С. Если Вы считаете, что у вас недостаточно естественного света, добавьте лампу полного спектра или специальную лампу для рассады.



### Добавьте дополнительные полки

Если Вам нужно больше ростков, установите дополнительные лотки по своему усмотрению. Увеличьте производительность проращивателя, при этом не изменяя занимаемую площадь – для большего количества лотков требуется только вертикальное пространство, а не рабочая поверхность Вашей кухни. Дополнительные лотки обеспечивают больший объем и идеально подходят в те моменты, когда требуется более частый цикл посевов. Если Вам нужно больше ростков, увеличьте проращиватель до 10 этажей!

Проращиватель  
SM-350 без почвы  
с дополнительными  
лотками.



## Качество и хранение семян

Как упоминалось ранее, используемые семена должны быть наивысшего качества. Но даже на самых неприхотливых семенах, которые легко прорастают, может образоваться плесень. Поэтому «органического» семени недостаточно. Это название просто определяет метод сельскохозяйственного производства, но не дает гарантию, что у Вас вырастет трава хорошего качества.

Траву можно успешно выращивать как из озимой, так и из яровой пшеницы. Зерна мягкой пшеницы лучше не использовать вообще. Обратите внимание на пшеницу Камут или Спельта, она дает отличные результаты. Сорты ячменя и овса, пригодные для выращивания травы, недоступны в магазинах здорового питания, несмотря на то, что эти культуры используются для приготовления блюд. Ячмень для проращивания можно заказывать через специализированные интернет-магазины. Лучший способ получить хорошие семена – заказать их в специализированных компаниях, которые занимаются проращиванием. Так Вы получите проверенный и отборный продукт.

Если Вы найдете хорошую партию семян, закажите ее в большом количестве и сохраните на длительный срок. Найдите хорошую герметичную емкость с водонепроницаемой крышкой и поставьте ее в сухое прохладное место с температурой не более 15 °С. При высоких температурах зерно труднее сохранить. Покупайте новые семена осенью после урожая и когда Вы сможете держать семена в прохладе.

# УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ И СОВЕТЫ

## Как избавиться от плесени?

Если Вы не остановите рост плесени на начальном этапе в течение 2–4 дней, потом ее будет практически невозможно убрать. К сожалению, использование перекиси водорода или экстракта семян грейпфрута редко дает положительный результат. К тому же чрезмерное использование данных растворов способны сжечь ростки и уничтожить весь урожай. Самый оптимальный вариант – это собрать урожай, пока плесень не разрослась. Просто срежьте траву над плесенью и промойте побеги. Плесень на ростках пшеницы похожа на плесень на хлебе. Хотя она и выглядит неаппетитно, вреда организму не принесет.



Промывайте молодые семена с помощью сильного напора насадки-лейки. Это поможет избавиться урожай от спор плесени.

Лучший способ справиться с плесенью – это предотвратить ее образование. Споры плесени могут проникать еще и в семена. Поэтому лучше всего покупать семена, которые специально предназначены для проращивания витграсса. При правильном хранении они будут иметь низкую склонность к плесени. Чтобы от нее избавиться, снимите тепличную крышку на несколько дней и регулярно поливайте молодые побеги, чтобы защитить их от высыхания. Это поможет предотвратить образование плесени. Также может помочь небольшой вентилятор, благодаря которому споры плесени не концентрируются на одном месте.

## У меня получилось больше травы, чем я могу отжать, и она пожелтела.

Лучше всего срезать траву, пока она еще живая и зеленая, и убрать ее в холодильник в пластиковый контейнер или полиэтиленовый пакет. Срезанная трава может храниться более 2 недель при температуре 3 °С. Также Вы можете отжать сок из этой травы и заморозить его в формочке для кубиков льда. Многие предпочитают использовать замороженный сок вместо свежего, поскольку это удобнее.

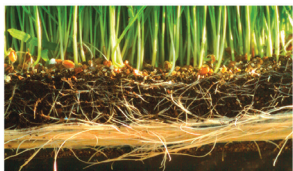
## Нужно ли пить сок из травы сразу после отжима?

Не обязательно. Вы можете охладить отжатый сок практически до температуры замерзания, скажем, до 1 °С. После чего хранить напиток в предварительно охлажденном термосе. Это может продлить «жизнеспособность» сока еще на 2 или более дней. Кроме того, использование горизонтальной снековой соковыжималки Green Star Elite положительно сказывается на сроке хранения отжимаемых соков.

Давайте посчитаем: Вы можете выпивать сок сразу после отжима, например, 4 раза в неделю. Или можете отжать большее количество сока сразу на 8 дней вперед. Даже если в нем останется всего 90% полезных витаминов и минералов, это позволит Вам регулярно употреблять полезный продукт. Многие люди прекратили отжимать сок, поскольку считали это тяжким трудом. Заморозка витграсса – это небольшой компромисс, который не дает Вам свернуть с пути.

