

IDÉARK TRÆR

BJØRK

BJØRKESAFTSJAMPANJE

Utstyr: Kniv, tom plastflaske, hyssing, glass, bjørkesaft, farris, sukker

Gjennomføring: På våren, før bladene spretter og fram til bladene har størrelse med museører (mars til mai), er det mye sevje i treet, fordi alle bladene trenger væske for å kunne springe ut.

Finn et tre som er minst tre meter høyt, og en kvist på treet som ikke er større og tykkere enn at du greier å bøye den nedover. Skjær av kvisten et godt stykke unna stammen. Stikk enden av kvisten ned i flasken. Pass på at det ikke er åpning mellom treet og flaskehalsen slik at det kommer fluer og andre småkryp inn i flasken. Flasken bør bindes fast til stammen på treet eller en grein, slik at saften drypper ned i flasken. Flasken kan fort bli tung pga av all saften, så den bør festes godt. Etter kort tid vil det begynne å dryppe sevjefra kvisten.

I den beste sevjetiden kan et tre på 30 cm i diameter gi opptil ti liter sevjefra pr. døgn. Noen ganger er det nok å ha flaskene hengende ute i noen timer, det kommer an på kvistens kvalitet og når i "sevjesesongen" dere gjennomfører dette. Følg med. Flasken bør uansett ikke henge mer enn to dager, for man bruker den. Bjørkesaft er ferskvaren.

Bjørkesaften er blank og smaker nesten som vann, men man kan kjenne en lett søt smak. Noen vil kanskje synes at smaken er litt bitter eller sterk.

Bland bjørkesaft med litt sukker (smak til) og farris – så blir det bjørkesaftsjampanje.

TE AV «MUSEØRER»

Utstyr: Kjele, vann, nyutsprungne bjørkeblader, sukker

Gjennomføring: Plukk lysegrønne, nyutsprungne bjørkeblader. Kok te på bladene. Sil av bladene og smak eventuelt til med sukker.

BJØRKEBLADSAFT

Oppskrift:

- 150-200g friske unge bjørkeblader
- 1 kg sukker
- 1 pose sitronsyre eller vinsyre
- 1 liter kokende vann



Gjennomføring: Bland bjørkeblader, sukker og syre i en stålkasserolle eller et plastkar. Hell over kokende vann og rør til sukkeret er oppløst. La stå 3-4 dager på kjølig sted og trekke. Sil og hell på flasker. Kan oppbevares 2 uker i kjøleskap, ellers bør den fryses.

Blandingsforhold saft/vann 2:5. Kan også blandes med farris og bli til bjørkebladsjampanje.

KULLSTIFTER

Når vi lager kullstifter, gjennomfører vi en ufullstendig forbrenning. Prosessen er akkurat den samme som den som skjer nede i jorda under produksjon av kull, bare at vi fremskynder prosessen litt ved å tilføre varme fra bålet. Aktiviteten er hentet fra idépermen "Læring i friluft".

Utstyr: Ved til bålet, kniver, hermetikkboks, aluminiumsfolie

Tidsbruk: Innsamling av pinner som skal bli kullstifter: 15 min. Forkulling i bålet: 45 min + evt. tid til å avkjøles.

Gjennomføring: Finn små bjørkepinner (men alle tresorter kan benyttes), omtrent på tykkelse med en blyant eller en lillefinger. Spikk av barken og kutt pinnene i lengder som er litt kortere enn en hermetikkboks de skal legges i. Legg pinnene så tett som mulig i boksen. Pakk aluminiumsfolie over åpningen, slik at boksen blir så tett som mulig, og sett den opp ned på bakken. Legg litt sand eller jord rundt nedre del av boksen slik at den står stødig og det ikke kommer luft til innholdet. Lag så et bål rundt boksen.

Det er også mulig å sette boksen inn i et bål som allerede er tent. Gjør da plass til boksen i midten og rak godt med glør omkring den.

La boksen med pinnene stå i bålet i omtrent 45 minutter. Hvor lenge den trenger stå avhenger av pinnenes tykkelse og båletts varme. Om pinnene tas ut for tidlig vil de ikke være forkullet helt gjennom, mens om de blir stående for lenge vil de bøye seg og begynne å gløde. La boksen stå til avkjøling på et ikke brannfarlig sted, da oksygentilførsel etter at boksen er tatt ut av bålet kan føre til at kullstiftene antennes.

