

## Sejeme semínka řeřichy

Chceš si vylepšit své svačinky? Zahraj si na zahradníka a vypěstuj si vlastní zdravou pochoutku. Kdykoli budeš mít chuť, bude ti denně k dispozici na parapetu v kuchyni.

**Pomůcky, které budeš potřebovat:** plastová vanička, vata, semínka řeřichy, nádoba na vodu (konvička).

### **Postup:**

1. Nejdříve si připrav plastovou vaničku a vatu. Plastovou vaničku vystel vatou, poté vatu trochu navlhči vodou z konvičky.
2. Semínka řeřichy sypej pomocí dvou prstů – palce a ukazováčku. Dbej, aby semínka pokryla rovnoměrně celé dno s vatou.



3. Aby semínka vzklíčila, potřebují čas a tvoji péči. Je třeba je zalévat a umístit je na světlé a teplé místo. Kontroluj každý den, jestli je vata navlhčená. Také pozoruj semínka, změna bude patrná hned druhý den. K pozorování můžeš využít lupu.



4. Po 3-4 dnech dobré péče je řeřicha ve své plné síle. Můžeš ji využít třeba na pomazánku. Řeřicha je totiž moc zdravá a chutná.