## Правда ли, что трава, выращенная в почве, более питательна, чем трава, выращенная в воде?

На самом деле, они очень близки. Исследование по определению количества питательных веществ показало, что в обоих случаях их количество будет одинаковым. Трава, выращенная гидропонным способом (без почвы), может извлечь пользу из таких питательных продуктов, как жидкие водоросли. Они наполняют молодые растения минералами. Аналогичным способом, те, кто использует почву, могут добавлять удобрения для обогащения почвы.



Для удачного урожая необходимо только 2,5–5 см почвы.

## Использование бумажных полотенец облегчает очистку ростков от корней.

© Стив Мейеровиц



Используйте двойной слой бумажного полотенца. Обрежьте края, чтобы полотенце легло по размеру лотка. Рекомендуется использовать неотбеленные полотенца.



Бумага работает в качестве буфера для того, чтобы корневая система не вращалась в сетку. Смочите бумагу пульверизатором, чтобы она слегка приклеилась к лотку.



Выложите предварительно вымоченные семена пшеницы на лоток с бумажным полотенцем и равномерно распределите.



Равномерно выложите семена в один слой. Накройте прозрачной тепличной крышкой и распыляйте воду пульверизатором 2–3 раза в день до тех пор, пока побеги не достигнут более 2,5 см в высоту.

## УСЛОВИЯ ГАРАНТИИ

Гарантия предоставляется владельцу прорачивателя Tribest SM-350. Производитель предоставляет гарантию от заводского брака на все детали прорачивателя сроком 1 (один) год. Гарантия не распространяется на естественный износ любых деталей. Если во время использования прорачивателя в нормальных условиях были обнаружены дефекты, фирма, согласно фактической дате получения письменного уведомления о дефектах в течение гарантийного периода, несет ответственность за замену или ремонт устройства.

### **Данная гарантия не распространяется на повреждения в результате:**

1. Неправильного использования устройства, несоблюдения инструкций по эксплуатации.
2. Использования принадлежностей, не поставляемых производителем или уполномоченным изготовителем.
3. Ремонта или технического обслуживания в неуполномоченной компанией Tribest ремонтной организации.
4. Повреждений, которые не были вызваны производителем, в том числе повреждений при транспортировке.
5. Несчастного случая, злоупотребления, порчи, неправильного обращения с устройством.
6. Внесения несогласованных с производителем изменений в конструкцию.
7. Использования устройства в коммерческих целях.

Приобретайте официально поставляемую продукцию Tribest – то есть ту, которая была предназначена фирмой Tribest для реализации на территории Российской Федерации и официально ввезена в Россию уполномоченным импортером. Официально поставляемая продукция комплектуется руководством по эксплуатации на русском языке, маркируется уникальным серийным номером с кодом импортёра, а также поддерживается электронной гарантией изготовителя по серийному номеру.

При нелегальном ввозе продукции на территорию Российской Федерации нарушаются нормы таможенного законодательства и законодательства о защите прав интеллектуальной собственности. Авторизованные сервисные центры Tribest не осуществляют бесплатную гарантийную поддержку продукции Tribest, нелегально ввезенной в Россию. Вы имеете право на гарантийное обслуживание только в тех авторизованных сервис-центрах Tribest, контактная информация которых указана в данном гарантийном талоне на стр. 14. Чтобы удостовериться, что изделие Tribest предназначено для продажи на российском рынке и поддерживается гарантией Tribest в указанных в данном гарантийном талоне сервисных центрах, Вы можете проверить его серийный номер и получить соответствующее подтверждение от сервис-центра.

# ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

## Контактная информация авторизованного сервис-центра:

Для ускорения гарантийного обслуживания направьте на электронную почту авторизованного сервис-центра письменное уведомление с подробным описанием дефекта устройства, приложенными фото или видео, отражающими суть проблемы. К письму приложите свои контактные данные и нижеперечисленную информацию (заполняется продавцом):

Модель: \_\_\_\_\_ TRIBEST SM-350 \_\_\_\_\_

Серийный номер (Serial no): \_\_\_\_\_

Фирма-продавец: \_\_\_\_\_

Дата продажи: \_\_\_\_\_ (печать или штамп продавца)

Гарантийный талон будет являться недействительным в случае неполного или неверного заполнения, а также отсутствия печати продавца и подписи покупателя!

С условиями гарантии ознакомлен и согласен \_\_\_\_\_

(подпись покупателя)

# Tribest®

Соковыжималка  
Tribest Solostar 4



Блендер Tribest  
Dynablend DB-950



Соковыжималка  
Tribest Slowstar SW-2000



Мини блендер  
Tribest PB-250

Соковыжималка  
Tribest Green Star Elite



Дегидратор Tribest  
Sedona Express  
SD-6780

Соковыжималка  
ручная Tribest Z-Star  
Z-710



Дегидратор Tribest  
Sedona SD-P9150



Пророщиватель  
Tribest FL-3000



Соковыжималка  
Tribest Solostar 3





Tribest Corporation  
1143 N. Patt St., Anaheim, CA 92801  
toll free: 888-254-7336 | tel: 714-879-7150  
[www.tribest.com](http://www.tribest.com) | [service@tribest.com](mailto:service@tribest.com)

