

Selbermachen: Kräuterbutter im Stangenbrot



WER?	<i>Ab 6 Jahren</i>
WIE?	<i>Alleine, zusammen mit einer erwachsenen Person oder in einer Kleingruppe</i>
WOZU?	<i>Kräuterbutter einfach selber herstellen und die Umwelt schonen</i>
WO?	<i>Als Familie oder mit Freunden im eigenen Garten Als Schülergruppe auf Klassenreise im Botanischen Garten Grüningen</i>

FrISCHE, selbstgemachte Kräuterbutter schmeckt am besten!

Kräuterbutter kannst du ganz einfach selber machen und sie ist noch dazu extrem fein. Besonders gut wird die Kräuterbutter, wenn du frische Zutaten aus dem Kräuterbeet dazu verwendest. In unserer Zutatenliste findest du einen Vorschlag, welche Kräuter sich dafür eignen. Du kannst auch nach Belieben andere Kräuter ausprobieren. Das ist das Tolle an Kräuterbutter: Sie schmeckt immer super.

Zutaten

8 Stiele Schnittlauch
4 Zweige Petersilie
2 Zweige Basilikum
125 Gramm Butter*
4 Frischbackstangenbrote*
Salz und Pfeffer

* Bei Schülerreisen in den Botanischen Garten Grüningen müssen diese Zutaten von den Lehrpersonen mitgebracht werden.

Material

1 Schüssel
1 Rüstmesser
1 Schneidebrett
1 Streichmesser
1 Gabel
1 Schere
Alufolie
Bestimmungsbuch für Kräuter



Selbermachen: Kräuterbutter im Stangenbrot

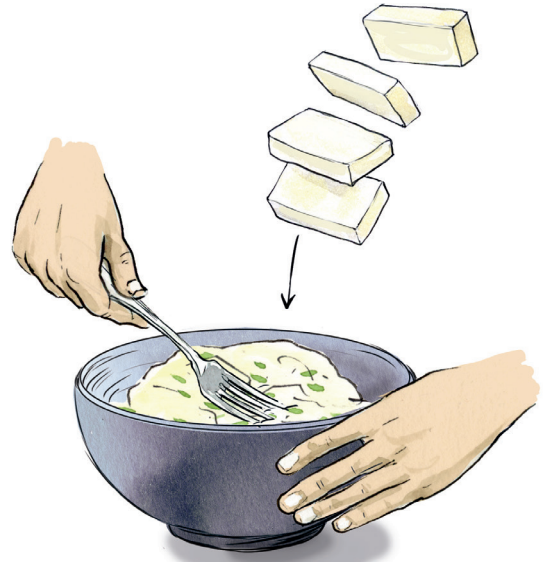


Anleitung

1. Suche die in der Zutatenliste angegebenen Kräuter im Kräutergarten.
2. Schneide die angegebene Menge Kräuter ab.
3. Schliesse deine Augen und rieche an den Kräutern. Öffne die Augen wieder und schau sie dir an. Was fällt dir auf?
4. Suche die Kräuter im Bestimmungsbuch und lies nach, was über sie geschrieben wird.
5. Nun wäschst du die Kräuter mit Wasser und hackst diese so fein wie möglich.

Würziger Geschmack dank Kräutern.

6. Gib die gehackten Kräuter und die Butter in eine Schüssel und vermische die Zutaten mit einer Gabel.
7. Füge je eine Prise (Messerspitze) Salz und Pfeffer hinzu und vermische nochmals alle Zutaten.
8. Halbiere das Frischbackstangenbrot und bestreiche die untere Hälfte mit der Kräuterbutter.
9. Füge die beiden Brothälften zusammen und umwickle das Brot mit Aluminiumfolie. Verwende Alufolie stets sparsam, säubere sie nach dem Gebrauch von Essensresten und führe sie dem Recycling zu.



Weisst du, dass Kräuter nicht nur fein riechen und schmecken, sondern auch gesund sind? Ein Tee aus Gänseblümchen kann beispielsweise Husten lindern. Bist du erkältet, kann dir ein Bad mit Pfefferminze-, Thymian- oder Eukalyptusöl dabei helfen, freier zu atmen und bei Bauchkrämpfen helfen Fenchel oder Kümmel.

WELCHE KRÄUTER
SCHMECKEN DIR?