

Utomhusmatlagning

Låt en liten grupp i taget ta ansvar för eldning och matlagning

Det är roligt och utvecklande att få vara med och ta ansvar – anpassat efter ålder och förmåga. Även yngre barn klarar en del moment som ska göras. Låt en liten grupp i taget få vara med en vuxen och efter förmåga få ta ansvar för eldning och matlagning, medan övriga barn/elever pysslar med annat. Om ni till exempel ska baka bröd eller göra toast så är det förstås roligt om alla kan få baka ut sin egen brödkaka eller göra iordning sin toast.

Det tar tid att laga mat ute

Kom ihåg att det tar tid att laga mat ute! Barnen behöver gott om tid om de ska göra iordning deg eller skära ingredienser och att laga mat över eld kräver tålmod. Beräkna 60-90 minuter för tillagning av ett mellanmål. Om ni inte har så mycket tid ute, så går det naturligtvis att förbereda inomhus innan man går ut genom att till exempel göra klart degen eller skära grönsakerna.

Förvaring av matvaror

Packa matvarorna i stora lådor med lock, så klarar det sig bättre en dag med fuktigt väder. Förvara kylvaror i kylväska med kylklamp den varmare årstiden.

Hygien

Tvätta händerna före matlagning och måltid – viktigt att ha rena händer när man handskas med mat. Skapa möjlighet att tvätta händerna genom vattendunk, tvål och handduk eller, som nödlösning, våtservetter eller handsprit. Kom ihåg att våtservetter är gjorda av plast och inte alls bryts ner i naturen lika lätt som t.ex. hushållspapper. Allt skräp ska naturligtvis tas med hem.

Ta med **vaxdukar** att ställa matingredienserna och den färdiga maten på. De blir skydd mot smuts på bord, bänkar eller marken. Om det inte finns bord eller bänkar att ställa ingredienser och mat på, så gör en vaxduk på marken (som plats för matvarorna eller mat) att barnen inte trampar runt bland sakerna. Duken markerar att man ska hålla sig utanför den.

Ta med **uppläggningsfat** om det behövs.

Praktiska saker i utomhusköket

Det finns fiffiga fodral med upphängning för att hålla **hushållspapper/toapapper** torrt, men en vanlig plastpåse går förstås också bra.

Ta med stora plastlådor/plastkassar att lägga **disken** i.

Ta med möjligheter till **källsortering** t.ex. hinkar för de olika fraktionerna. Här kan alla lära sig hur man sorterar de olika ”skräpmaterialen”.



Att äta med

Det är inte bra att ha varm mat eller dryck i plast, eftersom kemikalier från plasten kan frigöras i maten. Som alternativ till kåsar/tallrikar/muggar/bestick gjorda av plast finns saker tillverkade av t.ex. metall om man letar lite. Hör av er till oss på naturskolan om ni vill ha tips – vi letar ständigt efter bra alternativ!

Om ni har kall mat eller dryck går det bra med plast.





ÖREBRO

NATURSKOLAN TIPSAR



ÖREBRO
NATURSKOLA

Eldning

Säkerhet vid eldning

- **Elda mycket tillsammans med barn**, så att de lär sig att hantera eld klokt! Eld är fascinerande och det är annars stor risk att barnen provar att elda på egen hand utan kunskap.
- Är man **lugn vid elden** så blir elden lugn. Vild eld vill vi inte ha!
Inget bus vid elden, avbryt eldningen ifall man känner oro. Ha en **tydlig gräns** mellan spring- och lek-område och platsen där ni eldar.
- Ha eldar och deltagare under **uppsikt**. De ska alltid vara en vuxen vid elden när barn är närvarande
- Informera att **rök är hälsovådligt**. Undvik att stå i röken. Använd endast torr ved och undvik så långt möjligt blöta pinnar, kottar, mossa och annat rökskapande material
- Informera om, och var observant på **ömtåliga och brandfarliga kläder**
- Ha ett **stadigt och säkert underlag** för eld, eldfat, eldkorg, gryta och murikka
- Ha alltid en **brandfilt** i beredskap när ni eldar. Om en person fattar eld: Lägg personen snabbt ned på marken och täck med brandfilten från huvudet och ned mot fötterna. Träna innan på detta!
- Ha alltid **vatten** tillgängligt ifall elden skulle sprida sig och för att släcka med innan ni går därifrån. Håll på riktigt med vatten – och ännu mer, så att det inte finns glöd kvar som senare kan blossa upp!

