

Mat på tur

Her er noen tips til mat på tur.

Frokost og lunsj

- Ferdigsmurte matpakker er veldig greit.
- Oppskåret brød og et par typer pålegg. Her kan dere bytte pålegg med de andre.
- Litt egg og bacon for de som liker det.
- Ferdig lapperøre i en brusflaske med litt syltetøy til.
- Grillpølser, lomper og tilbehør
- Pinnebrøddeig (En kopp mel, 1 ts salt, 1 ts. bakepulver og litt vann. Røres sammen til en deig.)
- Nuddelboks eller rett i koppen suppe.

Middag

3 forslag:

1. Smør et stykke folie, legg på potetbiter, grønnsaker du liker, kjøttdeigbiter/pølsebiter og litt krydder. Legg på en liten smørkladd og brett sammen. Skriv på navn!
2. Hul ut en (eller to) paprika, lag et lokk av toppen og fyll den med kokt ris, kjøttdeig eller pølsebiter og litt krydder. Pakk inn i folie og skriv på navn.
3. Hul ut et par store poteter. Fylles med kjøttdeig/små pølsebiter, små paprika og løkbiter (eller noe annet du liker), krydder. Pakk inn i folie og skriv på navn.

Her kan du variere i det uendelige - hva du har i kjøleskapet eller hva du liker. Og husk at det må være i alle fall to lag folie rundt det hele. Ta gjerne med litt ekstra folie i sekken.

I perioden 15. april til 15. september kan det være vi har med grill. Sjekk med oss for da kan du også ta med vanlig grillmat som for eksempel burgere og koteletter.

Dessert

Banan, kokesjokolade, folie eller eplebiter med sukker og kanel på pakket i smurt folie.

Leirbålskos

- Litt snop
- 1 flaske brus

Drikke

Her må man tenke litt på årstiden og temperaturen.
Melk er greit så lenge det er kjøleskapstemperatur ute.
Ublandet saft er alltid greit. Vann har vi.
Rett i koppen kakao eller tilsvarende er også godt.
Juice er også veldig greit.

Dette er bare forslag. Vær kreativ og prøv deg frem og del gode oppskrifter med oss.