

KRETSBANNER 2022

Matoppgave (frokost Søndag)

- Alle skal lage seg frokost, og spise denne.
- Hver speider skal også lage en matpakke til lunsj.
- Patruljene må ha med alle ingredienser til matoppgave og niste. De må også ta med alt utstyret som er listet opp.

Frokosten består av å koke seg havregrynsgrøt med topping av mandler, eplebiter, rosiner, sukker og/eller karamellsaus. Havregrøten er til frokost på søndagsmorgen. Det er viktig at alle får seg en god frokost for å få nok energi til alle speideraktivitetene utover dagen.

Patruljene skal også lage en matpakke til hvert patrulje-medlem, med ønsket pålegg. Matpakken er til lunsj under rundløypen.

OPPSKRIFTEN ER FOR 1 SPEIDER, PATRULJENE MÅ SELV REGNE UT HVOR MYE DE MÅ HA MED.



Slik gjør du:

Kok opp havregryn i vann. Skru ned til medium varme når grøten koker og la den småkoke til du når ønsket konsistens, omtrent 7-8 minutter. Smak til med salt.

Stek mandlene i en tørr stekepanne på medium varme til de er helt sprø og har fått en gylden farge. Avkjøl noe og grovhakk dem. Skjær eplet i små biter.

Anrett varm grøt i dype tallerkener og server med karamellsaus, eple og hakkede mandler, rosiner og sukker på toppen.

Bedømmings-informasjon.

Dommerne vil ha fokus på. patruljedrift, hygiene, orden under oppgaven, presentasjon av maten, oppvask og rydding av patruljeområdet

GRØT. (1 porsjon må ganges med antall i patrulja(*))

| | * | = | |
|----------|---|---|-----------------|
| 1,5 dl | | | havregryn,store |
| 3 dl | | | Vann |
| Smak til | | | Salt |

KARAMELLSAUS.

-1 stk ferdig saus på flaske

TOPPING.

| | * | = | |
|----------|---|---|-------------------|
| 40g | | | mandel |
| 1/2 | | | eple |
| Smak til | | | Sukker og rosiner |

litt stekesmør dersom dere trenger det til steking av mandler

MATPAKKE:

- brød (ferdig oppskjært for de som ønsker det)
- smør
- valgfrie pålegg som patrulje medlemmene vil ha på.
- mellomleggspapir
- brødpose

UTSTYR:

- inntil 2 stk stormkjøkken/primus med gass
- En stor kjele til grøten hvis pantruljen ønsker det
- vandunk med 5-10 ltr med vann (mere vann kan hentes i sekretariatet)
- oppvask utstyr til oppvask
- 2 stk oppvaskbaljer
- 2 stk skjærefjøl
- 3 stk kuttekniver
- 1 stk sleiv
- 1 stk teskje
- 2 stk smørkniv
- 1 stk vaskefat til håndhygiene
- tørkepapir
- håndsåpe
- 2 stk søppelposer til sortering av søppel