



Fabios Erkundungs-Auftrag zum Erntedankfest

Herbstzeit ist Erntezeit. Und weil all die guten Dinge nicht einfach so vom Himmel auf unseren Tisch fallen, ist es auch eine gute Zeit für etwas sehr Wichtiges: innehalten - genießen - Danke sagen.

Folge den Spuren, entscheide dich für deine persönlichen Mini-Aufträge und finde so die Zutaten für deinen ganz eigenen Erntedank-Brotaufstrich! Wichtige Tipps findest du auf der Rückseite.

START
Los geht's!

Sammle einen Becher voll Esskastanien oder Walnüsse oder Haselnüsse

Finde einen Ort, an dem Honig aus deiner Region verkauft wird und erstehe ein kleines Gläschen davon.

Heb dir zu Hause ein hartes, altbackenes Brötchen auf.

Finde einen Obstbaum, der noch Früchte trägt, die du ernten darfst und nimm 2-3 mit.

Suche je eine Blüte vom Rotklee, vom Löwenzahn und vom Gänseblümchen.

Kreuze an, wer und was alles beigetragen hat zu deinem Erntedank-Brotaufstrich:

- ich
- Sonne
- Jemand aus meiner Familie
- Erde
- Frau oder Herr Landwirt
- Honigbienen
- Jemand aus meiner Nachbarschaft
- Regen
- unser Garten
- Verkäufer oder Verkäuferin
- Transportfahrzeug
- Regenwurm
- Wind
- Imkerei
- Freund oder Freundin
- Wiese
- Bäcker/ Bäckerin
- bestäubende Insekten
- Gärtnerei
- Strom
- Wald
-

ZIEL:
Zerkleinere deine sauberen Zutaten mit Messer/ Zauberstab/ Mörser und vermische sie gut miteinander. Bestreiche eine getoastete Scheibe Brot mit deinem köstlichen Aufstrich, garniere sie mit den essbaren Blüten und lass es dir schmecken! Mit wem möchtest du gern teilen?



Fabios Hinweise

Heb dir zu Hause ein hartes, altbackenes Brötchen auf.

Hier geht es darum, dass trockenes Brot oder Brötchen noch eine Verwendung finden: Stelle daraus Semmelbrösel her. Das geht ganz leicht im Mörser, mit einer Kurbelmühle oder auch mit einer Reibe... und natürlich auch elektrisch mit der Küchenmaschine.

Sammele einen Becher voll Esskastanien oder Walnüsse oder Haselnüsse.

Hier geht es darum, die Baumfrüchte in der eigenen Region zu entdecken und zu nutzen. Viele Nüsse aus dem Supermarkt kommen von sehr weit her. Du brauchst sie aber nicht kaufen, wenn sie in Wald und Wiesen zu finden sind. Entferne die Schalen und zerkleinere sie zu winzigen Stückchen oder zu grobem Mehl. Bei Walnüssen geht das gut mit der Hand, bei Haselnüssen und Esskastanien hilft dir am besten eine Küchenmaschine.

Finde einen Obstbaum, der noch Früchte trägt, die du ernten darfst und nimm 2 bis 3 mit.

Hier geht es darum, das Obst in der eigenen Region zu entdecken und zu nutzen. Du brauchst Äpfel nicht im Supermarkt zu kaufen, wenn sie im Nachbargarten hängen und du sie ernten darfst. Wasche das Obst, trockne, entkerne (und entwurme) es und schneide es in kleine Stückchen.

Kaufe ein Glas Honig aus deiner Region, falls du es nicht geschenkt bekommst.

Hier geht es darum, die Arbeit der lokalen Imkerei zu unterstützen. Im Supermarkt gibt es Honig aus allen Ecken der Welt. Der lange Transport ist jedoch unnötig, wenn du ihn direkt bei dir um die Ecke bekommst. Gib zwei bis drei Löffel Honig an die zerkleinerten, miteinander vermischten anderen Zutaten. Rühre alles gut durch, so dass eine gleichmäßige, streichbare Masse entsteht.

Suche je eine Blüte vom Rotklee, vom Löwenzahn und vom Gänseblümchen.

Hier geht es darum, essbare Wildkräuter wertzuschätzen und zu nutzen. So wird dein Speisezettel bunter. Spüle die Blüten mit kaltem Wasser ab, tupfe sie vorsichtig trocken und zupfe bei Löwenzahn und Rotklee die einzelnen Blütenblätter heraus. Bestreue das mit dem Aufstrich bestrichene Brot mit den Blütenblättern und setze die Blüte vom Gänseblümchen in die Mitte.

Fertig. Nun ist es soweit:

Schließe die Augen, denke an alle und alles, die bei deinem Erntedank-Brottaufstrich beteiligt waren und schicke ihnen in Gedanken ein DANKESCHÖN.

Und dann? Lass es dir gut schmecken!



Schicke dein Rezept und ein Foto deines Erntedank-Brottaufstriches an uns Naturpark-Detektive! Dazu kannst du die Dialogbox im Elternbereich nutzen oder einfach direkt eine E-Mail an uns schreiben: naturparkdetektive@naturparkschwarzwald.de

Wir Naturpark-Detektive sind schon sehr gespannt auf dein Rezept!