

ej blüht auf!

Kresse im Eierkarton

„Zutaten“

Leerer Eierkarton
Frischhaltefolie oder Wachspapier oder ein Stück Baumwollstoff
Küchenpapier oder Watte
Wasser
Kressesamen

„Zubereitung“

Den Eierkarton mit Frischhaltefolie oder Ähnlichem auslegen. Anschließend Watte oder Küchenpapier als zweite Schicht in die „Fächer“ legen. Mit Hilfe eines kleinen Löffels muss nun Wasser auf die Watte oder das Küchenpapier gegossen werden. Anschließend können die Kressesamen mit den Fingern in die Fächer gestreut werden. Zum Schluss die Samen noch etwas gleichmäßiger verteilen.

Den Eierkarton an einen hellen Platz (am besten ans Fenster) stellen und regelmäßig nachgießen, so dass die Watte oder das Küchenpapier immer feucht sind.

Nun heißt es warten....

Die Kresse kann bereits nach wenigen Tagen geerntet und sofort verzehrt werden. Sie schmeckt super in Salaten, auf dem Brot, in Dips oder in der Suppe.

