

# Namky a blafy

Nejen láska prochází žaludkem. Dobrá svačina patří ke každé schůzce stejně jako připálené špagety k podzimní výpravě.

## Družinové jídlo z alobalu

### Suroviny

1000 g vepřového plecka, špek, cibule, česnek, pórek, maliny, pepř, kmín, zázvor, sůl, pepř, hořčí

### Materiál

alobal, struhadlo na sýr, nože, prkýnka

Jednoduchá alobalová mňamka, kterou si snadno připravíte na výpravě i na sněhu, táboře i v krbu na schůzce. Stačí, když se domluvíte, a každý z vás donese nějakou surovinu. Inspirovat se můžete našimi surovinami, přidat ale můžete všechno, co máte rádi.

### Postup

Jednotlivé suroviny nakrájejte na malé kousky, brambory na plátky, sýr nastrouhejte a nachystejte do samostatných mističek (zkrátka nemíchejte dohromady). Na rovné místo si připravte dvojitou vrstvu alobalu velikosti cca 30 x 30 cm. Na hromádku doprostřed alobalu dávejte postupně suroviny, které chcete mít v balíčku - pozor, aby se dal balíček zabalit a netrhal se! Brambory je potřeba lehce posolit a posypat kořením, celé dílo zakápnout olejem nebo plátkem sádla. Dovnitř balíčku se hodí vložit lístek se svým jménem, pokud si chcete být jistí, že dostanete to, co jste si zabalili. Můžete se ale navzájem nechat překvapit. ☺ Přesná doba pečení závisí na množství surovin, které jste zabalili, 20 minut by ale mělo stačit. Pro jistotu vytáhněte nejprve jeden balíček a ochutnejte - jestli jsou brambory měkké.

**TIP:** Připravte si jídlo navzájem - vylosujte si jméno někoho jiného z družiny a připravte balíček pro něj na míru - má rád opečenější brambory? Nechte balíček v ohni déle. Nesnáší rajčata? Vynechte je.

### Oheň

Zatímco část družiny krájí suroviny, měl by se někdo postarat o oheň. Alobalové balíčky totiž nejde péct přímo v plamenech - všechno by se spálilo. Na správné uvaření potřebujete žhavé uhlíky - s topením je proto nutné začít včas.

### Jak na to

Zapalte oheň a zhruba 15 minut přikládejte - i silnějšími polínky. Až začnete mít pocit, že je v ohništi/krbu dostatek žhavého, rozhrňte oheň tak, aby nešlehaly plameny, a do takto připraveného pokládejte svoje balíčky.



Jdete na zimní výpravu? Připravte svačinu plnou energie, kterou sami namícháte!

## Zapékané vločky

### Suroviny

300g ovesných vloček • 200g jiných vloček (pšeničné, žitné, sójové, ječné...) • 75g mandlí 50g rozinek • 3 velké lžice sladěnky (výtažek z ječmene nebo rýže určený k slazení) nebo medu asi 5 lžic oleje • 30g hořké čokolády • 1dl kokosu

Složení a množství přísad je orientační, záleží na chuti. Můžete přidat další druhy ořechů, sušené ovoce apod. Nebojte se experimentovat!

Rozložte vločky s kokosem a mandlemi na plech. Smíchejte olej a sladěnku se špetkou soli do hutné kaše a vylijte směs na plech.

Vše na plechu důkladně promíchejte a dejte do předehřáté trouby (150 °C).

Směs promíchejte po 5 minutách, pak i častěji. Jakmile vločky změní barvu, zvyšte teplotu na 200 °C a často kontrolujte, zdali se nepřipalují.

Celková doba pečení je asi 20 minut. Vyjměte plech a vmíchejte čokoládu a rozinky, vše nechte vystydnout.