

# VAŘENÍ V PŘÍRODĚ

Pracovní text pro seminář „Vaření v přírodě“ na akci „Kamínka v Bolce“ duben 2012, Mladá Boleslav, zpracoval Luděk Trunečka, PS Vysočina Svitavy, verze 1.00

*MOTTO : „Vaření je činnost obecně nazývaná příprava jídla. Příprava musí probíhat vždy tak, aby jídlo bylo vhodné ke konzumaci – tedy bylo po přípravě požitelné.“ Wikipedia*

## PROČ

První otázka, kterou si položíme při přípravě na vaření v přírodě, je z jakého důvodu se do toho pouštíme. Zda to bude na zkoušku a případný neúspěch nám nepřinese celodenní nevraživé pohledy hladových dětí. Nebo vaření pojmem jako táborovou soutěž mezi oddíly? Případně mi připadla role kuchaře na puťáku ostřílených harcovníků... Podle odpovědi na ni si začneme připravovat plán co je třeba zařídit ještě před tím, než do přírody vyrazíme, jak vaření proběhne a co bude po něm.

Velmi důležité je také promyslet odpověď na otázku : **Je možné se najíst jinde, když se nám vaření nezdaří? ;)**



Obrázek č. 1 : Hladovějící oddíl

## CO PŘIPRAVIT PŘEDEM

Pokud už máme zodpovězenou klíčovou otázku PROČ, můžeme se začít věnovat praktické stránce věci.

Velmi důležité je znát přibližný počet strážníků, pro které budeme jídlo připravovat. Dále rozmyslíme, co budeme vařit. Tomu přizpůsobíme jak počet a objem pomůcek pro vaření, tak prvotní nákup surovin. Kolik surovin budeme potřebovat pro určitý počet strážníků zjistíme například v kuchařských normách. Výhodné je zjistit, zda se v blízkosti místa vaření nachází otevřený obchod, kde můžeme před dalším pochodem dokoupit spotřebované suroviny. Uvažujeme i o tom, že spousta potravin podléhá mimo chladničku rychle zkáze.

Doporučuji z důvodu pracnosti uvažovat hlavně o pokrmech z jednoho hrnce (polévky, kaše, guláše atd.), nikoliv jídlech na kusy (ovocné knedlíky, vdolky, palačinky).

Při vícečlenné výpravě můžeme rozdat v předstihu každému z účastníků seznam co má nakoupit a pak také nést na zádech (zda věci skutečně zakoupil kontrolujeme ještě před odchodem na výpravu ;)).

Následující seznam pomůcek pro vaření rozhodně nejsou závazné. Záleží na tom, co chceme k jídlu připravovat. Jinak to bude u špekáčků na ohni a nebo u knedlíků s borůvkami.

●**kotlík + poklice + držák poklice**: snažíme se opatřit si nádoby z nerezové ocele, nejsou nákladné (cena cca 750,-Kč) a jídlo z nich bude zdravější, než z hliníkových. Pokud použijeme aluminiovou klasiku, nemusíme mít strach, že se na týdenním putovním táboře otrávíme. Z hliníkových ešusů a kotlíků se stravují již celé generace pionýrů.

●**háček na kotlík** : vtipná pomůcka pro zavěšení kotlíku na větev či trojnožku, velmi usnadňuje manipulaci s horkým kotlíkem

●**ešus + víčko** : nejlépe trojdílný s víčkem, co se týče materiálu, je to stejné jako výše u kotlíku

●**plastová miska jako alternativa za ešus** : na táborech vyzkoušené, lehká, skladná, těsná, nelze v nich přímo vařit, pouze pro podávání jídla

●**nůž pro krájení surovin** : nekrájet s ním dřevo na zátop, čím ostřejší, tím lepší, v batohu zabalený v utěrce či pouzdře

●**dřevěná vařečka** : oproti lžici nepálí, možné vyřezat na místě (pak se nemusí umývat)

●**lžice pro každého strážníka** : při jídle ze společného hrnce čím větší, tím lepší ;)

●**igelitové sáčky a tašky** : jako obal potravin ale také jako podložka pro jejich krájení

●**drátěnka na mytí nádobí**

●**struhadlo**

●**otvírák na konzervy**

●**alobal** : zapékání ve žhavém popelu

●**drátěný rošt**

A dále dle potřeby a nosnosti Vašich zad.

## KDE A KDY



Obrázek č. 2 : Zimní vaření

Už při přípravě si rozmyslíme, kde budeme pravděpodobně vařit. Bude to v kempu, kde bývá palivo v okolních lesích poctivě vysbíráno v okruhu 2 km? Nebo se chystáme letět na vandr do Skandinávie, kde nám při prohlídce zavazadel na letišti nekompromisně odeberou plynovou bombu vaříče, která do letadla nesmí?

