

Villiyrttiviidakossa

Tehkää luontoretki lähelle tai kauemmas ja etsikää ja tunnistakaa luonnosta ruoanlaitossa hyödynnettäviä kasveja. Kerätkää vain kasveja, jotka tunnistatte.

Voitte myös valmistaa keräämistänne aineksista jonkin ruokalajin tai leivonnaisen yhdessä tai yksin ja jakaa reseptin kuvan kera esimerkiksi ryhmän WhatsApissa.

Marjojen ja sienien lisäksi syötäväksi kelpaavat muun muassa:

- voikukan lehdet ja nuput
- nokkosen lehdet ja siemenet
 - ketunleivän lehdet
- maitohorsman lehdet, varret ja versot
- pihasaunion kukat ja lehdet
 - siankärsämön lehdet
 - kuusenkerkät
- puna-apilan kukat ja lehdet
 - katajan neulaset
 - koivun lehdet