BJØRK

Når kullstiftene er avkjølt kan dere ta dem ut av boksen og tegne med dem! For å fiksere tegningene som lages med kullstifter kan dere spraye dem med vanlig hårspray. Tegningene kan så henges opp med klyper på en hyssing mellom to trær – så har dere kunstutstilling i skogen!

LEK: BJØRKEMÅLER VS BJØRKEBLAD (SISTEN)

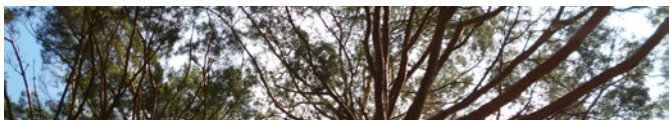
Utstyr: Ingenting (evnt. skjerf)

Gjennomføring: Bjørkemåler vs bjørkeblad-sisten lekes i et skogholt med bjørketrær som friplasser. Antall fri-

IDÉARK TRÆR

plasser kan begrenses ved å markere trærne med f.eks. skjerf. Først velges en av deltagerne ut til å være bjørkemåler. De andre deltagerne er bjørkeblader. Bjørkemåleren skal prøve å ta bjørkebladene mens de beveger seg mellom trærne. Bjørketrærne er fristeder. Hvis det allerede står noe der, må de vike plass når man roper «Mitt tre!». Det kan bare stå et «bjørkeblad» ved hvert fritre! Blir man tatt av «bjørkemåleren» og roper han/hun «Tatt!». Da er det den som blir tatt som står, og er «bjørkemåler».

Aktiviteten økes når det er færre friplasser og når barna må klatre opp i treet for å være fri!

FURU**BARKEBRØD**

Utstyr: kniv, plastbalje, skjærefjøl, stekebrett, bolle, røresleiv, slikkepott, brødformer, rist, bålpanne eller lignende

Gjennomføring: Ta bark fra trær av alm, furu, rogn, selje eller asal. Det beste er å felle et lite tre og skrelle av barken. Husk dette krever tillatelse fra grunneier. Barken tas om våren i sevjetiden. Alm gir det beste barkemelet. Først vannes barkestrimlene ut i noen dager, før de hakkes opp i småbiter. Deretter tørkes barken i ovn ved svak varme (ca. 70 grader), og til slutt males bitene opp til mel. Før baking blandes barkemelet med byggmel.

Brødet bakes så på vanlig måte.

Oppskrift: 2 brød

- 1 kg mel (500 g barkemel, 500 gr byggmel eller grovbakst)
- 1 pk tørrgjær
- 30 g olje
- 15 g salt
- 6- 6,5 dl væske (vann/bjørkesaft)

IDÉARK TRÆR

Sett vanlig gjærdeig. La deigen hvile i ca. 1/2- 1 time. Elt deigen og lag 2 brødevner og legg i brødformer. Etterhev i ca 30 minutter. Stek brødene på nederste rille i ca 40 min på 200 gr C. Kakk litt forsiktig under de ferdige bakervarene og hør en hul lyd. Avkjøl ferdig stekte bakervarer på rist og godt atskilt. Brødene serveres lune med smør og brunost.

*Kan også lages som små flate brød og stekes ute på bålpanne eller lignende.

SIRUP AV FURUSKUDD

Årstid: Vår

Utstyr: Kasserolle, vann, sukker

Gjennomføring: Legg furuskuddene i en kasserolle, og dekk med vann. Ikke bruk mer vann enn nødvendig. Kok opp, og la furuskuddene koke under lokk ved middels varme i en snau halvtime.

