

Pakkeliste til kanotur (1 uge)

Tøj pr. person

Haves	Pakket	Ting at medbringe
		1 par gåsko (kondi sko)
		1 badesandaler/tøfler (som det bør være muligt at have sokker i)
		4 par sokker
		4 T-shirts
		4 par underbukser
		1 par lange bukser (gerne bløde sportsbukser)
		1 par shorts
		1 sweater/flis
		1 vindtæt og regntæt jakke
		1 par regnnukser
		Evt. Hat/kasket

Hygiejne pr. person

Haves	Pakket	Ting at medbringe
		Toiletting (tandbørste, tandpasta, tandstikker, pincet til tæger, deo, barbering)
		Håndsprit
		Håndklæde
		Evt. tampax
		Evt. vitaminpiller

Sove pr. person

Haves	Pakket	Ting at medbringe
		Sovepose samt evt. oppustelig hovedpude
		Liggeunderlag (minimum selvoppusteligt er at foretrække)
		Evt. pumpe til oppusteligt underlag

Praktisk pr. person

Haves	Pakket	Ting at medbringe
		Tallerken (flad og dyb)
		Krus i plastik (ikke engangskrus), skal kunne tåle varme drikke
		Bestik (ske, kniv, gaffel)
		Feltflaske
		Lommelygte
		Dolk/lommekniv
		Handsker til landstransporter og evt. roning (fx cykelhandsker)
		Lille skumsidepude til i kano og rundt om bålet (som til haven)
		Evt. solbriller

Fælles – Mad (se også madliste)

Haves	Pakket	Ting at medbringe
		Vanddunk til stor vandration (min. 10 liter), regn med 2-3 liter pr. pers. pr. dag
		Feltkøkken til sprit eller gas (samt brændsel – min. 2 liter sprit pr. uge)
		Lille køletaske til kød/bacon/pølser mm.
		Mindre skærebræt
		Gryde/røreske
		Evt. piskeris
		Evt. dåseåbner
		Evt. kartoffelskræller
		Lang grilltang (eller brug gaffel)
		Grillrist (væsentligt forbedrer mulighederne for at lave mad på bål)

		1 rulle stanniol
		4 stk. skuresvampe til rengøring af køkkengrej
		Opvaskemiddel
		Viskestykke

Fælles – Sove og bål

Haves	Pakket	Ting at medbringe
		Telt (eller bioak)
		Bioakgrej = Reb, barduner, elastikker med kroge, teltpløkke, presenning(er)
		Reb til tørresnor, kano-sammenbinding, fortøjning, presning opsætning
		Håndøkse
		Evt. foldesav
		Spade/skovl (bl.a. til toilet) – udleveres ofte af kanoudelejlningen
		Evt. Arbejdstang/multiretskab (eller schweizerkniv)
		Tændstikker, lighter eller tændstål (pakket tørt ind, og gerne i to forskellige)
		ZIP tændblokke (eller andet hvis du ønsker en nem start)

Fælles – Praktisk, underholdning og sanitet

Haves	Pakket	Ting at medbringe
		Toiletpapir (1 rulle pr. person pr. uge)
		Sorte affaldssække (også til at pakke ting ind i ved regn, side på, affald mm.)
		Ziplock poser eller frostposer (fx til mad, tørre fødder mm.)
		Kikkert (ikke kun til dyreliv, men også til at læse kort og horisonten)
		Kamera
		Mobiltelefon
		Evt. powerbank eller solcellelader
		Evt. musik eller radio
		Evt. solcreme og evt. aftersun
		Evt. ur med vækkefunktion
		Førstehjælpstaske (som abs. minimum plaster)
		Myggemiddel
		Vådservietter
		Spillekort og evt. anden underholdning
		Papir og Blyant
		Landkort (købes ofte hvor kano lejes, men skal tjekkes)

Evt. fiskning

Haves	Pakket	Ting at medbringe
		Fiskestang og hjul (husk tang)
		Fiskeagn, små kroge (oftest brugt i Sverige), blink, flod, wobler osv.
		Krebserose

Ting at læse op på inden afrejse:

- Farlige dyr i området (fx hugorme)
- Hvordan man vender en kano i vandet
- Opskrifter der er brug for (til fx snobrød eller pandekager)
- Kontaktoplysninger på kanoudejlning
- Sikre at man har et rigtig godt og detaljeret kort over området

Ideer til events på kanoturen:

Mini fadølsanker, tapas, græsk aften, friske pandekager med flødeskum, varm kakao med flødeskum på dåse, pandekager, riste skumfiduser, sildebord med snaps, vandmelon med vodka.

