

Offene Aktionen

KRESSETÖPFCHEN SÄEN

Zeit

10 Minuten

Material

Paper Potter (<http://www.netherwalloptrading.uk>)

Kleine Blumentöpfe

Steine

Erde

Kressesamen

Schaufel

Unterlage

Beispiel eines Blumentopfes

Anleitung zum Kressepflegen

Rezepte für Kresse

Ziele

- Die Kinder probieren im Kleinen „Urban-Gardening“ als eine Möglichkeit des „guten Lebens“ aus.
- Die Kinder setzen sich dabei mit regionalen und saisonalen Produkten auseinander.

Ablauf

Jedes Kind bekommt einen Blumentopf und sucht sich einen Stein, der das Loch im Blumentopf verdeckt. Alternativ können mit einem Paper Potter kleine Papier-Töpfchen mit den Kindern gebastelt werden.

Nacheinander dürfen die Kinder mit einer Schaufel Erde in ihrem Topf verteilen, die Kressesamen bekommen sie auf die Hand um sie dann in die Erde zu drücken. Dann erklärt man den Kindern, wie die Samen jetzt gepflegt werden müssen (gießen, sonniger Platz). Die Töpfe werden passend dazu in die Sonne gestellt und gegossen.



Offene Aktionen

Kresse ziehen

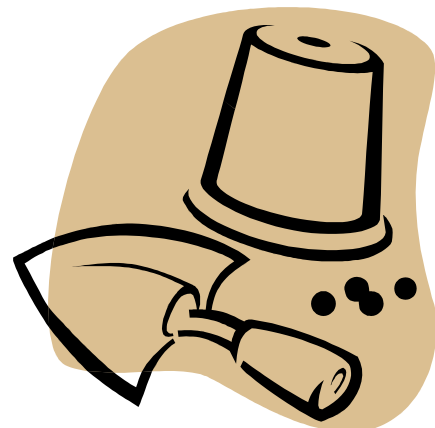
Kresse kann man ganz leicht zu Hause oder im Klassenzimmer selbst ziehen:

Bei einem **kleinen Blumentopf** das Loch am Boden mit einem passenden **Stein** verdecken. Den Topf mit **Blumenerde** füllen. Auf der Erde **Biokressesamen** verteilen und leicht andrücken. Der Topf sollte an einem hellen Ort stehen und täglich gegossen werden. Die Erde sollte immer feucht gehalten werden.

Nach etwa **3 Tagen** sieht man die ersten Pflänzchen sprießen, nach etwa **8 Tagen** haben die Kressepflanzen ihre volle Größe erreicht und können geerntet werden.

! Falls die Kressepflanzen im Klassenzimmer aufgezogen werden, ist es sinnvoll die Töpfe übers Wochenende mit nach Hause zu nehmen, damit sie immer gegossen werden können.

! Mit der gleichen Methode können auch Senfsamen gezogen werden. Die Pflanzen schmecken etwas schärfer als Kresse.



Offene Aktionen

Kresserezepte

Der Klassiker:

Butterbrot mit Kresse

Eine Scheibe **frisches Bauernbrot** mit **Butter** bestreichen und nach Geschmack mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Die **Kresse** mit Hilfe einer Schere ernten und über das Brot streuen.



Etwas Erfrischendes für den Sommer:

Buttermilchdrink mit Kresse (1 Glas)

$\frac{1}{4}$ **Bund Radieschen** waschen, putzen und sehr klein schneiden. Etwas **Kresse** mit einer Schere vom Beet schneiden. **200 ml Buttermilch** mit Salz und Pfeffer würzen, Kresse und Radieschen unterrühren und in ein Glas füllen.

Toll zu Pellkartoffeln und aufs Brot:

Quarkdip mit Kresse

200 g Quark mit etwas **Mineralwasser** glatt rühren. **Zwei Frühlingszwiebeln** waschen, putzen und in schmale Ringe schneiden. Etwas **Kresse** mit einer Schere vom Beet schneiden und zusammen mit der Frühlingszwiebel unter den Quark rühren. Mit **Salz, Pfeffer** und eventuell etwas **scharfem Senf** abschmecken.