

# SCHON GEWUSST?

Die Koriandersamen, die deine Eltern vielleicht im Gewürzregal stehen haben, kann man tatsächlich einpflanzen – dann wachsen daraus neue Korianderpflanzen!



## SPROSSEN AUS BOHNEN UND ANDEREN HÜLSENFÜCHTEN ZIEHEN

Neben alten Plastikschaalen kann man auch Marmeladengläser zum Gärtnern verwenden, nämlich zum Ziehen von Sprossen aus Bohnen und anderen Hülsenfrüchten. Sprossen sind Samen, die gerade erst ausgekeimt haben.

### Was du brauchst:

- ◆ 1–2 Esslöffel getrocknete Bohnen oder andere Hülsenfrüchte. Die bekommst du zum Beispiel im Unverpackt-Laden. Am besten nimmst du Mungobohnen, Linsen oder Kichererbsen.
- ◆ ein altes Marmeladenglas oder Ähnliches
- ◆ ein Geschirrhandtuch und ein Gummiband



### Wie es geht:

1. Bohnen abspülen und ins Glas tun.
2. Glas mit Wasser füllen.
3. Geschirrhandtuch über das Glas spannen und mit dem Gummiband befestigen. Über Nacht stehen lassen.
4. Am nächsten Morgen das Glas umdrehen und das Wasser langsam ablaufen lassen. Bis zum Abend stehen lassen. Abends das Glas erneut mit Wasser füllen und wieder mit Geschirrhandtuch und Gummiband fest verschließen.
5. Am Morgen und Abend die jeweiligen Schritte wiederholen, bis die Bohnen keimen.
6. Sobald die Keime doppelt so lang geworden sind wie die Bohnen selbst, das Handtuch durch den Deckel vom Glas ersetzen und die Sprossen im Kühlschrank aufbewahren. Innerhalb von fünf Tagen verbrauchen.

GARTEN - TIPP