Další důležitou okolností je počasí. V zimě či za deště bude vaření daleko náročnější, než za slunného srpnového podvečera.

Tyto okolnosti zvážíme opět ještě v klidu domova a přizpůsobíme jim naši přípravu.

## NA ČEM A ZA KOLIK

Jaké máme možnosti co se týče zdrojů tepla nám zodpoví následující kapitola. Co nám připravovanou krmí bude ohřívat a jaké jsou výhody a nevýhody jednotlivých zdrojů tepla zjistíme právě zde :

Typ	Cena pořízení	Palivo	Poznámka
Oheň - pyramida	Zdarma	Většinou zdarma.	Pracná příprava a shánění paliva, pracnost při udržování.
Velký plynový vaříč 	1000,- Kč za dvouplotýnkový 600,- Kč za jednoplotýnkový	2 kg lahve s plynem, cena výměny lahve 120,- Kč, vyměnit možné na většinu benzinových pump. 	Velká hmotnost vaříče i lahví, vhodné spíše pro autoturistiku.

Typ	Cena pořízení	Palivo	Poznámka
Malý plynový vaříč 	Od 500,- Kč výše.	Propichovací kartuše, cena od 50,- Kč za 100 g, k mání ve specializovaných obchodech. 	Kartuše není možné převážet letadlem, jsou jednorázové – zatěžují životní prostředí.
Vaříč na pevný líh 	50,- Kč	Pevný líh 60,- Kč za 200 g, v supermarketech jako podpalovač do krbů. 	Malý výkon, zápach při vaření.
Benzinový vaříč 	Od 3500,- výše.	Benzín 38,- Kč za litr, většinou funguje i na jiné tekuté hořlaviny.	Vysoká cena a komplikovaná údržba, vhodný spíše pro expediční vaření.
Vaříč dřívkáč 	1200,- Kč továrně vyrobený nebo 200,- při samovýrobě.	Většinou zdarma.	Malá hmotnost, není nutné přepravovat hořlavé a výbušné látky, budete táborník na baterky.

Pro všechny druhy vaříčů najdeme spoustu informací a recenzí na internetu.

Hesla pro hledání na Google : vaříč, plynový vaříč, dřívkáč

Podle zvoleného zdroje druhu tepla si s sebou zabalíme i další pomůcky :

- **zdroj ohně** : sirky, zapalovač, křesadlo, lupa
- **nůž pro přípravu dřeva či malou sekerku**
- **snadno zápalný materiál na podpal** : březová kůra, suché zbytky smrkových větývek, troud, PEPO

## JAK NA TO

### Především bezpečně :

- oheň se smí rozdělávat pouze na povolených místech (majitel pozemku, obecní úřad) v místech k tomu určených a označených,
- Je zakázáno rozdělávat oheň v lese a do 50 metrů od okraje lesa (lesní zákon 289/95),

výjimku může povolit pouze vlastník pozemku (§20, odst.4). Problém není jak si vyjednat výjimku pro letní tábor, ale provozování ohňů při jednodenních a vícedenních výpravách, zvláště když se jedná o místa navštěvovaná poprvé nebo jednorázově.

- Oheň nelze rozdělovat v blízkosti dozrávajícího obilí, v blízkosti stohů sena a slámy, dále ve vyschlé nebo suché trávě a na rašelinových pozemcích

- při rozdělování ohně je potřeba dávat pozor na vítr (jiskry), podklad ohně, který může chytout či doutnat a způsobit požár třeba i po několika dnech (rašelina, kořeny, hrabanka, listí apod.), kameny z potoka (možnost poranění štěpinou kamene při jejich pukání vlivem vytvoření vodní páry), nekázeň (četné případy popálenin při hraní si s ohněm) i požáry

- oheň se nikdy nesmí nechat bez dozoru, to se týká i dalších zdrojů otevřeného ohně (svíčky...)

- děti nasmějí samostatně bez dozoru dospělé osoby obsluhovat tepelné spotřebiče

- dbát na kázeň při "provozování" ohně, nebezpečí popálenin, opaření parou nebo vodou z kotle, popálení roztavenou pryskyřicí při výrobě fakulí na zapálení táboráku, pád do ohně z nešikovnosti nebo při nekázni

### Společné zásady pro všechny zdroje tepla :

- nalezneme stanoviště v závětří, či si závětří vytvoříme. Šetříme tím palivo i čas. Můžeme využít nerovností terénu, autobusové zastávky, menších staveb v lese, verandy prázdné chaty, nápadům se meze nekladou. Důležité je aby poskytlo dostatečný prostor pro bezpečnou přípravu pokrmu.

