

Att laga mat och baka över eld

Innan du börjar

- * Förbered innan - då går det lättast. Det är roligt att umgås vid elden, så förbered så mycket det går innan om du vill att det ska gå smidigt att laga mat tillsammans i en grupp. Alternativt är det fint om det finns en yta eller skärbräda där ni kan hacka och skära ingredienser. Lyxigheter som rinnande vatten för handtvätt kanske inte alltid finns. Därför kan det vara bra att skära känsliga livsmedel t ex kött och kyckling innan.
- * Lägg upp ordentligt med ved & ha träkol vid sidan om. Vi använder nästan bara träkol för de varar längre och ger en mjukare värme. Det kan vara bra att fylla på allt eftersom.
- * Glödtång, glödspade och bra grytvantar är bra redskap
- * Hett vatten i termos är bra att ha, när du ska tillsätta vätska.

Använda en trebent gryta

- * Häll alltid lite vätska eller olja i grytan varje gång när du börjar laga mat i den.
- * Använd vatten från termos, när du behöver tillsätta mer vätska t ex när du kokar ris. Små mängder vätska går bra att tillsätta om du rör om ordentligt!
- * Börja på svag värme om du t ex ska bryna lite smör eller värma olja för att steka eller fritera. Vi brukar ge tipset att låta några bitar gul lök "vara med" i grytan när du ska steka, så känner du av hur varmt det är. Om det blir för fort varmt, lyft av grytan från värmen och låt den svalna av lite. Det kan ibland vara så att man flyttar ut de mesta kolen så att grytan står i en ring av kol, för att det ska bli lagom svag värme.
- * Elda bredvid grytan, så att man hela tiden kan få nya varma kol. Du får jämnare värme med glödande kol, men om du snabbt måste hett upp grytan kan du tillfälligt ställa den direkt i elden.
- * Klar? Din gryta håller värmen länge, vilket är härligt. Med locket på så håller värmen ännu längre.



Att använda en bakgryta

- * En bakgryta får den mesta värmen från underlaget, om den inte står på en trebent ställning över en eld förstås. Det är därför viktigt att du låter bakgrytan flytta runt så att den får tillräckligt med värme från underlaget. En härd av eldfast tegel går det snabbt att hett upp underlaget och det håller sig varmt länge. Men oavsett om du eldar på en eldfast härd eller marken kan det vara nödvändigt att flytta elden igen om gräddningen går långsamt efter ett tag för att underlaget svalnat av. Grytan behöver ofta få en ny varm plats - den plats där elden nyss har varit.
- * Övervärme får man genom att lägga varm glöd på grytans lock. Det behövs inte i början, om du gräddar en kaka. Då väntar man tills "bubblorna" kommit och kakan har stigit. Men du behöver rotera grytan så att det blir jämn värme från alla sidor, samt flytta den så att kakan får jämn undervärme. Det kan ta tid att värma upp locket (20 min), beroende på hur het glöden är. I slutet av gräddningen behöver man ibland ösa glöd på locket och även höja temperaturen genom att "vifta" så att det kommer mer syre till glöden. Då glöder det mer av dem!
- * Lyft försiktigt på locket (med locklyftare eller tång) för att se efter hur gräddningen går. Om det faller ner lite aska från locket brukar det gå bra att blåsa bort. Gräddningstiden är väldigt olika beroende på hur varmt det är. Om ovensidan är "klar" men att kakan inte är helt fast eller brödet inte låter tillräckligt ihålligt när du trummar behöver du helst ha ett svalare lock att byta till, så att resten av kakan eller brödet kan bli klart. Har du inte det, så prova att ta bort alla glöd på grytans lock en stund. Läger man lite glöd på locket igen precis när det är helt klart blir ytan så fin och torr. Det luktar så klart oemotståndligt!!



LYCKA TILL OCH HA KUL! Åsa & Nolan