

ESSBARES AM WEGESRAND- TEIL 2



Eine Vielzahl an Pflanzen, die man auf Wiesen und an Wegesrändern sieht, eignen sich hervorragend zum Zubereiten von Salaten oder dienen als Gewürz. Manche lassen sich auch als Snack direkt essen. Schaut mal was ihr findet und lasst es euch schmecken. Aber bitte immer vorher abwaschen!



IM HERBST

G - GUNDERMANN kannst du an Heckenrändern und auf Wiesen finden. Die Blätter schmecken minzig-herb und passen super in Salat oder Kräuterquark.

H - SAUERAMPFER kannst du auf Wiesen und Weiden sammeln und die Blätter als Suppeneinlage verwenden. Die Pflanze schmeckt sauer-zitronig.

I - WALDSAUERKLEE schmeckt zitronig erfrischend und wächst in Laubmischwäldern. Die Blätter sind ein leckerer Snack während Wanderungen, können aber auch als Gewürz über Salate gegeben werden.



GANZJÄHRIG

J - GÄNSEBLÜMCHEN blühen das ganze Jahr über und du findest sie fast überall: sie wachsen auf Wiesen und Parkrasen. Die Blätter und Blüten schmecken herb-feldsalatig und du kannst sie z. B. in Kräuterquark mischen.

K - BRENNNESSEL ist eine wahre Wunderpflanze, die nur so strotzt vor Nährstoffen und Mineralien und dabei ganz leicht zu finden ist. Sie wächst im Umkreis von Siedlungen und an Waldrändern. Die Blätter kannst du als Spinat, Suppe oder Pesto zubereiten.

L - VOGELMIERE ist eine kleine, flächig wachsende Pflanze, die du in Büscheln von mehreren Pflanzen erntest. Sie ist komplett essbar und eignet sich als leckerer Salat oder Spinatgemüse. Vogelmiere schmeckt etwas aromatischer als Kopfsalat.

ESSBARES AM WEGESRAND- TEIL 2



Eine Vielzahl an Pflanzen, die man auf Wiesen und an Wegesrändern sieht, eignen sich hervorragend zum Zubereiten von Salaten oder dienen als Gewürz. Manche lassen sich auch als Snack direkt essen. Schaut mal was ihr findet und lasst es euch schmecken. Aber bitte immer vorher abwaschen!



IM HERBST

G - GUNDERMANN kannst du an Heckenrändern und auf Wiesen finden. Die Blätter schmecken minzig-herb und passen super in Salat oder Kräuterquark.

H - SAUERAMPFER kannst du auf Wiesen und Weiden sammeln und die Blätter als Suppeneinlage verwenden. Die Pflanze schmeckt sauer-zitronig.

I - WALDSAUERKLEE schmeckt zitronig erfrischend und wächst in Laubmischwäldern. Die Blätter sind ein leckerer Snack während Wanderungen, können aber auch als Gewürz über Salate gegeben werden.



GANZJÄHRIG

J - GÄNSEBLÜMCHEN blühen das ganze Jahr über und du findest sie fast überall: sie wachsen auf Wiesen und Parkrasen. Die Blätter und Blüten schmecken herb-feldsalatig und du kannst sie z. B. in Kräuterquark mischen.

K - BRENNNESSEL ist eine wahre Wunderpflanze, die nur so strotzt vor Nährstoffen und Mineralien und dabei ganz leicht zu finden ist. Sie wächst im Umkreis von Siedlungen und an Waldrändern. Die Blätter kannst du als Spinat, Suppe oder Pesto zubereiten.

L - VOGELMIERE ist eine kleine, flächig wachsende Pflanze, die du in Büscheln von mehreren Pflanzen erntest. Sie ist komplett essbar und eignet sich als leckerer Salat oder Spinatgemüse. Vogelmiere schmeckt etwas aromatischer als Kopfsalat.