Sil bort furuskuddene, og mål opp væsken. Som utgangspunkt kan du bruke 3 deler væske og 2 deler sukker. Ha alt tilbake i kasserollen og la det koke opp over middels varme. Kok videre til væsken har tyknet og fått sirupskonsistens. Dette tar litt tid, men glem ikke at sirupen vil tykne ytterligere når den blir avkjølt. Bruk en liten øse og fjern hvit skum som danner seg langs kanten av kjelen underveis i kokingen. Hell den ferdige sirupen over på rene flasker eller glass

IDÉARK TRÆR

FURU

FURUNÅLSTE**Årstid:** Vår (hele året)**Utstyr:** Furunåler, saks, vann, kjele

Furunåler inneholder store mengder C-vitamin (seks ganger mer enn appelsin). Te laget av knuste furunåler er veldig sunt.

Oppskrift:

- 100 g furunåler
- 1 liter vann
- sitronsaft
- honning

Gjennomføring: Klipp og skyll furunålene (knus dem i en morter). Hell på kokende vann og la det trekke i ca. 15 minutter. Tilsett litt sitronsaft og honning etter smak.

FURUKRYDDER**Utstyr:** Kniv, pose, stekebrett, tørkemaskin, papirposer/ glass til oppbevaring

Gjennomføring: Sanke furukvister. Ribb dem for nåler. De legges til tørk i papirposer. Nålene kan hurtigtørkes over varmekilde, men da gulner de, og mister mye smak og aroma. Vi oppbevarer furunålene hele, og kverner eller maler dem først når de skal brukes. Furunåler er nydelig til graving av kjøtt og fisk, og deilig krydder i brød, kjeks, flatbrød og mye annet.

PANNEBRØD MED FURUKRYDDER**Årstid:** Hele året**Utstyr:** Ved, bålgrue/bålpanne/stormkjøkken, panne, bolle, røresleiv**Oppskrift omtrent tolv små brød:**

- 1 dl melk
- 10 gr tørrgjær
- 1 dl vann
- 1/2 ss natron
- 1/2 ts salt
- 1 ss olivenolje
- ca. 300 g hvetemel eller speltmel
- furukrydder (tørket, malte furunåler)

Varm opp melken litt. Rør i gjæren. Tilsett vann, natron, salt, olje og mel. Ha i furukrydder evt hele furunåler. Elt deigen og la den heve i to timer.

Del deigen i tolv stykker og kjevle/kna dem ut til omtrent en halv centimeter tykkelse. Bak brødene på en varm, tørr panne i to til tre minutter på hver side.

Spis brødene med det samme. Varm dem opp på panne eller i ovn dersom de skal spises senere.

**TJÆREMILE (MINI)****Årstid:** Vår-høst

Utstyr: Ved, 2 blikkbokser, hoggstabbe, øks, tyri, fyrstikker, matallklype til å ta boksen med, brannsikre hansker

Den mest kjente egenskapen til tjære er at den hindrer vannet fra å trenge inn i treet. Av den grunn setter vi inn båter og hus med tjære for å øke holdbarheten. Tjære gjør treverket tett, det er viktig særlig på båter. I denne oppgaven skal du lage ei mini tjæremile.

I tjæremila blir feit furuved og malme varmet opp uten tilgang luft. Da vil mange av de impregnerende stoffene renne ut av veden eller fordampe og kondenseres med terpentin eller vatn. Vi får tjære (harpiks), tjærelåg (vatn og garvesyrer) og terpentin (løsemiddel for harpiks).

Gjennomføring: Fyll en tom blikkboks med tyrifliser i størrelse 1cm x 1 cm. Grav en liten tom boks ned i bakken slik at den står kant i kant med overflata. Legg ei stålplate med hull i midten over boksen i bakken. Sett boksen med tyriflis med åpningen ned over i hullet plata. Tett rundt kanten av boksen med fin sand eller leirjord.

Lag et bål rundt boksen. La bålet brenne i 40 minutter. Fjern bålrestene og snu boksen. Den inneholder nå bare trekull. I boksen som ble gravd ned finner du nå tjære som kan brukes til å behandle treverk.

Bilde av tjæremile se www.treeven.no

SKOTTHYLL**Utstyr:** Vedkubber av gran eller furu

Gjennomføring: Ekte skotthyll er en trøndersk spesialitet som handler om å kaste med jernskiver (hyller). Dette er en enkel variant av leken: Still opp 3 eller 5 store vedkubber av gran eller furu på høykant som i bowling. Bruk 3 mindre vedkubber til å kaste med. Det gjelder å få flest mulig av kubbene over ende. Bli enige om poengskala, for eksempel 10 poeng for de ytterste og 50 for den i midten.

