



Hallo und herzlich willkommen!

Heute erwarten dich Spiele, die deine Sinne schärfen, tolle Rezepte aus der Natur und jede Menge Beobachtungstipps. Es ist Sommer geworden! Die beste Zeit, um stundenlang unbeschwert durch die Natur zu streifen und mit allen Sinnen zu genießen! Auf geht's! Entdecke, was es in der Natur vor deiner Haustür alles zu erleben gibt. Sonnige Grüße, der Wurzeltrapp

Lass es dir schmecken!

Glaubst du etwa, der Geschmackssinn hat nichts mit Natur zu tun? Wiesen und Wälder bieten dir eine Vielfalt an Sensationen für Nase und Augen. Und es gibt mindestens genauso viele essbare Kräuter, die deine Geschmacksknospen und dich nähren. Ich hoffe, du hattest schon die Gelegenheit, die nussige Miere, den zitronigen Sauerklee, den süßlichen Rotklee oder den etwas bitteren Löwenzahn zu schmecken!? Wenn nicht, bitte nicht gleich losziehen. Denn, gegessen wird nur, was Eltern oder andere Kundige gesehen haben oder was du zu 100% kennst!



Isst du noch oder schmeckst du schon?

Trotz der Vielfalt an verfügbaren Lebensmitteln nutzen die meisten ihre Geschmacksnerven kaum. Wir essen in der Regel mit den Zähnen und schlucken natürliche Delikatessen runter wie Burger oder Pommes. Unser Umgang mit Essen spiegelt unsere Einstellung zum Leben – denk mal darüber nach! Bei vielen Naturvölkern wird ein Essen wie ein Gebet zelebriert. In Japan trifft man sich zur Tee-Zeremonie. Mein Nachbar nimmt sein Frühstück im Auto auf dem Weg zur Arbeit ein ...

Blind beißen...

Verbinde dir die Augen und koste eine bekannte Speise. Achte darauf, wie der Geschmack vom Tastsinn abhängt. Unterscheidest du anhand von Temperatur oder Konsistenz?

Achte darauf, wie dein Geschmack von der Nase abhängt. Mit verbundenen Augen halte dir die Nase zu und

koste verschiedene Speisen. Betrachte jede Speise als neue Erfahrung! Und zum Schluss wiederhole das Experiment mit offenen Augen. Welche Unterschiede nimmst du wahr?



Rezepte für deine Sinne

Ich habe zwei einfache Rezepte mit Wildkräutern für dich und deine Geschmacksnerven rausgesucht – viel Spaß beim Nachkochen.

LÖWENZAHNBLÜTEN FRITTERS

Sammele pro Person eine Hand voll Löwenzahnblüten. Rühre ein Ei, eine Tasse Milch und eine Tasse Mehl zu einem Teig zusammen – und wenn du es süß magst, tu noch etwas Honig dazu.

Tunke die Blüten mehrmals in den Teig und back sie dann in Öl aus, bis sie braun sind. Lass es dir schmecken!

BRENNNESSELKUCHEN

Besorge dir fertigen Blätterteig aus dem Kühlregal. Roll den Teig auf einem Blech aus. Sammele 8 Hände voll Brennnesselblätter und hack diese klein. Mische 3 Eier, 2 Esslöffel Mehl einen ¼ Liter saure Sahne, 200g geriebenen Käse, Pfeffer und deine gehackten Brennnesselblätter. Die Mischung kommt auf den Blätterteig und wird im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad etwa 30 Minuten gebacken. Probiere den Kuchen auch mit verbundenen Augen und zugehaltener Nase!

Und nun raus in die Natur...

KRÄUTERMOND

Im Juli kannst du abends in Parks und Wiesen die Glühwürmchen sehen.

Sind das wirklich Würmer und warum leuchten die Männchen? Ist das ein Kolibri, was da auf dem Balkon flattert? Nein, das ist ein Taubenschwänzchen, ein Schmetterling! Er brummt beim Fliegen und kann sogar in der Luft stehen! Bis zu 100 Blüten besucht es in 5 Minuten! Halt deine Augen und Ohren auf, damit dir das nicht entgeht!

Geh Ende Juli an einen Tümpel. Jetzt werden die Kaulquappen zu Fröschen, Kröten oder Unken. Was entwickeln sie zuerst, Vor- oder Hinterbeine?

ERNTEMOND

Der August ist der heißeste Monat im Jahr. Um die Felder rum wird der Feldhamster aktiv, halte nach seinen Spuren Ausschau. Wie viele Zehen hatte er noch mal an Vorder- und Hinterpfoten? An den Disteln herrscht jetzt Hochbetrieb. Sie sind auf Schmetterlinge angewiesen, um zu überleben! Warum? Such dir eine Distel und beobachte dort kleinen Fuchs, Tagpfauenauge, Distelfalter, Kaisermantel, Zitronenfalter, Bläuling und noch viele andere. Kannst du sie unterscheiden?

Im Wald warten leckere Früchte auf dich. Geh raus und sammle für deine Geschmacksnerven Walderdbeeren, Heidelbeeren, Himbeeren und Brombeeren. Lass es dir schmecken!



Veranstaltungen - Kurse

Es gibt jede Menge Natur Erlebnis Kurse mit dem Wurzeltrapp. Da ist bestimmt auch was für dich dabei! Infos findest du auf der Facebook Seite vom Wurzeltrapp und unter www.wurzeltrapp.de