Eldstad, eldteknik och ved

- **Kontrollera först om det är tillåtet att elda!** Aktuell brandriskprognos får du hos SOS Alarms telefonsvarare 019-189905 eller genom att ladda ner MSB:s mobilapp BRANDRISK ute.
- Elda i en **säker eldstad eller ett eldfat** (köpt eller t.ex. en långpanna, som du ställer på några stadiga stenar, så att det blir luft emellan och marken inte skadas). Elda aldrig på en berghäll (kan ge oläskbara sprickskador) eller på ett lättantändligt underlag!
- **Elden behöver bränsle, syre och värme** för att kunna brinna. För att släcka elden tar man bort något av detta t.ex. kyler eller kväver. En pedagogisk bild för detta är eldtriangeln på bilden till höger.
- Tänd med **tändstickor eller eldstål** (bomull är bra för att fånga upp gnistorna från eldstålet). OBS! Använd ingen typ av tändvätskor. Det kan bli farligt.
- **Mata elden som en bäbis**: först små bitar sedan större och större. Lägg några större vedträn i botten som ett **torrt underlag** och på det **tändmaterialet** t.ex. bomull, små träflisor, näver och eventuellt ett tändblock eller en stump stearinljus. Bygg upp en **pagodelld eller pyramideld** av vedträn runt tändmaterialet, så att veden kan värmas upp och ta eld. Pagodelld kräver mer ved och ger snabbt glöd. Pyramideld kräver inte lika mycket ved.



Tändmaterial



Träflisor gör du genom att tälja smala spån från ett vedträ med hjälp av en kniv.

Pagodelld



Pyramideld





ÖREBRO

NATURSKOLAN TIPSAR



ÖREBRO
NATURSKOLA

Lägg även **späntad ved** (smalare vedstickor) i och över tändmaterialet. Dessa tar eld före de tjockare vedträna. Veden måste bli cirka 200 grader varm innan den tar eld, så det gäller att tändmaterialet brinner så länge att de större vedträna tar eld.

Spänta stickor genom att t.ex. ställa ett vedträ på högkant, hålla i kniven med ena handen och sätta kniveggen i övre änden på vedträet och sedan slå på den utstickande delen av kniven med ett annat vedträ.



Material

Ved, tändmaterial, tändstickor/eldstål, kniv, brandfilt m.m. som behövs för att göra upp eld

Tjocka arbetshandskar (typ svetshandskar) att ha när ni hanterar stekhäll, stekpannor och andra varma saker

Matingredienser i stor plastlåda med lock

Kylväska och kylklamp till kylvarorna den varmare årstiden

Bunkar, slevar, måttsats, knivar, skärbrädor m.m. som behövs vid tillagningen

Stekhäll/kastrull/plättlagg/annat som behövs för att tillaga maten

Eventuellt uppläggningsfat

Kåsar/muggar/tallrikar/bestick att äta med

Vatten till matlagning, dryck och för att släcka elden

Vatten, tvål och eventuellt handduk (nödalternativ: våtservetter/handsprit) att tvätta händerna med

Vaxdukar att ställa matredienser och mat på

Stor plastlåda/plastsäck att samla disken i

Hushållspapper i vattentät förpackning/hållare

Hinkar/annat för källsortering av sopor

Sittunderlag