

Matoppgave

Oppgavebeskrivelse

Tid og sted:

Lørdag kl. 11:00-15:00

Posten gjennomføres på patruljeområdet. Det skal etableres en gapahuk som gjør patruljen har det bekvem når maten tilberedes.

Gjennomføring:

I denne oppgaven skal patruljen vise at de kan tilberede et ernæringsmessig riktig og mettende turmåltid, og ha en koselig middag sammen, samt rydde opp. Med ernæringsmessig riktig mener vi at hovedretten skal inneholde

1/3 grønnsaker, 1/3 poteter, ris, pasta e.l. og 1/3 kjøtt, fisk eller belgfrukter.

Dere kan gå ut fra at dere har god tilgang til friskt vann på turen.

Patruljene skal selv ha planlagt et 2-retters måltid med hovedrett, samt forrett eller dessert.

Ingredienser skal være bestilt på forhånd. De som ikke har gjort det får utdelt ingredienser og får ikke velge selv. Utstyr til matlagingen skal patruljene ha tatt med seg selv.

Tid patruljen har til rådighet:

11:00-15:00

Utstyr:

Gass, og kvistbrenner er tillatt. Max størrelse pr. gassboks er 500 gram. Det er tillatt med inntil 2 brennere pr. patrulje.

Patruljen skal medbringe kjøkkenutstyr tilpasset rettene som skal tilberedes. Hver patrulje skal ha synlig brannteppe og brannbøtte. Brannbøtta skal inneholde minst 7 liter vann.

Mindre enn 7 liter vann i bøtten vil gi poengtrekk. Det skal også være en egen bøtte for utslagsvann på patruljeområdet under hele oppgaven.

Bedømming:

Når patruljen er klar til å spise eller maten er ferdig, må dommerne tilkalles (Stig Even eller Tore). En porsjon av hver rett skal presenteres visuelt for dommerne på en speidertallerken eller annet egnet turutstyr. *Dommerne skal ikke spise eller smake på maten, kun ta bilde av rettene.*

Hovedretten skal være varm. Speiderne skal også vite hvilke deler av hovedretten som inneholder karbohydrater, proteiner og fett. Ett av patruljemedlemmene, gjerne

patruljefører, forteller dette til dommer når retten presenteres. Patruljen skal sitte sammen og spise. Etter at middagen er spist skal det vaskes opp og patruljeområdet skal ryddes og være pent innenfor oppgavens slutt. Speidere skal ikke forlate patruljeområdet under oppgaven uten tillatelse fra dommer. Dersom noen må på toalettet eller må hente mer vann er dette fullt lovlig, men det skal meldes fra til en dommer med patruljenavn, patruljenummer og navn på person som forlater området.

Et dommerpar vil sirkulere mellom de patruljene de har fått tildelt ansvar for og fortløpende vurdere det arbeidet som blir gjort. Dommerne skal raskt komme når en i patruljen gjør dommerne oppmerksom på at de har en eller flere retter klare for fotografering. Det vil med andre ord være tillatt å be dommere komme flere ganger for å fotografere om det passer bedre inn i tidsdisposisjonen for å få spist varm mat.

Hvis en patrulje blir ferdig før tiden kan de om de ønsker varsle dommer om dette, men de må bli på patruljeområdet til oppgaven er ferdig. Peff eller ass må uansett bli igjen på patruljeområdet til dommerskjema er signert. Signering bekrefter at man har fått vite poengene dommerne har gitt

Patruljen skal velge 7 av ingrediensene, og det skal ikke koste mer enn 150 penger.

Hver ingrediens kan kun velges én gang.

I tillegg får patruljen 1 dl havregryn per person. (Mengden er oppgitt for 4 personer, men tilpasses antall medlemmer i patruljen. Dere trenger ikke gjøre om prisen ut fra antall i patruljen)

	Ingrediens	Pris	Mengde pr 4 personer
	Kikerter	20 penger	2 bokser
	Tørre røde linser	15 penger	200 g
	Vilti kjøttboller	55 penger	1 boks
	Fiskeboller	25 penger	1 boks
	Grillpølser	55 penger	1 pk
	Ris	5 penger	4 dl
	Couscous	15 penger	4 dl
	Pastaskruer	15 penger	400 g
	Nudler	30 penger	500 g
	Potet	40 penger	6 stk
	Loff	10 penger	1 stk
	Gulrot	5 penger	4 stk
	Brokkoli	15 penger	1 stk
	Hjertesalat	10 penger	1 stk
	Grønnsaksblanding wok	35 penger	300 g
	Grønnsaksblanding råkost	25 penger	250 g
	Fersk basilikum	30 penger	1 potte

	Ingrediens	Pris	Mengde pr 4 personer
	Potetgull	15 penger	40 g
	Rømme	20 penger	1 boks
	Kokosmelk	15 penger	1 boks
	Egg	10 penger	4 stk
	Bringebærsyltetøy	30 penger	1 flaske
	Kokesjokolade	10 penger	100 g
	Puffet ris	5 penger	4 dl
	Hasselnøtter	10 penger	50 g
	Rosiner	5 penger	25 g
	Eple	15 penger	2 stk
	Vannmelon	25 penger	½ stk

Havørn

Pastaskruer	15 penger
Hjertesalat	10 penger
Gulrot	5 penger
Brokkoli	15 penger
Rømme	20 penger
Eple	15 penger
Vilti kjøttboller	55 penger
Loff	10 penger
Ris	5 penger
Grønnsaksblanding(WOK)	35 penger
Nudler	30 penger

Her er det fire ting for mye (max 7) – samt summen ble 215 penger, må justeres ned med 65 penger.

Ulv

Vannmelon	25 penger
Epler	15 penger
Grillpølser	55 penger
Pastaskruer	15 penger
Gulrot	5 penger
Couscous	15 penger
Rømme	20 penger

Ulv har klart denne oppgaven bra. Nøyaktig 150 penger. Samt 7 ingredienser!