

Rohelist leivale



Idud on maitsvad ja tervislikud. Neid võib panna näiteks võileivale, salatisse või kasutada kaunistuseks toidu serveerimisel. Idusid on mitmesuguseid ning neid on väga lihtne ise kasvatada. Kasvatame ise näiteks kress-salatit. Kress-salat on suurepärane söögi- ja maitsetaim. See sobib võileivakatteks, kartulisalatisse (annab vanale kartulile värsket maitset), pastatoitudesse, kohupiimasse, munarogadesse jne.

Vajalikud vahendid:

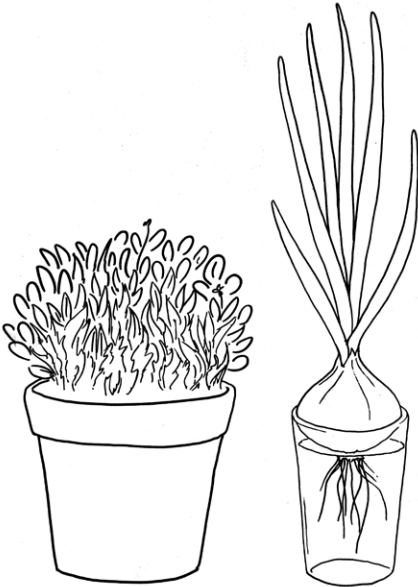
idandamisalus (näiteks taldrik), kress-salati seemned (aianduspoest või turult), muld, majapidamispaber või riidetükk idandamispinnaseks, piserduspudel (idandamispinnase ja taimede niisutamiseks).

Tee nii

1. Idandamiseks sobib tavaline taldrik. Pane sellele pisut mulda, majapidamispaberit või riidetükk. Idandamise pinnas peab olema niiske, materjal ei ole oluline.
2. Külva seemned pakist idandamispinnasele ühtlase kihina. Võid seemnetest kirjutada ka oma nime või teha mingi muu tore kujundi!
3. Kontrolli iga päev, et idandamisalus oleks piisavalt niiske. Kastmiseks sobib suurepäraselt niisutuspudel.
4. Umbes nädala möödudes saad maitsvat ja tervislikku kress-salatit lõigata ja leiva peale panna või kasutada seda muudes toitudes.

Märkmed

1. Miks on idud tervislikud? Otsi idandamise ja kress-salati kohta teavet ka internetist!



Nimi:

Vanus:

Klubi:

Juhendaja:

