

Jarní zelené vaření

Že kopřiva pálí. Ano ano, ale neboj, když ji trošku tepelně s maminkou upravíš v troubě, hrnci nebo na pánvičce, pusu ti už nespálí 😊 Můžeš si z ní udělat i výborný čaj.



Pomaličku už vystrkuje ze země stébka pažitka. Teď na jaře má spoustu vitamínů. Pokud ji na zahrádce nemáš v zemi, můžeš si ji s maminkou koupit v obchodě v květináčku nebo zasít do květináče na okno svoji. A můžeš přidat ještě další bylinky. Třeba rychle ti vyroste řeřicha. A když si s nimi posypeš třeba čerstvý chlebič nebo uděláš pomazánku, budeš mít tělo plné vitamínů.

