

MÅLSETTING:

- Kunne montere en gassbrenner
- Kjenne til sikkerhetsregler for bruk av gass
- Kunne tilberede et måltid på en gassbrenner
- Kjenne til hygieneregler under matlaging og oppvask

UTSTYR:

Gassbrenner, gassflaske, fyrstikker, kjele(r), stekepanne, skjærefjølør, kniver, ingredienser til matrett, oppvaskbaljer, oppvaskkost, oppvaskmiddel, oppvaskhansker, kjøkkenhåndkle. Speiderne tar med selv tallerken, kopp og bestikk og en flaske med drikke.

ANDAKT:

Jesus metter 5000 (Johannes 6, 1-15)

<https://kmspeider.no/aktiviteter/andakt-jesus-metter-fem-tusen-article5124-871.html>

INSTRUKSJON I BRUK AV GASSBRENNER OG SIKKERHETSREGLER

1. Monter gruppens gassbrenner, eller det utstyret dere bruker til å lage mat på leir.
2. Inspeksjon av slange og kobling for synlige skader.
3. Når du skal tenne: Åpne ventilen på koblingen til gassflasken, tenn på fyrstikken og hold den over gassblusset, åpne regulatoren på gassbrenneren.
4. Når du skal slukke: Steng regulatoren på gassbrenneren.
5. Steng ventilen på koblingen til gassflasken, og koble denne fra når dere er ferdig med matlagingen.

GASSVETTREGLENE:

1. Les og følg bruksanvisningen på gassutstyret.
2. Sjekk for gasslekkasjer, spesielt slanger og koblinger.
3. Bruk kun anerkjent utstyr.
4. Ikke utsett flasken for kraftig varme.
5. Flasken skal brukes og oppbevares stående.
6. Ha alltid komfyren/gassapparatet under oppsyn.
7. Hvis flammen kommer ut av kontroll, steng ventilen på flasken, eller legg en gryte over flammen for å kvele den.
8. Etter bruk kobles regulatoren fra flasken.
9. Ha alltid nok gass, eventuelt en reserveflaske.

OPPSKRIFT PØLSESNAÐDER

(4 personer)

2 kjøttpølser
4 poteter
1 løk
2-4 ss margarin
grillkrydder

Kok opp vann i en kjele mens ingrediensene hakkes opp. Vask potetene og skjær dem i båter eller skiver. Kok potetene i vann i ca 5 minutter. Fjern skinnet på pølsene og skjær dem i skiver eller terninger. Skrell løken og finhakk den.

Start med å steke løken til den blir gylden. Stek deretter potetbåtene/skivene og krydre dem med grillkrydder. Stek til slutt pølsene.

Serveres rett fra pannen.



TILBEREDE ET MÅLTID PÅ GASSBRENNEREN

Når man skal lage et måltid er det viktig med god arbeidsfordeling. Noen hakker opp grønnsaker. Andre klargjør gassbrenneren og koker/steker ingrediensene etter hvert som de blir ferdige. Det er viktig med god hygiene under matlagingen (se hygieneregler).

Når maten er servert, setter man på en kjele med vann til oppvasken, slik at vannet er varmt når måltidet er over.

OPPVASK

Det er lurt å forvaske tallerkener, kjeler og stekepanne ved å skylle dem i (kaldt) vann, eller tørke av matrestene med et kjøkkenpapir.

Det er viktig å vaske opp i varmt vann. Bruk én balje til varmt såpevann og én til skyllevann. Ved å bruke oppvaskhansker tåler man enda varmere vann. Etter å ha vasket i såpevann, legges oppvasken i skyllevannet før det til slutt tørkes.

HYGIENEREGLER

1. Vask alltid hendene i varmt vann før du skal lage mat
2. Hold kjøtt/fisk og grønnsaker atskilt under tilberedningen. Bruk egne skjærefjoler og kniver til kjøtt/fisk og grønnsaker.
3. Kast matavfall underveis under matlagingen.
4. Sørg for tilstrekkelig varme under matlagingen. Dvs at maten blir ordentlig gjennomstekt.
5. Til oppvask: Skyll/tørk av matrester før selve oppvasken. Bruk varmt vann under oppvasken. Skift ut vannet hvis det blir skittent eller kaldt.
6. Tørk av bord og benker etter måltidet.

