

Nachhaltiges Basteln aus Küchenrollen und Kresse – ein Kinderspiel



Ostern steht vor der Tür und diese süßen Osterhasen aus leeren Küchenrollen mit einem Kopf aus frisch gezogener Kresse könnten nicht passender sein. Zumal sie aus upgecycelten Materialien gebastelt werden und Kresse ein wahrer Alleskönner für die Gesundheit ist.

Kresse lässt uns aber nicht nur an Frühling denken, sondern peppt Speisen, Aufstrich- oder Butterbrote, Salate etc. geschmacklich auf und gibt ihnen zudem auch eine ordentliche Portion Gesundheit mit auf den Weg. Denn in Kresse steckt viel Vitamin A, Vitamin C, Folsäure und Kalzium, sie lindert durch die enthaltenen ätherischen Öle Erkältungssymptome und hilft beim Entgiften.

Kresse sieht also nicht nur hübsch aus, sondern schmeckt auch köstlich und enthält viele wertvolle Inhaltsstoffe.

Also: Ran an die Bastelsachen und ab zum Kresse naschen.

Wir benötigen:

- leere Küchenrollen
- Watte (Wattebausch)
- Kressesamen
- Ev. Pfeifenputzer (oder Bastelgarn) für die Ohren (ca. 15 cm pro Hase)
- Stift
- Schere



Und so geht's:

1. Zunächst schneidet man ungefähr 6-7 cm der Küchenrolle ab. Die nun gekürzte Rolle wird an der abgeschnittenen Seite an vier Punkten mit gleichmäßigem Abstand ca. 1,5 cm eingeschnitten.
2. Die Schnitteile werden so ineinandergesteckt, dass sie einen geschlossenen Boden bilden.
3. Mit einem Stift malt man dann ein (hasenähnliches) Gesicht auf die Küchenrolle.
4. In die Öffnung drückt man dann so viel Watte, bis die Küchenrolle ausgefüllt ist.
5. Wer mag, kann aus ca. 15 cm Pfeifenputzer/Bastelgarn einfache Hasenohren formen und mittig in die Watte der Küchenrolle stecken.
6. Abschließend genügend Kressesamen auf der Watte verteilen und täglich vorsichtig (!), aber ausreichend wässern. Nach vier Tagen sollte bereits eine hübsche Kressefrisur zu erkennen sein und die Kresse kann vernascht werden.

Tipp: Sollte das Häschen durch das Gießen doch einmal zu sehr durchweichen, kann man durch vorsichtiges Ziehen an den Hasenohren/an der Kresse den gesamten Wattebausch einfach herausziehen und in ein neues Häschen setzen.

Viel Freude beim Nachbasteln, Säen, Ernten und Verspeisen.

Martina Seereiner, BA, österr. Kneippbund

