

Kressebutter

Zutaten:

1 Packung Butter

Salz

Pfeffer

Zitronensaft (nach Geschmack) 1

Handvoll Kresse

Ein Schuss Olivenöl

1. Die Zimmerwarme Butter mit einer Gabel verdrücken und nach und nach mit etwas Salz und Pfeffer würzen.
2. Einen Schuss Olivenöl und Zitronensaft zugeben.
3. Abschließend die gewaschene Kresse untermischen.
4. Etwas ziehen lassen und servieren.

Paprika-Frischkäse-Aufstrich mit Kresse

Zutaten:

1 Paprika

1 Handvoll Kresse

Salz

Pfeffer

150 gr Frischkäse

100 gr Joghurt

Etwas Paprikapulver (mild)



Die Paprikahälften putzen, waschen und in feine Würfel schneiden.
Den Frischkäse mit dem Joghurt glattrühren und das vorbereitete Gemüse dazugeben. Mit der abgeschnittenen Kresse und den Gewürzen abschmecken.

Kresse säen ohne Erde

Ihr benötigt:

Kressesamen

Wasser

Wattepads oder Küchenrolle

Eine flache Schale oder Teller

Frischhaltefolie

So geht's:

Die Schale wird mit den Wattepads ausgelegt.

Dann gießt ihr ca. 100 ml Wasser auf die Watte.

Verteilt die Kressesamen gleichmäßig auf die Watte.

Danach die Schale mit der Frischhaltefolie abdecken (dadurch wächst die Kresse schneller). Nach zwei Tagen werdet ihr erste Ergebnisse sehen können.

