

LAGA MAT ELLER BAKA UTE

Recept för utematlagning

Även en enkel måltid kan bli delikatessmiddag i naturen – och det mesta kan ni förbereda hemma. Grilla korv, värma soppa eller göra varma mackor över öppen eld är tre enkla maträtter man kan tillaga i naturen.

En annan variant är att köpa ett vanligt pizzakit. På plats vid elden penslar du den färdiga degen med smör och strör över socker och kanel. Rulla ihop och skär i en centimeters skivor. Ned med bullarna i en oljig stekpanna, lägg lock på för att skapa ugnseffekt. Fem minuter på varje sida räcker. Sen njut av färdiga kanelbullar!

Krabbelurer

Ingredienser cirka 15 stycken
Tillagas på friluftskök eller på en stekpanna över öppen eld

1 dl strösocker	1 krm salt
4,5 dl vetemjöl	2 ägg
2 tsk bakpulver	1,5 dl mjölk
2 tsk vaniljsocker	+ smör till stekning

Tillagning

1. Blanda strösocker, vetemjöl, bakpulver, vaniljsocker och salt i en bunke
2. Tillsätt ägg och mjölk, rör till en smet
3. Häll i en flaska, låt stå eller gör smeten samma dag
4. Stek 2-3 min på varje sida

Pinnbröd

Ingredienser cirka 10 stycken
Tillagas över öppen eld

2 1/2 dl vetemjöl
1 tsk bakpulver
1/2 tsk salt
1 dl vatten

Tillagning

1. Blanda mjöl, salt och bakpulver
2. Tillsätt vattnet
3. Dela degen i 10 lika stora delar
4. Rulla degklumparna till en smal längd och snurra runt en pinne
5. Snurra brödet över glöd



FRILUFTS
FRÄMJANDET

