



# Kräutersalz selber machen

SELBST NAHRUNGSMITTEL AUS DER NATUR HERZUSTELLEN, IST TOLL! ZUGLEICH LERNST DU ESSBARE WILDPFLANZEN ZU ERKENNEN. DEIN KRÄUTERSALZ EIGNET SICH AUCH SUPER ALS GESCHENK. KÜHL GELAGERT HÄLT ES EIN JAHR!

Bevor ihr loszieht, überlegt, welche geeigneten Kräuter in eurer Umgebung wachsen. Wichtig ist, dass sie sicher essbar sind! Lasst euch dabei von einem Erwachsenen helfen. Das Sammeln sollte an einem trockenen Tag geschehen, damit die Pflanzen nicht zu feucht sind. Meidet Bereiche, die direkt an Straßen oder an Wegen liegen, an denen oft Hunde ausgeführt werden.



Du kannst auch Gartenkräuter wie Petersilie verwenden.

## So geht's!

- Macht euch mit einem Bestimmungsbuch oder mit einer Smartphone-App auf die Suche.** Schneidet die Kräuter mit einer Schere ab, bis jede/r ein- bis zwei Handvoll davon hat. Zum Heimtransportieren könnt ihr Stoffsäckchen verwenden. Vergesst nicht, der Natur zu danken, dass ihr die Kräuter für euer Essen pflücken durftet ☺
- Wascht eure Kräuter und trocknet sie gut ab.** Dann schneidet ihr die Stiele weg und schnippelt den Rest so klein wie möglich. Gebt die Kräuter gemeinsam mit dem Salz in einen Mörser. Stampft und reibt so lange, bis sich Salz und Kräuter zu einer einheitlichen, sehr feinkörnigen Masse verwandelt haben.
- Legt das Salz zum Trocknen auf ein sauberes Küchentuch oder auf eine Zeitung.** Füllt das Salz danach in Gläser ab. Beschriftet die Gläser und schreibt die Bestandteile auf das Etikett. Ihr könnt das Salz auch in Papiertüten abfüllen.



Bald kannst du deine Pommes mit deinem eigenen leckeren Kräutersalz würzen!



## Du brauchst

- Wildkräuter
- Schere, Messer
- Schneidbrett
- Mörser
- Meer- oder Speisesalz
- Gläser od. Tüten
- Aufkleber, Stifte

