

# Kinder-Tomaten-Saucen-Kräuter-Salz-Mix

Im Frühjahr trockne ich gesammelte Bärlauchblätter, das Grün der Frühlingszwiebeln und Schnittlauch aus unserem Garten. Über den Sommer hinweg kommen noch weitere Kräuter und auch Gemüse dazu, welches ich entweder an der Luft und in der Sonne oder im Dörrex trockne und haltbar mache. In der kalten Jahreszeit mahle ich die Kräuter und stelle damit Kräutermischungen, Kräutersalzmischungen und Teemischungen her. Die „Frühlingskräutermischungen“ haben gerade in der Spätherbst- und Winterzeit Hochbetrieb bei uns. Ich mache gerne Kräutersalzmischungen. Aber natürlich kann man das Salz auch weglassen und hat dann eine Kräutermischung.



Die gut getrockneten Gewürze in grossen Stücken verschliesse ich in Glasbehälter bis ich sie mahle.

## Zutaten

- 3 Teile Meersalz
- 3 Teile getrockneter Bärlauch und/oder getrocknetes Zwiebelgrün
- 1 Teil getrocknetes Basilikum
- 1 Teil getrocknete Karotten

- 1 Teil getrockneter Schnittlauch
- 1 Teil getrocknete Peperoni (oder Peperoncini, wenn ich die Mischung scharf haben möchte, was sich dann für Kinder nicht mehr eignet)



1 Teil = 2 gestrichene Teelöffel und füllt ein 100ml Glas

## Zubereitung

Die getrockneten Gewürze mit der Hand etwas zerreiben und einzeln mit dem Mixer oder im Mörser mahlen.

Getrocknete Zutaten mit dem Meersalz vermischen.

Bevor ich meine Kräuter selber trocknete und mixte, kaufte ich bei [Swiss Alpine Herbs](#) meine Kräuter ein.