

Brennnessel-Samen – die Power Nahrungsergänzung

Für Salate, Kräutersalz, Feta drin wälzen oder als Brotteiggewürz

Welche sammeln, wann und wie verarbeiten?

Wusstest Du schon, dass die Brennnessel zweihäusig ist, also männlich und weibliche Pflanzen hat?

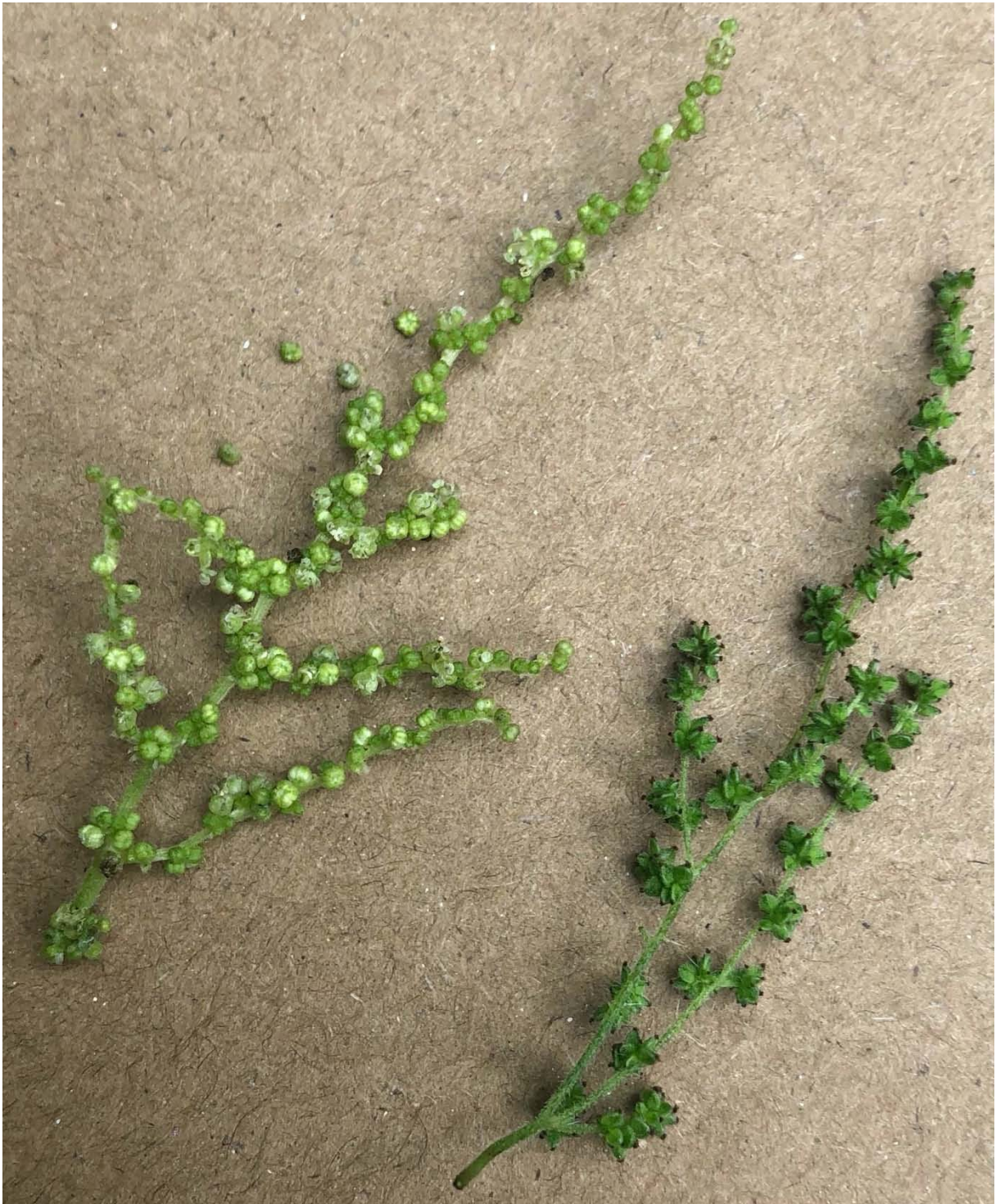
Die Geschlechter in Grüppchen beisammenstehen.



Die beiden Bilder zeigen Dir die männliche Pflanze, zusammengeklappte Kugeln aus vier Spitzen Sternen - das sind die SAMENKUGELN - die durch Sonneneinstrahlung aufplatzen und damit aussamen.



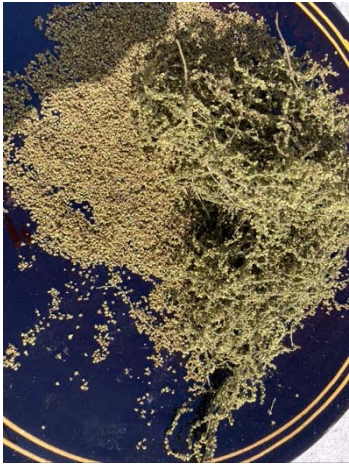
Die weiblichen Pflanzen entwickeln weiße bis zu purpurfarbenen Blütenständen.



Auf diesem Bild siehst Du beide nebeneinander. Erkennst Du, was weiblich und männlich ist?

Sammeln und trocknen:

Beim Sammeln sind die Stiele und die Samen zusammen. Wenn du sie ausbreitest und trocknest, dann fallen schon viele Samen ab, doch nicht alle.



Durch ein feines Sieb drücken



Deine Ernte kannst du nochmals trockenen lassen.
Dann in einem Schraubglas aufbewahren!