

Brandnetelsoep maken

Inhoud Iespakket

- 1 elektrisch kookplaatje (in aparte tas)
- 1 gasbrander om buiten soep te maken (in aparte tas)
- 1 gasflesje (in aparte tas)
- 1 grote soeppan met deksel (in aparte tas)

- 6 witte verzamelbakken
- 1 soeplepel
- 20 soepkommetjes
- 20 lepels
- 2 pollepels
- 20 paar handschoenen
- 20 scharen
- 1 doosje groentebouillonblokjes (om te verbruiken)

- A4 met verhaal van Binkie
- 2 X A4 blad met informatie

Extra

Maakt u de soep buiten klaar? Neem dan voldoende water mee om de brandnetels te wassen en water voor de soep.

Eventueel voor in of bij de soep

Een aardappel, een ui, wat olie, roomkaas, geraspte kaas of vers stokbrood

Duur activiteit

Ongeveer 90 minuten

Doelgroep

vanaf 4 jaar



Kom mee naar buiten om brandnetelsoep te maken!

In dit lespakket vindt u al het materiaal om samen naar buiten te gaan, brandneteltoppen te verzamelen en er soep van te maken, binnen of buiten.

Let erop dat u niet naast een drukke weg plukt of op een plek waar honden worden uitgelaten!

In het (vroeg) voorjaar zijn de toppen van brandnetels het lekkerst om soep van te maken. De plant heeft dan een lichte, frisse smaak. In juni zijn de brandnetels meestal al zo ver uitgelopen dat alleen de jonge blaadjes lekker zijn, de stelen en eventuele bloemen worden dan niet gebruikt.

Stappenplan

- Vertel de deelnemers wat ze gaan doen: brandnetels plukken en daar soep van maken. Laat iedereen zien hoe de brandnetelplant eruit ziet, welke delen geplukt gaan worden en hoe je dat aanpakt zonder je te 'branden'.
- Deel handschoenen en scharen uit en per groepje een verzamelbak. Je kunt twee handschoenen aantrekken, maar één handschoen, aan de hand waarmee je niet knipt, is meestal ook wel voldoende.
- Knip de toppen en jonge blaadjes van de brandnetels en verzamel ze in de bakken tot je een flinke hoeveelheid hebt.



- Was de bladeren en knip ze klein. Verwijder de hardere steeltjes. De brandnetels prikken nog steeds, dus houd de handschoenen aan. Nadat de brandnetels in kokend water geweest zijn, prikken ze niet meer.
- Vul de pan tot de helft met water (of doe per deelnemer 0,2 l water in de pan). Verwarm het water en voeg de gesneden brandnetel en de nodige bouillonblokjes toe. Breng het geheel aan de kook onder af en toe roeren. Houd de pan vast wanneer een kind roert. De tuinhandschoenen kunnen dienst doen als ovenwant.



Laat de soep tien minuten pruttelen.

- Haal de pan van het vuur en pureer de soep eventueel met een staafmixer. Lekker met wat roomkaas, geraspte kaas of vers stokbrood!