

Spiring

I grupper af to og to skal I nu prøve at spire jeres egne bælgfrugter.

Find en tørret bælgfrugt, som lever op til kriterierne for spiring i jeres køkken. Det er vigtigt, at bælgfrugterne ligger fugtigt, men ikke helt dækket af vand. Det er en hårfin balance og lidt af en kunst at få sine frø til at spire.

1. Find 3-4 frø fra en udvalgt bælgfrugt.
2. Læg et stykke køkkenrulle i en lille kondibøtte, og dryp det vådt med vand.
3. Placér frøene adskilt fra hinanden på den våde køkkenrulle.
4. Dæk frøene med endnu et lag våd køkkenrulle.
5. Stil bøtten i en vindueskam, skriv jeres navn på, og lad den stå i 3-4 dage. Tjek dagligt, og sørg for, at der bliver ved med at være fugtigt ved frøene. Brug for eksempel en forstøver.