



Kretsbannerkonkurransen 2014

Gåshølen

Lørdag 26. – søndag 27. april



ALLTID BEREDT

Forhåndsinformasjon matlagingsoppgave:

Alle patruljene skal ta med:

Utstyr:

Stormkjøkken m/gassbrenner og 2 kjeler
og stekepanne
Fyrstikker
Skjærefjæl
Kniv (speiderkniv er ok)
Kjøkkenredskap, sleiv og stekespade
(vurderes av hver patrulje)
Spisestell, kniv, skje og gaffel
Tørkerull (?)

Mat: (ca 4 porsjoner)

- 400 gr. røkt kjøttpølse
- 3 poteter
- 1 løk
- 3 gulrøtter
- 1 paprika (frivillig)
- krydder (salt, pepper)
- smør
- Ioffeskiver 4-5 stk (en pr. person)
- 2 egg
- 2,5 dl melk
- Sukker
- stekesmør
- Kardemomme
- Kanel
- Syltetøy
- Rømme (frivillig)

PS! Er dere en stor patrulje – over 4-5 deltakere – bør dere ta med **flere stormkjøkken**.
Da må også mengde **matvarer økes** og tas med slik at det blir mat til alle.

Patruljen skal kunne vise at de klarer å gjennomføre et ernæringsriktig, trivelig og delikat middagsmåltid.

Patruljene skal selv planlegge rettene i middagsmåltidet og ta med seg det de trenger til gjennomføring av oppgaven.

Kjøkkenutstyr tilpasses rettene som skal tilberedes. En porsjon av rett nr. en og en porsjon av rett nr. to skal presenteres visuelt for dommeren på en speidertallerken eller annet egnet turutstyr. Dommeren skal ikke spise eller smake på maten.

Maten vil poengsettes som følger:

- Rett 1 lages fra bunnen av på leirområdet i tidsrommet for oppgaven.
- Rett 2 laget fra bunnen av på leirområdet i tidsrommet for oppgaven.
- Hovedrettens ernæringsmessige kvalitet (Helsedirektoratet, tallerkenmodellen).
- At alle jobber med måltidsgjennomføringen.
- Alle i patruljen sitter samlet og spiser i minst 20 minutter.
- Presentasjon av maten i henhold til instruksene ovenfor.
- Oppvaskvannet er varmt og rent.
- Alt er ryddet opp etter måltidet innenfor tidsrommet av oppgaven.