**Oppgavebeskrivelse - oppgave mat**

**To-retters lunsj m/baking på stormkjøkken**

**Tid til disposisjon**

2,5 timer. Fra kl. 11:00 - 13:30.

**Utstyr/materiell til utdeling**

Ikke noe til utdeling. Patruljene skal stille med alt selv.

Kjølevarer må være hentet før startsignalet går.

**Utstyr/materiell som må tas med**

Alle ingredienser

Alt nødvendig og fornuftig utstyr til matlagingen.

Hver patrulje skal ha synlig førstehjelpsutstyr, brannteppe og brannbøtte.

Oppskrifter og lignende skal være med på papir (gjerne i en plastlomme tilfelle regn)

**Tillatte hjelpemidler**Vanlig kjøkkenutstyr for en patruljetur. Utstyr for varme er gass. Maksimal størrelse på gassbeholder er 500 gr. Grill, bål og bruk av rødsprit, multifuel og parafinbrenner er **ikke** tillatt. Det skal brukes standard stormkjøkken (trangia etc). Ekstrautstyr til stormkjøkkenet som for eksempel omnia eller lignende skal **ikke** brukes for tilberedningen av maten.

Maksimalt antall stormkjøkken per patrulje:

| Antall patruljemedlemmer | Maksimalt antall |
| --- | --- |
| 3-4 | 2 |
| 5-6 | 3 |
| 7-8 | 4 |

Bord og stoler/benker er ikke tillatt. Digitale hjelpemidler kan brukes for tidtaking.

**Hva oppgaven går ut på**I denne oppgaven skal man vise at patruljen kan tilberede et måltid på haik, og hvordan man kan bruke stormkjøkken til baking. Måltidet skal være egnet for å spises på haiken i en leiruke på sommeren. Det skal gjennomføres som et felles måltid i patruljen.

Patruljene skal lage en to-retters lunsj. I tillegg til en varm hovedrett, skal det serveres enten en forrett eller en dessert. Begge retter skal inneholde minst én ingrediens som er varmebehandlet. Et element i tilberedningen skal være en form for baking på stormkjøkkenet. Det vil gis graderte poeng etter vanskelighetsgraden på baketeknikken. Med baking menes at man bruker såkalt tørr varme, i motsetning til koking eller steking. Typisk brukes baking for å lage brød, kaker, kringler/boller, terter og kjeks. I tillegg kommer retter som bakt potet, bakte epler og bakte grønnsaker (kilde: wikipedia). Tortillalefser og lomper (kjøpt ferdig) kan regnes som enkel baking, med lav poengsum. Pannekaker regnes ikke som baking.

Gruppene må selv sørge for oppbevaring av kjølevarer. Disse kan oppbevares felles, og

ledere vil ha anledning til å dele ut dette til patruljene før oppgaven starter.

Det legges vekt på tilberedning og fornuftige ingredienser. Håndtering av matvarer, hygiene

og opprydding/vask inngår i oppgaven.

Dommerne skal få presentert menyen når oppgaven starter.

Om noen i patruljen har allergier må patruljen selv ordne med erstatningsprodukter, så alle får i seg lunsj.

**Beskrivelse og bedømmingskriterier:**

● Det vil bli vektlagt om ingrediensene er fornuftige og om hovedretten består av ⅓

grønnsaker, ⅓ ris, potet, pasta eller andre karbohydrater og ⅓ kjøtt, fisk eller

belgfrukt.

● Minst et element i måltidet er tilberedt som baking på stormkjøkken

● Vanskelighetsgraden på bakingen

● Nødvendig og fornuftig utstyr

● Håndtering av matvarer, hygiene og oppvask og rydding

● Om hovedretten er varm

● Presentasjon av matrettene

● Patruljen har planlagt og fordelt arbeidet godt

● Patruljen sitter samlet under hele måltidet, og har matro til alle er ferdig med å spise

**Tips og triks**

Disponer tiden godt, husk at rydding og oppvask er en del av oppgaven. Ta dere tid til å nyte maten, spis uten å stresse. Vi vil at alle lykkes med matlagingen. Velg retter som patruljen din mestrer å lage. Står dere fast og ikke kommer videre, ta kontakt med en dommer som vil hjelpe dere videre. Det vil gi poengtrekk ved hjelp av større art.

Antall poeng som blir trukket skal avtales før patruljen sier ja til hjelpen.

**Oppgaveinnlevering**

Patruljen kan enten forberede og presentere begge retter samlet eller presentere rettene

hver for seg. Patruljen kan derfor enten tilkalle dommer når en av rettene er ferdig, eller når

alt er klart. Patruljen skal vise fram én tallerken av hver rett til dommeren. Dommerne skal ikke spise eller smake på maten, kun ta bilde av rettene. Hovedretten skal være varm.

Ett av patruljemedlemmene presenterer rettene, i tillegg til å vise det som er tilberedt.

I samme presentasjon skal det redegjøres for hva som er hovedingredienser rettene består av og hvordan det er ernæringsmessig sammensatt. De skal også forklare hvordan de har utført bakingen.