

Kräuter- und Gewürzsalz



Frische Kräuter verströmen ihren typischen Duft meist von ganz allein. Doch auch getrocknete Kräuter haben es in sich. Sie brauchen nur etwas Nachhilfe, um ihr feines Aroma neu zu entfalten. Zum Beispiel durch Mörsern!



Enthält keine kennzeichnungspflichtigen Allergene

**Kurzes
zum
Einstieg**

Zutaten | 12 Kinder

- getrocknete, gerebelte Kräuter (3–5 verschiedene Sorten)
- optional: die gleichen Kräuter frisch zum Vergleich
- ca. 500g grobes Salz
- 2 Schlangengurken

Küchenwerkzeug

- 2–3 Mörser
- kleine Schüsseln oder Tassen
- Teelöffel
- Papiertütchen (oder kleine Dosen/Schraubgläschen)
- Schneidebrett
- Küchenmesser

Beispielrezept Kräutersalz

- 2 EL grobes Salz
- ½ TL Bohnenkraut
- ¼ TL Rosmarin
- ½ TL Liebstöckel
- ½ TL Estragon
- ½ TL Dill

(Saisonale) Alternativen

Auch Gewürze lassen sich gut mit Salz kombinieren. Am besten eignen sich ganze Gewürze, also die getrockneten Früchte, Knospen, Samen oder die Rinde von Gewürzpflanzen wie Pfefferkörner oder Koriandersamen. Frisch gemörsert ist ihr Aroma besonders intensiv. Außerdem können die Kinder sehen, wie die Gewürze ursprünglich aussehen.

Zubereitung und pädagogische Tipps

- 1 Verkostung:** Kräuter zwischen den Fingern zerreiben und daran riechen und schmecken. Sprecht über eure Eindrücke!
- 2 Mischen:** Die Kinder überlegen sich, welche Kräuter sie zusammengeben wollen. Jedes Kind macht seine eigene Mischung.
- 3 Mörsern:** Kräuter in einem Mörser mit etwas Salz zermörsern. Das Mischungsverhältnis von Salz zu Kräutern sollte im fertigen Produkt circa 1:1 sein. Schon jetzt die Gesamtmenge Salz abmessen und nur die Hälfte davon dazugeben.
- 4 Abfüllen:** Das restliche Salz dazugeben und nochmals – nicht zu fein – mörsern. Mischung (zu zweit) in Papiertütchen füllen und beschriften.
- 5 Probieren:** Gurke waschen und aufschneiden. Ein wenig der fertigen Mischung auf eine Gurkenscheibe streuen und verkosten. Sprich mit den Kindern darüber, was sie schmecken.

Was schmeckt welchem Kind besonders gut? Als Gedächtnisstütze können die Kinder Namenszettelchen mit farbigen Symbolen den Kräutern zuordnen – zum Beispiel grün für schmeckt mir, rot für mag ich nicht.

Salz zieht Feuchtigkeit, deshalb eignen sich nur getrocknete und keine frischen Kräuter für die Mischung.

Den Mörser maximal zu einem Drittel füllen. Den Stößel des Mörsers auf die Kräuter setzen und mit Drehbewegung in den Boden drücken. Nicht stampfen. Den Mörser anschließend mit einem trockenen Tuch oder Pinsel säubern.

Kräuter- und Gewürzsalze sind eine schöne Geschenkidee. Dazu können die Kinder passende Etiketten basteln.

Frage die Kinder, ob sie einzelne Kräuter herausschmecken.

Tipps & Tricks

Verkostet auch frische Kräuter: Gibt es Unterschiede in Geruch, Geschmack und Farbe zu den getrockneten Kräutern?

Salz sollte generell sparsam verwendet werden, auch wenn es mit Kräutern gemischt ist.



Salz – egal, ob aus dem Meer oder aus unterirdischen Salzlagerstätten gewonnen – kommt fein vermahlen oder grobkörnig in den Handel. Grobkörniges Salz wirkt beim Mörsern auf getrocknete Kräuter wie eine Art Schmirgelpapier. Es hilft, das Aroma aus den Pflanzenzellen freizusetzen.