

Lasst euch von euren Eltern beim nächsten Einkauf einen Kressesamen aus dem Supermarkt mitnehmen (leider sollen Kinder ja im Moment nicht mehr mit zum Einkaufen und züchtet die Kresse selbst. Solltet ihr keine Erde zu Hause haben, geht das auch mit Watte (die Beschreibung findet ihr unten). Wenn die Kresse ausgewachsen ist, macht euch ein leckeres Butterbrot mit Kresse.

Wie man Kresse auf Watte oder Küchenrolle pflanzt

Kresse ist nicht nur würzig und sehr lecker, sondern vor allem auch gesund. Sie enthält besonders viele Vitamine und lässt sich zudem zu Hause sehr leicht anpflanzen. Den Samen zum Keimlinge pflanzen gibt es in jedem gut sortieren Supermarkt oder der Gartenabteilung

Benötigte Utensilien

- Kressesamen
- Watte oder Küchenrolle
- ein flaches Gefäß, beispielsweise ein Schälchen oder einen Teller

Pflanzenanleitung

1. Zuerst das bereitgestellte flache Gefäß am Boden mit einem Küchenpapier oder einer Schicht Watte auslegen. Es eignen sich auch andere Produkte mit Zellstoff, beispielsweise Papiertaschentücher oder Küchenrolle. Sollte nur ein hohes Gefäß zur Verfügung stehen, kann dieses auch verwendet werden, allerdings muss es dann komplett mit Watte oder Küchenrolle gefüllt werden, damit die Kresse darüber rauswachsen kann. Kresse kann so zum Beispiel auch in ausgewaschenen Joghurtbechern gepflanzt werden.
2. Die Kresse kann auch in Erde keimen, doch es kann dann sein, dass die Kresse mit Erde verschmutzt ist und nach dem Ernten gewaschen werden muss.
3. Bevor die Samen ausgestreut werden können, ist es wichtig, dass das Küchenpapier oder die Watte richtig nass gemacht wird, damit der Kressesamen auch gut ankeimen kann
4. Jetzt kann der Samen direkt aus der Verpackung auf die Watte oder die Küchenrolle gestreut werden, am besten die Samenkörner möglichst gleichmäßig verstreuen, so dass die Samen nicht aufeinander oder zu dicht nebeneinander liegen.
5. Während des ganzen Keimens darf das Papier oder die Watte keinesfalls austrocknen. Der Samen sollte deshalb täglich gegossen werden. Allerdings auch nicht zu stark, denn ansonsten könnten die Samen davonschwimmen.
6. Bereits nach einem Tag kann man schon beobachten, wie die ersten Kressesamen zu sprießen anfangen. Kresse ist sehr schnell wachsend. Schon nach etwa sieben Tagen kann die erste Kresse geerntet werden. Hierzu einfach die benötigte Menge mit der Küchenschere abschneiden.

Kresse ist sehr vielseitig zu verwenden. Sie dient oftmals als Dekoration auf dem Teller, auf Käseplatten oder wird pur auf einem Butterbrot oder im Salat gegessen.