



Velkommen til en annerledes «Tiurleik» 2021, 29. -30. mai 2021.

TØRKING AV MAT

Patruljen skal lære å tørke maten som de skal ha med seg på Tiurleiken, dette vil inngå som en del av konkurransen (Poeng).

Mål: Dere skal lage deres egn «real turmat» som blir middagen deres på Tiurleiken. Planlegg en god middag som skal forberedes før patruljehaiken. Husk å ta hensyn til allergier og dietter.

Basis: kjøtt, fisk, grønnsaker og krydder—det dere ønsker

Utstyr: Normal kjøkkenutstyr, Varmluftsovn eller tørkemaskin.

Tid: Ferdig til Tiurleiken

Hoved kriterier for poeng: svar på spørsmålene, og tilleggsspørsmål som kommer på Tiurleiken. Deres egen bedømming av smak 😊

Spørsmål til patruljen:

- Hva kan lufttørkes?
- Er det spesielle hensyn dere må ta ved tørking av mat?
- Blir maten næringsfattig når den tørkes?
- Vet dere hva som er den viktigste førstehjelpen på tur?

Eksempel på middag til 1 person:

- 30 g tørket kjøttdeig
- 20 g tørket grønnsaker (f.eks løk, gulrot og sopp)
- 30 g fra en pose med spicy tomatsuppe
- 50 g fra en pose potetmos med melk

Da er det bare å tilsette vann, blande sammen, la ingrediensene ligge i vannet en stund, kok opp og spis.

Dette er bare et eksempel, finn gode tips og oppskrifter på nettet om tørking av mat.

Speiderhilsen

Tiurleik komiteen 2021

Kontaktperson:
Espen Garder

mobil: 91647231 etter kl. 17:00

e-gard@online.no