

OFFENES FEUER IST STRENG VERBOTEN!

DIE NUTZUNG VON OUTDOOR-KOCHERN, GRILLGERÄT ODER HOBO-ÖFEN IST STRENG VERBOTEN!

LIEBE TREKKINGFREUNDE,

GETREU DEM MOTTO „NIMM NUR ERINNERUNGEN MIT, HINTERLASSE NICHTS AUSSER FUSSSPUREN“ MÖCHTEN WIR DICH BITTEN RÜCKSICHT AUF UNSERE NATUR ZU NEHMEN UND DAS PROJEKT „EIFEL TREKKING“ ZU UNTERSTÜTZEN, INDEM DU AUF OFFENES FEUER VERZICHEST.

DURCH DIE ANHALTENDE TROCKENHEIT IN DEN LETZTEN JAHREN IST AUCH DIE EIFEL ZU EINEM WALDBRANDGEFÄHRDETEM GEBIET GEWORDEN. DIE WALDBRANDGEFAHR STEIGT VON JAHR ZU JAHR. AUCH WIR WISSEN, DASS EINE ÜBER DEM FEUER ZUBEREITETE MAHLZEIT EINE SCHÖNE ERGÄNZUNG ZUM TREKKING DARSTELLT, JEDOCH IST DIESES PROJEKT NUR MÖGLICH, WEIL ES KEINE MÖGLICHKEIT FÜR FEUER GIBT.

KOCHEN OHNE FEUER? – DAS GEHT! WIR ZEIGEN EUCH WIE KOCHEN OHNE FEUER MÖGLICH IST.

BEISPIELSWEISE MIT FLAMMENLOSEN KOCHSYSTEMEN ODER TIPP`S VON DEN PROFI`S!

FLAMMENLOSE KOCHSYSTEME WIE ZUM BEISPIEL VON „BAROCOOK“ FUNKTIONIEREN OHNE FEUER UND KÖNNEN TROTZDEM WARME MAHLZEITEN WIE BSPW. RÜHREI, NUDEL- ODER REISGERICHTE ODER EIN FERTIGGERICHT SOWIE HEISSES WASSER FÜR TEE/KAFFEE ZUBEREITEN.

DER BAROCOOK BESTEHT AUS ZWEI GETRENNTEN BEHÄLTERN UND EINEM THERMISCHEN KISSEN, WELCHES SICH IN REAKTION MIT WASSER FÜR MINDESTENS 20 MINUTEN AUF 98 ° C ERHITZT.

HIER SIEHST DU WIE ES FUNKTIONIERT:

<https://www.youtube.com/watch?v=IN6gFYK7JfM>

REZEPTIDEEN FÜR DEN BAROCOOK:

https://www.youtube.com/watch?v=1m9d9s_ILJM



TIPP`S VON DEN PROFI`S - EINFACH MAL AUSPROBIEREN!

AUCH GANZ OHNE KOCHER KANN MAN SEINE VERPFLEGUNG FÜR EINE TREKKINGTOUR SICHERSTELLEN. WIR ZEIGEN EUCH HIER EINIGE BEISPIELE FÜR DIE „KALTE KÜCHE“.

BEISPIELE FÜR KALTE KÜCHE

FÜR 1-2 TAGESTOUREN

HIERZU ZÄHLT DIE **KLASSISCHE BROTTZEIT** MIT WURST, KÄSE ODER AUFSTRICH. DAZU NOCH ETWAS OBST ODER EIN MÜSLIRIEGEL UND DIE ENERGIERESERVEN SIND WIEDER VOLL!

MÜSLI LÄSST SICH MIT HALTBARER MILCH ODER WASSER UND MILCHPULVER EBENFALLS WUNDERBAR BEIM TREKKING MITNEHMEN. MIT FRISCHEN OBST EIN WAHRER GENUSS ZUM ABENDESSEN ODER FRÜHSTÜCK!

KLASSISCHE TREKKINGNAHRUNG (GEFRIERGETROCKNETE NAHRUNG) AUS DER TÜTE. IN OUTDOORGESCHÄFTEN ERHÄLTICH, KANN MAN TREKKINGNAHRUNG AUCH MIT KALTEM WASSER ZUBEREITEN. DIE QUELLZEIT VERLÄNGERT SICH VON 5-10 MINUTEN AUF CA. 30 MINUTEN. GESCHMACKLICH MACHT ES KAUM EINEN UNTERSCHIED!

KALTE KÜCHE FÜR MEHRTÄGIGE TOUREN

„**COLD SOAKING**“ – HIERBEI WERDEN NUDELN, COUSCOUS ODER BEISPIELSWEISE KARTOFFELPÜREE ZUM EINWEICHEN IN EINEN BEHÄLTER* MIT KALTEM WASSER GEFÜLLT. DER VORGANG DAUERT BIS ZU 2 STUNDEN KANN WÄHREND DER TAGESETAPPE BEREITS VORBEREITET WERDEN, SODASS MAN ZUM GEWÜNSCHTEN ZEITPUNKT SEIN GERICHT VERZEHREN KANN. DIE METHODE STAMMT VON AMERIKANISCHEN WEITWANDERERN DIE OFT GEWICHT EINSPAREN UND AUF KOCHSYSTEME VERZICHTEN.

*(THERMOSKANNE ODER VERSCHLIESSBARES GEFÄSS MIT GROSSER ÖFFNUNG)

KALTE KÜCHE UND IHRE VORTEILE AUF TREKKINGTOUR:

- GEWICHTSPARIS
- KEINE ZEITINTENSIVE ZUBEREITUNG
- TIERE WERDEN VOM KOCHGERUCH NICHT ANGELOCKT
- RIEGEL, NÜSSE ODER OBST LASSEN SICH AUCH UNTERWEGS ESSEN
- KEINE PROBLEME IN WALDBRANDGEFÄHRDETEN GEBIETEN