



Te från växtriket

Beräknad tidsåtgång: Cirka 30 minuter

Material: Utomhus – trangiakök eller liknande. Inomhus – kastrull. Växter enligt nedan.

Genomförande

Ta med eleverna ut och plocka späda växter av t.ex. björkblad, hallonblad, smultronblad, blåbärsblad, mjölkört, vitklöverblad och blommor, älggräs, ljusgröna granskott eller enris. På hösten blir te av växter mera beskt varför denna övning passar bäst under vår och försommar.

Låt vattnet koka upp och lägg i växterna. Teerna behöver dra ganska länge för att ge smak. Sila bort växtdelarna. Söta gärna

med honung eller lite socker.

Prova gärna flera olika växter och låt eleverna bli teprovare och ge betyg åt de olika teerna.

Eleverna brukar vara lite skeptiska i början varför viss pedagogisk finess kan behövas för att skapa ett intresse för avsmakningarna.