

Skov-te

Forfattere: Julia Sick

Faglige temaer: Vilde planter, Krydderurter

Introduktion:

Til Skov-te kan I bruge nogle af de spiselige urter, I kan finde i naturen. Det er faktisk kun fantasien, der sætter grænser for, hvilke planter der kan anvendes. Prøv f.eks. med vandmynte, hybenrose, citronaloysia, kamille eller mælkebøtte. Se flere forslag i opskriften.

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

Kopiark

Kopiark:

[Skov-te.pdf](#)

Skov-te

Forfattere:

Julia Sick

Introduktion:

Til denne opskrift kan I bruge nogle af de spiselige vilde planter, som I kender. Det er kun fantasien, der sætter grænser.

Prøv fiks. med vandmynte, hybenrose (blade og hyben), citronaloysia, kamille (skrivekamille eller vellugtende kamille), mælkebøtte, linde, Lancet-vejbred, skovsyre, brombær (bær og blade), hinbær (bær- og blade), brombær (bær), hyldeblomst, nye birke- og bøgeblade, granknopper, brændenælder osv...



Ingredienser:

Spiselige vilde planter

Sukker til at smage teen til

Fremgangsmåde:

1. Overhæld de friske blade/planter med kogende vand og lad det trække i ca. 5 minutter.
2. Tilsæt sukker for at gøre drikken mere sød (smag til).
3. Servér teen.

Tip! Lad eventuelt teen blive helt kold og nyd den kolde iste.