- pokud nemáme možnost využít výše popsaného stanoviště, je možné zhotovit malé závětří pro vařiče z postavené karimatky (pozor na jiskry) nebo použít továrně vyráběného závětří, případně krýt vařič vlastním tělem.



Obrázek č. 3 : Závětří COLEMAN

### Oheň

- najdeme a připravíme zdroj vody pro hašení, připravíme ohniště vyrytím drnu a obložením ohniště kameny.

- připravíme dostatečné množství paliva

- na ohništi navrstvíme zápalný materiál na sebe (pokud rozdělováme oheň v mokřem prostředí, dobře prohledáme batohy či peněženky, najdeme spoustu snadno zápalných látek (nikoliv plastů))

- pro zapálení použijeme **sirky, zapalovač**, křesadlo, tření dřevek či jiné nefunkční způsoby ;)

- palivo přikládáme po směru větru a ze stejného směru k ohni přistupujeme i při vaření, grilování a opékání

- Po směru větru můžeme naskládat dřevo do tvaru zástěny, teplo a kouř jej bude vysoušet a bude lépe hořet

- přikládáme nejlépe naštěpané dřevo, lépe hoří a dává více tepla

- největší žár je přímo nad plameny, přizpůsobíme tedy výšku ohně místu zavěšení kotlíku



Obrázek č. 4 : Sušení dřeva

### Vařiče

Roztápíme sirkami nebo zapalovačem, nejdříve škrtneme, pak pustíme plyn a zapálíme vařič. Proti působení větru opět s výhodou využijeme vlastní tělo.

### Několik myšlenek přímo k přípravě pokrmů

- na kotlík či ešus vždy použijeme pokličku, urychlí var a zabrání padání popela do nádoby

- namísto poklice je možné posadit další ešus s vodou a urychlit ohřev další várky

- pokud potřebuji uchovat potraviny v kotlíku teplé, zahrabu jej po odstavení do sena či slámy

- krájení surovin pro přípravu jídla v přírodě baví děti, kontrolujeme zda používají své nože bezpečně



## CO POTOM

- po dokončení vaření uhasíme ohniště a uklidíme jeho okolí
- před zasazením vyříznutého drnu musí ohniště vychladnout
- v okolí ohniště porovnáme dřevo a uklidíme odpadky z vaření. Přírodní odpadky (slupky, pecky, odkrojky) je možné zahrabat do země v blízkosti místa vaření. Plechovky, plasty a papíry vytrídíme a vyhodíme v nejbližší obci do kontejnerů na tříděný odpad
- umyjeme nádobí použité k vaření. Myjeme nejlépe pouze pískem ve vodním toku (na dně každého potůčku se dá písek najít) nebo drátěnkou, poslední oplach nádobí můžeme provést pitnou vodou
- v žádném případě do vodního toku nevykládáme saponáty!

## IMPROVIZACE

Mimo potravin, které si přineseme můžeme v přírodě využít i spoustu planých rostlin i rostlin šlechtěných, které nalezneme cestou (jablka, hrušky, borůvky, ovoce, brambory, kukuřice, houby) V těchto případech ovšem doporučuji velkou opatrnost, zvláště při vaření s dětmi. Mnoho receptů na pokrmy z přírodních surovin je možné najít na internetu nebo ve specializovaných publikacích.

*Hesla pro hledání na Google : recepty vaření v přírodě, využití planých rostlin, zálesácká kuchyně, campfire cooking*

Publikace : Rukověť hospodáře  
Záškodník, příručka Specnaz, autor Marek Chlíbaek  
Jak přežít v přírodě, vydalSvojtka a Co.

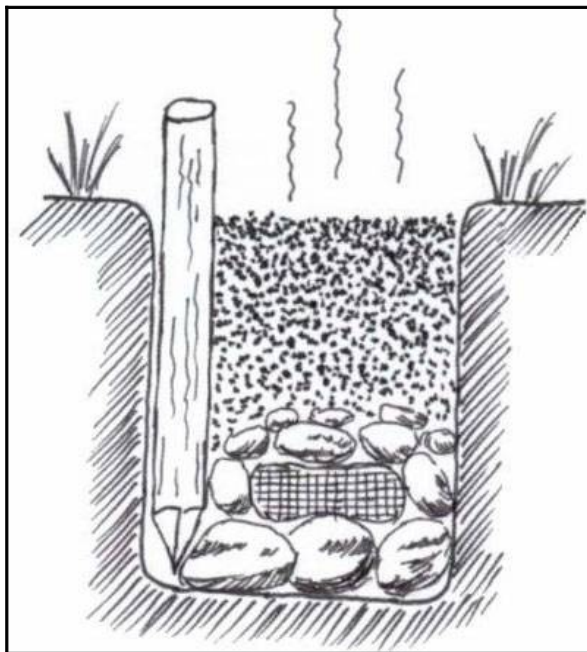
## NETRADIČNÍ PŘÍPRAVA POKRMŮ

Na táborech a víkendovkách jsme v průběhu let vyzkoušeli i několik netradičních způsobů přípravy pokrmů. Níže je jejich popis :

