



## Brennnesselchips

**Du brauchst:** 1 Schüssel, Gartenhandschuhe oder wasserdichte Handschuhe oder 1 Schere, Brennnesselpflanzen, 1 Sieb, Leitungswasser, 1 Geschirrhandtuch, 1 Pfanne, 1 Herd, Sonnenblumenöl, 1 Esslöffel, 1 Pfannenwender, 2 Gabeln, Salz, 1 erwachsener Kochpartner

### Vorgehensweise:

Hinweis: Pflück nur Brennnesseln, die nicht dicht an einer Straße wachsen. Du musst dir sicher sein, dass die Pflanzen nicht mit Giften besprüht wurden und, dass sich kein Hundeurin darauf befindet.

### Draußen:

1. Zieh dir die Handschuhe an. Ernte die oberen Blätter der Pflanze. Diese sind noch jung und leckerer. Wenn du Handschuhe trägst, verbrennst du dich nicht. Du kannst die Blätter aber auch vorsichtig mit der Schere abschneiden.



Zu 1.

### In der Küche:

2. Wasche die Blätter im Sieb unter dem Wasserhahn ab. Lass sie danach kurz im Sieb über der Spüle abtropfen. Tupfe die Blätter mit dem Geschirrhandtuch trocken. Nun wird es heiß. Suche dir unbedingt einen Erwachsenen als Kochpartner für das Braten der Chips!
3. Stell die Pfanne auf eine Kochplatte und gib einen Esslöffel Öl in die Pfanne.
4. Schalte die Kochplatte auf eine hohe Stufe, aber nicht auf die höchste Stufe. Das könnte z. B. Stufe 2,5 von 3 oder 7 von 9 sein.



Zu 3.

**Achtung: Öl kann sehr heiß werden!**





5. Das Öl ist heiß genug ist, wenn sich an dem Pfannenwender Bläschen bilden.

### Braten:

Das Braten dauert etwa 1 bis 5 Minuten.

6. Lege nacheinander Blätter in die Pfanne. Berühre die Pfanne dabei nicht! Nimm anfangs lieber weniger Blätter auf einmal.

7. Schieb die Blätter mit der Gabel zurecht. Drück die Blätter mit der Gabel platt, wenn sie nicht flach in der Pfanne liegen.

8. Wird der Blätterrind leicht braun, drehe die Blätter mit beiden Gabeln um. Sie sollten nun schon fest geworden sein.

9. Nimm die Blätter kurz darauf mit den Gabeln aus der Pfanne und leg sie in die Schüssel.

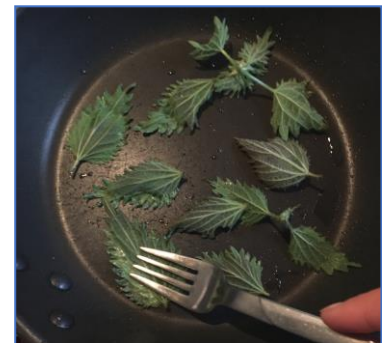
10. Wenn du magst, kannst du die Blätter nun ein wenig salzen. Fertig sind die ersten Chips!

11. Brate nun wie eben beschrieben die restlichen Blätter. Gib falls nötig weiteres Öl in die Pfanne.

Die Chips lassen sich warm oder auch kalt essen. Wie magst du sie lieber?



Zu 5.



Zu 7.

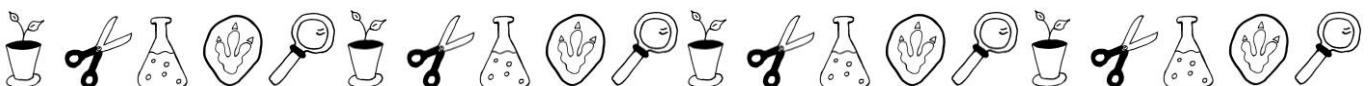


Zu 9.

### Die Brennnessel

Ihren Namen hat die Pflanze daher, dass nach einer Berührung manchmal die Haut brennt. Das kennst du vermutlich. Die Brennnessel hat kleine Haare – die Brennhaare. Obwohl sie Haare genannt werden, sind sie nicht weich, wie deine Haare. Schau sie dir doch mal mit der Lupe an!

In den Brennhaaren befindet sich eine Flüssigkeit. Wenn die Brennnessel berührt wird, brechen an der Berührungsstelle die Spitzen der Brennhaare ab. Die Flüssigkeit läuft heraus. Werden bei der Berührung keine Handschuhe getragen, sticht das Haar in die Haut. Dadurch gelangt die Flüssigkeit in die Haut. An dieser Stelle bilden sich meistens





kleine Schwellungen, auch Quaddeln genannt. Nach kurzer Zeit verschwindet das Jucken aber wieder. Wenn du nicht allergisch bist, ist es ungefährlich.

Während die Brennhaare vor allem größere Tiere vom Berühren abhalten, nützen sie Schmetterlingen. Sie legen ihre Eier auf der Blattunterseite der Brennnessel ab. Die geschlüpften Raupen essen die Blätter. Die Brennhaare stören die kleinen Raupen nicht. Du siehst – und schmeckst – die Brennnessel ist eine wunderbare Pflanze.

Du kannst auch einen *Brennnesseltee* zubereiten: Ein paar Blätter in ein Teesieb legen und dieses in die Tasse hängen. Oder die Blätter direkt in die Tasse füllen. Vorsichtig heißes Wasser in die Tasse gießen. Den Tee etwa 5 Minuten ziehen lassen.



Dieses Angebot ist neu. Uns ist wichtig, wie es dir gefallen hat. Schreib uns gerne deine Erfahrungen und Meinung an:  
 Naturwissenschaftliches-Museum@Flensburg.de.  
 Danke!

