

Mat ute

Mål



1. Deltakerne skal lære grunnleggende regler, med vekt på sikkerhet, i forbindelse med å lage mat på bål.
2. Deltakerne skal oppleve gleden ved å forberede og tilberede mat på bål, og gleden ved å spise egenlagd mat ute.

Aktiviteter og oppgaver

Huskeregler for bålbrekking.

1. Er det lov å tenne opp bål her og nå?
Generelt forbud mot bålbrekking 15.4. – 15.9. i og i nærheten av skogsmark. Kan være unntak for tilrettelagte bålplasser og bruk av grill eller bålpanne. Hvis ikke, må en innhente tillatelse.
2. Er det tilrådelig å tenne opp bål her og nå?
Sjøl om det er tillatt å tenne bål, må en alltid vurdere konkret om det er tilrådelig å tenne bål – hvor tørt er det, hvordan er vindstyrke og –retning?
3. Hvis det både er tillatt og tilrådelig å tenne bål, kan en gå i gang med lage bål.
 - Bålplass; steinring. Ikke tenne opp på bart fjell – det sprekker opp og gir stygge sår
 - Finne ved – never og tørre fliser eller tynne, tørre kvister fra gran til opptenning
4. Ha vann (bøtte) i nærheten.
5. Opptre rolig rundt bålet – ikke dytting eller småslåsing.

Grill eller bålpanne kan normalt brukes også i tida med forbud mot bålbrekking, men en må likefull vurdere om det er tilrådelig, ha vann tilgjengelig og opptre rolig.

Bål eller grill gir uendelige muligheter for å lage mat ute. Her kan mat grilles, vann kan kokes til te og annen varm drikke, suppe kokes, lapper steikes – og popkorn poppes.

Se bl.a. "Barn i friluft" og "lek og lær" for flere tips og oppskrifter.

Hvis en har mulighet til det, gir matlaging ute en fin fellesskapsfølelse fordi de fordrer arbeidsdeling og samarbeid, og det er en viktig friluftslivskompetanse. Det kan gjerne være en matgruppe hver av dagene som forbereder formiddagsmaten. Under langturen eller ekspedisjonen, jf 2.4. ligger det særlig godt til rette for felles matlaging ute.

Så langt det er praktisk mulig bør en legge opp til variert lunsj der en følger Helsedirektoratets kostholdsrad for skolen.