Tilpass vanskegrad til alderen. Jo eldre deltakere, jo større avstand fram til kubbene. Jo kraftigere vedkubber man bruker, jo vanskeligere er det å rive dem over ende. Da må man ikke bare sikte riktig, men også legge kraft i kastet.

Hver spiller kaster tre skiver i hver omgang og lagene består av fem spillere.

Det laget som kommer til f.eks. 300 poeng først, har vunnet.

GRAN**GRANSKUDDSAFT (LEMONADE)**

Oppskrift, gir ca. 4 liter lemonade hvis du blander ut med vann:

- 2 dl små nyplukkede granskudd
- 2 sitroner
- 2 dl sukker
- 2 l vann

Gjennomføring: Riv så mye du ønsker av sitronskallet. Det gir en litt bitter smak. Press saften av sitronene, bland den med granskudd og sukker i en bolle. Kok opp vannet og slå det over. La det hele kjølnes i romtemperatur, og sett så blandingen i kjøleskapet natten over (eller ca. 10 timer).

Sil lemonaden gjennom et dørslag. Vil du ha den helt blank, så bruk et kaffefilter eller et sileklede. Når du oppbevarer lemonaden på flasker i kjøleskapet, holder den seg et par uker. Du kan også fryse den ned.

GRANOLJE

Utstyr: Glass/flasker

Oppskrift:

- 2 dl granskudd + 2 dl granskudd (til koking)
- 1,5 dl ekstra virgin olivenolje + eventuelt litt mer for etterfylling

Gjennomføring: Ha oljen og 2 dl granskudd i en liten kasserolle og varm forsiktig opp-litt mer enn fingervarmt. Granskuddene endrer farge og blir blasse. Rør rundt, legg på lokk og trekk kasserollen fra platen. La dem stå i ca. 10 minutter, og press så forsiktig på granskuddene i oljen. Dette gjør man for å få ut smaken og syren i granskuddene. La det stå til oljen er blitt kald og sil den. (Ta vare på de «lettkokte» granskuddene). Ha de siste 2 dl friske granskuddene i et glass som er passe stort til å romme skuddene. Tøm over den silte oljen. Tøm eventuelt over mer olivenolje slik at oljen står over granskuddene. Kan brukes med en gang, men tåler også godt i stå i kjøleskapet til senere bruk! Granskudd i olje kan du bruke på skiver av rå laks, til kjøttkaker eller til vilt. Eller prøv deg frem og finn ut hva du liker å kombinere dem med!

GRANSKUDDSAFT

Utstyr: kniv, tørkepapir, maldonsalt, glass til oppbevaring.

Gjennomføring: Sank granskudd. Skyll dem og tørk skuddene på tørkepapir. Bland granskuddene i saltet og la dem stå fjorten dager i et glass med lokk. Fjern

IDÉARK TRÆR

granskuddene og hell saltet på små tett glass. Saltet bør oppbevares tørt, og kan også fryse. Granskuddsalt passer godt på focaccabrød og til salting av viltretter. For å lage Granskuddsalt med nåler- se ideark for Furu.

FOCACCA MED GRANSKUDDSAFT

Oppskrift:

- 25 gram gjær
- 6 dl vann som er fingervarmt
- 1 ss god olivenolje
- 1 1/2 ts granskuddsalt
- Ca 13 dl hvetemel

Topping:

- Ca 1/2 dl olivenolje
- 1 1/2-2 ss granskuddsalt
- granskudd

Gjennomføring: Smuldre gjær i en bolle. Tilsett salt og olivenolje, og rør slik at gjæren løser seg opp. Tilsett vann og deretter hvetemel. Elt deigen 5-10 minutter i kjøkkenmaskin. La deigen heve i 45 minutter. Ta deigen ut av bakebollen, og ha den i en langpanne som er godt smurt med olivenolje eller som er kledd med bakepapir. Bruk hendene eller et lite kjevle slik at deigen dekker langpannen. Eventuelt så kan du dele deigen i mindre emner og ha disse i smurte aluminiumsformer. La deigen etterheve i 30 minutter. Bruk så fingrene og lag groper i deigen. Hell over olje som fordeles over hele overflaten enten med fingrene eller en bakepensel. Strø over granskuddsalt. Stekes i ca 20 minutter ved 200 grader. Når det er igjen 2-3 minutter av steketiden, legges granskuddene på toppen. Spre skuddene litt utover. Granskuddene kan også legges på etter at steking er ferdig. Da ser det mer delikat ut.

