



## Einen Kräutergarten anlegen

Damit du deine eigenen Erfahrungen mit Kräutern und deren Verarbeitung sammeln kannst, legst du am besten deinen eigenen Kräutergarten an. Eine gute Zeit dafür ist übrigens im Frühjahr oder Herbst.

Pflanze mit deiner Klasse ausgewählte Kräuter und Heilpflanzen nach Möglichkeit im Freien an. Vielleicht bietet ein freies Plätzchen ums Schulhaus sogar die Möglichkeit, eine Kräuterspirale anzulegen.

Wenn du mit deiner Klasse tatsächlich eine Kräuterspirale anlegen kannst, erfährst du z.B. unter <http://www.biologiedidaktik.at/Pflanzen/spirale.html> wie dies gut gelingt.

Es genügen aber durchaus Blumentöpfe zum Bepflanzen. Viel wichtiger ist der Ort, an dem die Pflanzen gedeihen sollen. Egal ob Kräuterspirale oder Blumentöpfe – der Platz für die Kräuter und Heilpflanzen muss sonnig sein.

Kräuter haben unterschiedliche Ansprüche:

Fülle die Blumentöpfe für Rosmarin, Thymian und Salbei mit einer Mischung aus ca. zwei Dritteln Erde und einem Drittel Sand. Sie benötigen einen sehr sonnigen Standort.

Weniger anspruchsvollen Kräutern wie Kerbel, Kamille oder Zitronenmelisse genügen einfache Erde und ein schattigeres Plätzchen.

Fülle die Tontöpfe für Petersilie und Schnittlauch mit einer Mischung aus Erde und Komposterde. Sie lieben es etwas feuchter.

Beobachte deine Kräuter regelmässig beim Wachsen. Halte deine Beobachtungen und Zeichnungen oder Bilder in einem Pflanztagebuch fest.

Wie du deine Kräuter verwerten kannst, zeigt dir folgendes Beispiel.



## Kräutersalz machen

Du brauchst:

frische Kräuter, Salz, Korb oder Leinensack, Schere, Küchenmesser und Wiegemesser, Schneidebrett, Backblech, Mühle, Löffel, Gläser mit Deckel

Verwende für das Kräutersalz Kräuter aus deinem Kräutergarten (Petersilie, Schnittlauch, Liebstöckl) und sammle ausserdem auf einer Wiesen frische, junge und saubere Kräuter und Pflanzen wie z. B. Wilder Thymian, Schafgarbe, Spitzwegerich und Brennessel.

Vergewissere dich, dass du nur Kräuter sammelst und verarbeitest, welche du sicher bestimmen kannst!

- Zurück in der Schule oder daheim sortierst und putzt du die Kräuter und Pflanzen.
- Zupfe grössere Blätter von den groben Stängeln und schneide sie in feine Stücke.
- Die Blätter und Blüten der zarteren Kräuter ziehst du einfach mit den Fingern vom Stiel ab.
- Anschliessend zerkleinerst du die Kräuter zusätzlich mit dem Wiegemesser.
- Nun verteilst du die Kräuter auf dem Backblech und lässt sie an der Sonne einige Stunden trocknen.
- Nach dem Trocknen mischst du die Kräuter unter das Salz. Zum Schluss füllst du das Kräutersalz in saubere Gläser ab und verschliesst sie mit Deckeln.



## Selbst Kräuternessig herstellen

Du brauchst: guten Weissweinessig, Kräuter (z.B. Rosmarin, Estragon, Thymian, Dill usw.), nach Wunsch auch Knoblauch, Zwiebeln, Pfefferkörner oder Beeren, Glasflasche mit Verschluss, Sieb

- Gib Kräuter, Pfefferkörner, Knoblauch, Zwiebeln und nach Belieben weitere Zutaten in eine Glasflasche und übergiesse das ganze mit Weinessig. Verschliesse die Flasche.
- Anschliessend brauchst du etwas Geduld: Lass den Essig zwei Wochen lang an einem sonnigen Platz ziehen. Schüttle den Essig immer wieder.
- Filtere jetzt die wasserhaltigen Zutaten wie Beeren, Zwiebeln und Knoblauch ab. Die Kräuter kannst du im Essig lassen.
- Verschliesse die Flasche fest und lagere den Essig an einem dunklen Ort.

