

## Wasser, Wolken, Wetterfrosch Werkeln für 's Klima

Rezept für einen klima-freundlichen Brotaufstrich

- ☀ 1 Packung Sonnenblumenkerne (300 gr)
- ☀ Frische Kräuter z. B. Schnittlauch, Bärlauch
- ☀ Gewürze wie Salz, Pfeffer oder z. B. Paprikapulver

Sonnenblumenkerne über Nacht in Wasser einweichen.  
Dann das Wasser wegschütten, die Kerne pürieren und  
nach Herzenslust mit den Zutaten würzen.

Guten Appetit!