LEK – VILLE VESTEN (PANG-PANG)

Utstyr: Ingenting.

Gjennomføring: Alle stiller seg i ring, og én står i midten. Personen i midten skal snurre seg rundt, for så å skyte en av de som står i ringen (sikter med hendene og roper "PANG!"). Personen som blir skutt skal da bøye seg raskt ned, og de to som står ved siden av skal fortest mulig snu seg mot hverandre og skyte den andre. Den som skyter sist må ut av ringen. Alle må stå på sine opprinnelige plasser selv om noen forlater ringen- slik blir det vanskeligere å følge med på hvem som står ved siden av deg. Når det bare er to igjen skal disse stå rygg mot rygg. En leder skal da si et tall som de skal skyte på (for eksempel 63), og så begynne å telle oppover (for eksempel 1,5,8,15, 23, ..., 63). Den som skyter den andre først når han hører tallet 63 har vunnet.

IDÉARK TRÆR

GRAN

EKORN OG REV - LEK

Utstyr: Litt tau, skjerf eller klær

Gjennomføring: Når ekorn beveger seg i trærne, er de forholdsvis trygge. Men på bakken er de mer utsatte og må passe seg for fiendene sine f.eks. reven. Ekorn-sisten lekes i en granskog med trær som friplasser. Antall friplasser kan begrenses ved å markere trærne med for eksempel skjerf/tau/klær. Først velges en av deltagerne ut til å være reven. De andre deltagerne er ekorn. Eksempel: Atle blir reven og skal prøve å ta ekornene mens de beveger seg mellom trærne. Atle løper etter



Hilde, og Hilde skynder seg bort til et fritre. Der står allerede Elin, men hun må vike plass når Hilde roper: «Mitt tre!». Det kan bare stå et ekorn ved hvert fritre! Elin løper avgårde med Atle, reven, i hælene. Atle strekker ut armen, berører Elin og roper: «Tatt!». Da er det Elin som blir rev, og ekornet, Atle, går fri fram til nærmeste tre. Aktiviteten økes når det er færre friplasser og når barna må klatre opp i treet for å være fri!

IDÉARK TRÆR

ROGN

ROGNSKUDDTE

Utstyr: Kasserolle eller tekjele

Gjennomføring: Plukke nye skudd av rogn. Kok opp vann i en kjele og ha i rognskuddene. LA det trekke noen minutter. Smak til med sukker.

Blader av rogn gir en fin te med smak av mandel. Like deler av blader fra rogn, mjøldurt og bringebær kalles ofte for nordmarkste.

KULLSTIFTER

Utstyr: Ved til bålet, kniver, hermetikkboks, aluminiumsfolie

Gjennomføring: Når vi lager kullstifter, gjennomfører vi en ufullstendig forbrenning. Prosessen er akkurat den samme som den som skjer nede i jorda under produksjon av kull, bare at vi fremskynder prosessen litt ved å tilføre varme fra bålet.

Finn små pinner av rogn (men alle tresorter kan benyttes), omtrent på tykkelse med en blyant eller en finger. Spikk av barken og kutt pinnene i lengder som er litt kortere enn en hermetikkboks de så skal legges i. Legg pinnene så tett som mulig i boksen. Pakk aluminiumsfolie over åpningen, slik at boksen blir så tett som mulig, og sett den opp ned på bakken. Legg litt sand eller jord rundt nedre del av boksen slik at den står stødig og det ikke kommer luft til innholdet. Lag så et bål rundt boksen. Det er også mulig å sette boksen inn i et bål som allerede er tent. Gjør da plass til boksen i midten og rak godt med glør omkring den. La boksen med pinnene stå i bålet i omtrent 45 minutter. Hvor lenge den trenger stå avhenger av pinnenes tykkelse og båletts varme. Om pinnene tas ut for tidlig vil de ikke være forkullet helt gjennom, mens om de blir stående for lenge vil de bøye seg og begynne å gløde. La boksen stå til avkjøling på et ikke brannfarlig sted, da oksygentilførsel etter at boksen er tatt ut av bålet kan føre til at kullstiftene antennes. Når kullstiftene er avkjølt kan dere ta dem ut av boksen