### Setonův hrnec

V ohništi rozpálíme dostatek větších kamenů. Vedle vykopeme polní lopatkou jámu asi 50x50cm velkou a 75cm hlubokou. K jedné straně jámy zatlučeme syrový kolík tak, aby z jámy vyčníval. Kuřecí nebo vepřové maso (nejvýše do váhy 2kg) připravíme na opečení a přidáme nakrájenou kořenovou zeleninu a cibuli.

Na dno jámy dáme část rozpálených kamenů, na ně vrstvu kopřiv, pak položíme maso obložené zeleninou a přikryjeme další vrstvou kopřiv. Kopřivy je možné nahradit pečicím papírem, nepoužíváme alobal, neboť maso by se v něm nedusilo ale peklo. Obložíme to cele zbylými rozpálenými kameny a zasypeme hlínou, kterou udusáme. Asi za 30 - 40 minut vytáhneme kolík a do otvoru nalijeme vodu a otvor přikryjeme plochým kamenem. Maso musí zůstat v zemi nejméně 2 hodiny. Pak postupně odstraníme hlínu, kameny i kopřivy.



Obrázek č. 5 : Setonův hrnec

### Hadi z chlebového těsta

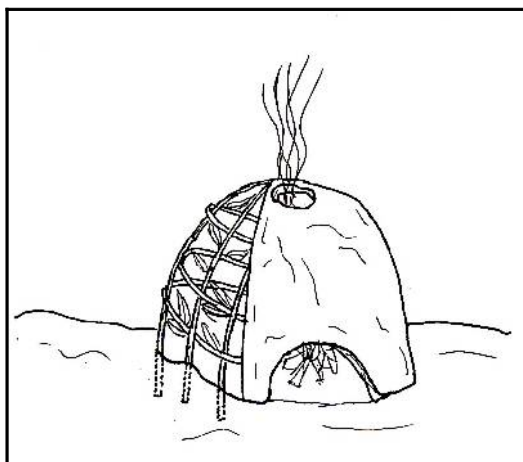
Těsto si připravíme z hladké nebo polohrubé mouky, do které přidáme špetku soli, rozpuštěný tuk, vejce, trochu mléka a prášek do pečiva. Těsto v kotlíku uhněteme a necháme trochu vykynout. Uválíme váleček a ten navineme na připravenou hladkou tyč do spirály. Konce těsta založíme pod sebe aby se při otáčení nerozmotali. Hada potřeme vodou a můžeme posypat solí a kmínem. Opékáme za otáčení nad žhavými uhlíky. Upečení zkusíme dřívkem na místo špejle. Místo na tyč můžeme těsto upéct i na rozpálených kamenech.



Obrázek č. 6 : Pečení hadů

### Hliněná pec

Pec má tvar „iglú“ průměru i výšky cca 0,6 m. Kostra je tvořena pruty zapíchnutými oběma konci v podkladu do tvaru oblouků a vypletená dalšími pruty vedenými vodorovně. Na vyplétacích prutech ponecháme listí. Už při tvorbě kostry pamatujeme na dostatečně široký otvor do pece a otvor sloužící jako komín na jejím vrcholu. Pak kostru omažeme jílovým blátičkem v tloušťce přibližně 4 cm a necháme vyschnout. Při omazávání je výhodné již mít připraven plochý kámen sloužící jako uzávěr otvoru do pece a vtisknout ho do omazávky. Po vyschnutí pece (cca 2 dny, podle počasí) můžeme zahájit první pokusné pečení. Skrze otvor do pece vložíme žhavý popel a cca 1 hodinu v peci topíme, aby se dostatečně prohřála. Při prvním zátopu vyhoří část nosné kostry, což není na závadu, pec drží pohromadě především hliněnou omazávkou. Po vyhřátí pece skrze otvor vyhrabeme popel a žhavé uhlíky a na kusu alobalu do pece vsuneme připravenou placku či jiný pekařský výrobek. Otvory do pece (vstup i komín) uzavřeme plochými kameny. Zda je pečivo připraveno zjistíme čichem nebo kontrolujeme dřívkem jako u pečených hadů.



Obrázek č. 7 : Hliněná pec

Nezapomeňte, že fantazii se meze nekladou a i obyčejný špekáček nad ohněm lze připravit s vtipem a inovací :)



Obrázek č. 8 : Vidlička na špekáček 1



Obrázek č. 9 : Vidlička na špekáček 2