Mad til 2 personer i 7-9 dage

Aftensmad

Frikadeller:

- 1 pose store frikadeller (fryses ned så det holder længere)
- 1 x lille bøtte kartoffelsalat (eller friske kartofler med blanding i form af fx pulver)
- Lidt agurk og gulerod

Spagetti med kødsovs (nok til to dage, eller til frokost dagen efter):

- 1 x Pasta
- 3 Gulerødder (købt i forbindelse med frokost)
- 1 x 4-500 gram hakkekød (fryses ned så det holder længere)
- 2 x Dåsetomat (gerne med smag af fx chili eller basilikum)
- 1 x Tomatpure
- 2 x Hvidløg (samlet 1 helt hvidløg for alle retter)
- 2 x Løg (købt i forbindelse med frokost)

Snobrøds-hotdogs:

- 50 gram Tørgær (eller normal gær)
- ½ x Sødmælk eller Naturel Soja-mælk
- 1 x 500 g Hvedemel (eller mindre)
- 1 pose Pølser (fryses ned så det holder længere)
- 1 x frisk Ananas der kan skriveskæres til grill (gerne med noget chili marinade)
- Ketchup og Syltetøj (skrevet andet sted)

Indianergryde:

- 2 stk. Kartoffler
- 2 stk. Gulerødder (købt i forbindelse med frokost)
- 1 x Dåsetomat
- 2 x Løg (købt i forbindelse med frokost)
- 1 x Champignon (i glas med lage)
- 3 x Hvidløg (samlet 1 helt hvidløg for alle retter)
- 3 x Dåsepølser
- 2 x Oksebouillon

Tungryde (nok til to dage, eller til frokost dagen efter):

- Pasta (rest fra "spagetti" pakke)
- 2 x Tun på dåse (i vand)
- 2 x Dåsetomat
- 1 x Frisk pensile

Tomatsuppe (country style):

- 2 x Dåsetomat (hakket) og gerne med chili smag eller basilikum.
- ½ x Tomatpure
- 1 x Løg (så fint hakket som overhovedet muligt)
- 1 x Hvidløg (samlet 1 helt hvidløg for alle retter)
- 1 x grøntsagsbouillon
- Basilikum
- Peber
- (½ liter vand)

Dåsemad:

- 2 x Beauvais dåser, af enten fx spagetti, skipperlapsskovs, forloren skilpadde (evt. til en ekstra dag)

Morgenmad

15-20 Æg
2 x Dåsepølser
1 Cocktailpølser (fryses ned så det holder længere)
1 Bacon i skiver (fryses ned så det holder længere)
4 x Knorr-supper (fungerer også som nødration)
1 x Knækbrød
1 stor Syltetøj (hindbær) – skal også bruges til Snobrød

Frokost

2 x Rugbrød (1 stk. fryses ned så det holder længere)
1 lille stang smør (fryses ned så det holder længere)
4 x Dåsemakrel
1 x Sild
2 x Pebermakrel på dåse
 1 lille hytteost (til pebermakrel og sild)
 1 lime (til pebermakrel)
1 pose Løg (bruges også til "Spagetti", "Indianergryde" og "Tomatsuppe")
3 x Tun på dåse (i vand)
3 x Dåseleverpostej
1 x Majonæse
1 x Agurk
1 kg Gulerødder (se også "frikadeller" og "Spagetti" og "Indianergryde")

Drikkevare (alle måltider)

2-3 liter blandings saftvand (light)
7-8 breve kakao
14 Tebreve
1-2 stor morgenjuice
14-16 store øl (2 pr. person pr. dag).
1 Pap-rødvin
Gin tonic?
Kaffe

Krydderier (der er brug for i aftensmadsretterne)

Chili – gerne i form af hele korn eller friske (bruges bl.a. til "Spagetti" og "Indianergryde")
Paprika (bruges bl.a. til "Spagetti" og "Indianergryde")
Basilikum (bruges bl.a. til "Tomatsuppe")
Oregano (bruges bl.a. til "Spagetti" og "Indianergryde")
Peber (bruges bl.a. til "Tomatsuppe")
Salt og evt. lidt sukker

Snacks

Slik – fx mørk chokolade, twix, lion, ritter sport, flæskesværd, chips.
Ting til pandekager eller en færdig mix.
Evt. 1 whisky eller cognac til ved bålet (du vil ikke fortryde det!!)

Andet der skal købes i supermarkedet

Ketchup (til morgenmad, pasta og "Snobrøds-hotdogs")
Flydende madolie/margarine der både skal kunne bruges til bagning og stegning
2 x 93 % Husholdningsprit (de blå) til feltkøkken
1 rulle Stanniol
Zip-lock poser