Wir machen einen Wiesendudler…

Bei unserem Naturspürnasentag hieß es heute Augen auf und Kräuter entdecken. Die Kinder suchten am Wald- und Wiesenrand nach Giersch, Schafgarbe, Erdbeerblättern, Gundelrebe und Rotklee.

Mit Hilfe einer Vorlage und einer kurzen Erklärung wurden auch alle Kräuter gefunden und zugeordnet. Alle waren fleißig dabei…

REZEPT:

Giersch (junge Blätter ohne Blüte), Gundelrebe, Schafgarbe, Erdbeerblätter und Erdbeerblüten und Rotkleeblüten sammeln

Kräuter waschen und in einen Topf oder Kübel geben und mit Apfelsaft aufgießen

Kräuter im Apfelsaft ca. 6 Stunden ziehen lassen (Wenn er länger zieht schmeckt er grasiger)

Abseihen und mit Mineralwasser verdünnen und dann den Wiesendudler schmecken lassen!

(Bei den Kräutern ungefähr gleich viel von jeder Menge nehmen, mit etwas Minze oder Minzesirup verfeinern)