og tegne med dem! **NB:** For å fikser tegningene som lages med kullstifter kan dere spraye dem med vanlig hårspray. Tegningene kan så henges opp med klyper på en hyssing mellom to trær – så kan man ha en kunstutstilling i skogen! Aktiviteten er hentet fra idépermen "Læring i friluft".

ROGNEBLADSLAT

Utstyr: Ingen ting

Årstid: Om våren:

Plukk inn skudd av rogneblad. Bland i vanlig salat. Rogneskuddene har hint av mandelsmak.

ROGNEBÆRGELE

Se undervisningsopplegg om rognebær

PLANTEFARGING

Løv og bark av rogn- se ideark geitrams

MÅLE HØYDEN PÅ ET TRE

Utstyr: pinne
Gjennomføring: Stå noen meter fra treet og hold en pinne i hånden. Sikt mot en elev som står ved treet. Pinnen skal dekke høyden til eleven. Så sikter du inn hvor mange ganger pinnen går på høyden av treet. Dette antallet ganger du med høyden til eleven. Hvis eleven er 1 meter høy og pinnen går 4 ganger på høyden av treet, er treet 4 meter.
NB! Her må man vite ganske eksakt høyde på eleven som skal være måleelev

ELGLEKEN

se ideark storvilt

SELJE**IDÉARK TRÆR****SELJEFLØYE****Utstyr:** Kniv**Gjennomføring:** Seljefløyte lages, som navnet sier fra seljetreet. Det er også mulig å bruke rogn.

Finn en glatt og fin gren, litt tykkere enn langfingeren din, og gjerne 20 cm lang. Det må skjæres mellom skudene på grenen, det vil si det må ikke stikke noen liten kvist ut fra det stykket som skal brukes.

Kutt kvisten rett i den ene enden. I den andre enden lager du et skrått munnstykke omtrent som på en blokkfløyte. Tuppen helt ytterst her kuttes rett av.

Lag et lyd hull på oversiden av fløyta, nær munnstykket. Du må skjære gjennom barken litt ned i veden. Lag også et spor i barken med kniven rundt fløyta, ovenfor der du skal ha lyd hull.

Nå kan du trekke av barken. For å få den til å løsne, legger du fløyta på låret og banker forsiktig med knivskaftet rundt hele. Det er da, ifølge erfarne, eldre fløyte-spikkere, viktig å si- om og om igjen- mens du banker:

"Sva, sva fløyte. I morra skal du få kjøtt og kål- i kongens gård. Sva, sva fløyte". (Sva er fra norrønt svad, som betyr glatt sted, som i svaberg). Eller: "Tvitt, tvitt, vil du gå for meg i år! Og vil du ikkje gå for meg i år- så vil du eit anna år. Eller neste år." (Tvitt er nynorsk ord for enkel fløyte). Trekk av barken. Gå forsiktig frem, slik at du får barken av hel.

Nå har du en fløyte, der halvparten er uten bark. Lag klangrom. Der hvor du laget lyd hull i barken og litt ned i veden, skjærer du nå et ganske dypt rom.

Fra klangrommet og til spissen av munnstykket skjærer du nå av en tynn flis. Gjennom den skal luften presses når du blåser. Sett på barken igjen.

Du har nå en lang og flott fløyte, med en halvdel som er uten bark. Blir det ikke god nok lyd, kan du spikke litt mer av klangrommet eller skjære enda en tynn flis frem mot spissen av fløyta.

Kilde: <https://kmspeider.no/aktiviteter/seljefloyte>

SELJETE**Utstyr:** Unge bladskudd**Gjennomføring:** Plukke unge skudd. Knuse bladene og helle på kokende vann. La stå et minutt. Sukker kan tilsettes.