

# 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)
		3 par sokker + 1 par tykke sokker
		4 T-shirts
		4 par underbukser
		1 par lange bukser (gerne bløde sportsbukser)
		2 par shorts
		1 sweater/flis
		Vindtæt og regntæt jakke
		Hat/kasket med evt. myggenet
		Håndklæde

## Praktisk pr. person

Haves	Pakket	Ting at medbringe
		Sovepose samt evt. oppustelig hovedpude
		Liggeunderlag (minimum selvoppusteligt er at foretrække)
		Solcreme og evt. aftersun
		Toiletting (tandbørste, tandpasta, tandstikker, pincet, deodorant, sæbe, barbering)
		Evt. Tampax, vaskeklud og shampoo
		Viskestykke
		Tallerken (flad og dyb)
		Krus i plastik (ikke engangskrus)
		Bestik (ske, kniv, gaffel)
		Feltflaske
		Arbejdstang/multiretskab
		Lommelygte
		Dolk/lommekniv
		Lighter og tændstikker
		Feltflaske
		Handsker til landstransporter og evt. roning (cykelhandsker)
		Papir og Blyant
		Ziplock poser
		Evt. "pude" at side på
		Kikkert (ikke kun til dyreliv, men også til at læse kort og horisonten)
		Solbriller
		Kamera
		Mobiltelefon
		Evt. musik
		Bog eller mindre ting at arbejde med når man keder sig
		Fiskeagn, blink, flod osv.
		Fiskestang og hjul (husk tang og ekstra kroge)
		Bøger om natur, svampe, fugle, båltænding, knobbinding mm.

## Fælles ting

Haves	Pakket	Ting at medbringe
		Telt (eller bioak)
		Bioakgrej = Reb, barduner, elastikker, teltpløkke, jordpløkke, presenning(er)
		Reb til tørresnor, kano - sammenbinding, presning opsætning
		Økse
		Tændstikker eller tændstål
		ZIB, tændblokke (eller andet småt hvis du ønsker en nem start)
		Vanddunk til stor vandration (min. 10 liter)
		Feltkøkken til sprit eller gas (hvis gas, skal der ikke købes sprit i indkøbssedlen!)
		2 flasker husholdningssprit til køkken (1 pr. person pr. uge)
		Toilet papir (1 rulle pr. person pr. uge)
		Sorte affaldssækker (også til at pakke ting ind i ved regn eller side på)
		4 stk. skuresvampe til rengøring af køkkengrej
		Opvaskemiddel
		1 rulle stanniol
		Lille køletaske til kød/bacon/pølser mm.
		Dåseåbner
		Mindre skærebræt
		Kartoffelskræller
		Grydeske
		Grilltang (eller brug gaffel)
		Grydelap (eller blot brug viskestykke)
		Grillrist (væsentligt forbedrer mulighederne for at lave mad)
		Elastikker og klemmer
		Ur med vækkefunktion
		Førstehjælpstaske
		Myggemiddel
		Vådservietter
		Opskrift på snobrød og pandekager
		Spillekort og evt. anden underholdning
		Landkort (købes ofte hvor kano lejes, men skal tjekkes)

### 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 kanoudlejning
- Sikre at man har et rigtig godt og detaljeret kort over området

### Ideer til kanotur events:

Fadøls anker, receptions snacks, græsk aften, friske pandekager med flødeskum, varm kakao med flødeskum, 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")

## Drikkevarer (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

## 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 "Snoabrøds-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