

Sinnesübung Kräuter

ABLAUF | CA. 20 MINUTEN

Das Gespräch zum Einstieg:

Habt ihr so eine Pflanze schon einmal gesehen?
An was erinnert sie euch? Was glaubt ihr, was das ist?



1 Sehen: Welche Farben haben die Blätter – was für ein Grün? Welche Formen haben die Blätter? Wie sieht der Blattrand aus? Und die Stängel?



2 Tasten: Jedes Kind erhält einen Kräuterstängel: Wie fühlen sich die Blätter an? Haben sie eine glatte Oberfläche? Kann man feine Härchen spüren? Und der Stängel? Ist er weich oder hart?



3 Hören: Raschelt einmal mit mehreren Kräuterstängeln. Wie klingt das? Und wie klingt es, wenn man eine Stängel durchbricht, knackt es laut?



4 Riechen: Wie riecht das Kraut? Mit einem Mörser könnt ihr etwas Kraut zerreiben: Wie riecht es nun? Woran erinnert der Geruch? Passiert schon etwas im Mund?



5 Schmecken: Wie schmeckt das Kraut? Ist es bitter, aromatisch oder vielleicht sogar sauer? Kennt ihr den Geschmack und wenn ja, woher?



Das Gespräch zum Abschluss: Was habt ihr herausgefunden?

Was fandet ihr spannend? Was hat euch nicht so gefallen?
Habt ihr Lust, so etwas noch einmal zu machen?

MATERIAL FÜR 12 KINDER

- 2 Kräutertöpfe gleicher Art (z.B. Basilikum, Minze oder Petersilie)
- Schneidebrett
- Küchenschere
- Mörser und Stößel oder ein Löffel

Möglich ist auch ein Sortenvergleich – der benötigt jedoch Zeit. Lieber eine Kräutersorte in Ruhe erkunden als zwei Sorten in Hektik.



VORBEREITUNG | CA. 10 MINUTEN

Für jedes Kind einen Kräuterstängel abschneiden, waschen, trockenschütteln und auf einem Schneidebrett anrichten. Den zweiten Kräutertopf als Anschauungsmaterial bereitstellen. Und vor dem Start Händewaschen nicht vergessen!

Tipp: Beim Ablauf den aktuellen Schritt mit einer Wäscheklammer markieren.

Mehr Ideen zu Kräutern



KRÄUTER SÄEN UND ERNTEN

Viele Kräuter lassen sich aus Samen auf der Fensterbank ziehen. Wichtig sind ausreichend Licht und viel Feuchtigkeit während der Keimung. Statt reiner Blumenerde sollte eine Mischung aus Erde und Sand verwendet werden. Sind die Kräuter bereits größer, vorsichtig und nicht zu stark gießen. Für Ungeduldige: Kresse keimt und wächst innerhalb weniger Tage. Und sogar auf einem feuchten Tuch.

DUFTSÄCKCHEN BASTELN

Ob als Geschenk oder Angebot für den nächsten Kita-Flohmarkt: Duftsäckchen können ganz leicht selbst gebastelt werden. Kräuter an einem warmen Ort trocknen lassen, eventuell mischen und auf ein quadratisches Stück dünnen Stoff geben. Die vier Ecken zusammenraffen, oberhalb der Duftmischung den Stoff mit einer Kordel zusammenbinden, zuknoten – fertig.

Tipp: Die Kinder können auch passende Etiketten gestalten.



DUFT-DETEKTIVE IN AKTION

Nicht nur Kräuter haben einen intensiven Geruch, auch Früchtetee, Gewürze, Schalen von Zitrusfrüchten oder Käse. Bereite Riechproben für die Kinder vor: Dazu geruchsintensive Lebensmittel wie z. B. Käse, Erdbeeren oder Minze in kleine Gläser geben. Eine Butterbrottüte überstülpen, mit einem Faden fixieren und oben kleine Löcher reinpiksen. Die Kinder können nun riechen und erraten, was in den Gläsern ist.

Tipp: Je frischer die Proben sind, desto besser!

WASSER MIT KRÄUTERNOTE

Wasser ist der perfekte Durstlöscher. Doch immer nur Wasser? Stelle mit den Kindern „Aromawasser mit Geschmack“ her: Kräuter wie Minze, Zitronenmelisse, Rosmarin oder Estragon waschen, klein zupfen, ins Wasser geben – fertig. Ein paar Spritzer Zitronen-, Orangen- oder Apfelsaft geben der Mischung eine fruchtige Note. Weitere Anregungen und Rezepte findest du unter:

www.sarah-wiener-stiftung.de/blog

www.familienkueche.de/rezepte

