

IDÉARK VILT, JAKT OG FANGST

EGG OG DUN

VAFLER MED VILLFUGLEGG

Oppskrift:

- 2 måsegg (gåsegg)
- 1 kopp sukker
- 1 liter helmelk
- 1 dl sur melk
- 8 dl hvetemel
- 2 ts kardemomme
- 200 g smør
- 1 dl kaldt vann

Gjennomføring: Pisk måseegg og sukker lett sammen. Tilsett hvetemel blandet med kardemomme vekselvis med melk og smeltet smør til en klumpefri røre. Bland inn kaldt vann til slutt.

KOKT EGG PÅ BÅL

Utstyr: Kasserolle, vann, egg fra villfugl (f.eks.måsegg, gåsegg)

Gjennomføring: Sett over en kasserolle med vann og kok det opp. Ha i eggene, og fra det da begynner å koke opp igjen skal eggene koke i 13 minutter. Ikke fosskoke, men bare så vidt boble.

Når eggene er kokt tas skallet av og eggene deles i to langs etter. Så sprøytes kaviar på egget, eller man kan bruke en klatt smør/majones. Serveres på flatbrød/brød.

OMELETT LAGET PÅ VILLFUGLEGG

Utstyr: Steikepanne, rørebolle, visp, kniv, skjærefjøl, stekespatte

Oppskrift:

- 3 måsegg eller gåsegg
- 100 g bacon eller biter fra 1-2 pølser
- 4 ss helmelk
- Litt salt og pepper

Gjennomføring: Brun lett baconbiter eller pølsebiter i en panne. Pisk egg og krydder lett sammen. Hell dette over bacon eller pølsebitene. Stek på svak varme slik at ikke omeletten svies i bunnen.



FINN EN VENN -LEK

Utstyr: Papirark med bilde eller navn på en art

Gjennomføring: Hver deltaker får utlevert en lapp med enten et bilde av en art eller navnet på en art. Til sammen må det kunne dannes par. Deltakerne skal vandre rundt og bytte lapper mellom seg uten å se på disse. Når instruktøren roper "finn en venn" skal de med tilhørende bilde og navn finne hverandre og straks de er sammen skal de sette seg på huk. Siste par på huk har tapt.

50 LEKEN

Leken trenger 50 ark eller papptallerkener der det på en side er et tall (1-50) og på den andre siden er det bilde eller tegning av en art.

Tallerkene spres utover et passende område med tallet opp. Det dannes lag som hver bestemmer seg for en felles dyrelyd. Leken starter ved at lagene plasseres på et startsted like langt fra inspektøren og må springe om kapp for å bli første til å trille en terning som fås av inspektøren. Laget skal finne tallerken med tall lik antall prikker. Den som på laget finner rett tallerken skal bruke lagets dyrelyd for å samle hele laget.

Når laget er samlet leser laget oppgaven og blir enige om svaret. Tallerken legges tilbake med tallet opp og lager løper tilbake til instruktøren sier tallet og svaret. Er svaret rett triller de terningen igjen og adderer forrige tall med det nye. Er svaret feil får laget straffelekse (3 spenstopp, armhevinger eller annet).

Første lag til 50 har vunnet. Instruktøren har en liste over tall og svar.

STORVILT**IDÉARK VILT, JAKT OG FANGST****ELGKJØTTDEIG**

Utstyr: Kjøttkvern, kniv, skjærefjøl, brødposer, salt

Gjennomføring: Bruk ferskt elgkjøtt. Skjær bort slintrer og skinn. Mal kjøtt og fett to ganger gjennom kjøttkverna. Finn en balanse mellom kjøtt og fett. Vanlig kjøttdeig inneholder 14% fett. Tips! Legg kjøtt og kjøttkvern en halvtime i fryseboksen før oppmaling. Dette reduserer smittefaren og gjør oppmalingen smidigere. Du kan også la ¼ av kjøttet være vanlig karbonadedeig. Bruksområde: Kan brukes som vanlig kjøttdeig. Passer til karbonader og kjøttkaker. Har litt mer markert smak enn storfekjøttdeig.

STOVILTSGRYTE

Oppskrift:

- 800 g viltkjøtt (elg, rein, rådyr eller hjort)
- Smør til bruning
- ca 300 g sopp
- 3-4 store sjalottløk/2 løk
- 4 gulrøtter
- 6 dl kraft fra vilt eller storfe (buljong)
- 2 dl fløte
- 2 ss rømme
- 2 ss tyttebær/rognebærgele
- 5 knuste einebær
- salt og pepper

Gjennomføring: 4-5 persjoner: Brun kjøtt i biter. Legg kjøttet i ei gryte og krydre. Hell kraft/buljong i gryta. Ha lettstekt løk oppi. Kok i 30-40 minutter. Del grønnsaker, surr lett i ei stekepanne og ha i gryta. Kok 15. min. Tilsett fløte, rømme og bær. Kok opp. Steik sopp og dryss over før servering. Dersom sausen er for tynn kan det kokes inn maisennamel utrørt i vann. Serveres med kokte poteter eller potetmos.

BIDOS

Utstyr: Bålgryte, øse, turkopp med skje

Oppskrift:

- 500 gr. Reinsdyrkjøtt (kan erstattes av elgkjøtt. Reinskav eller elgskav egner seg svært bra)
- 7 dl vann
- 4-5 poteter
- 1-2 gulrot
- 1/2 løk
- 1 ts salt
- 1/4 ts pepper

Gjennomføring: Skjær opp kjøttet i terninger og ha det i gryta. Lag meljevning. Hell meljevningen og vann over kjøttet. La det koke opp under omrøring. NB! For å få fin farge og god smak på retten, er det viktig å ha meljevningen over kjøttet før du setter det til koking. La kjøttet koke ca 1/2 time før du har i poteter og grønnsaker. Rør i gryta av og til.

Vask og skrell poteter og gulrot, skjær det i terninger. Hakk løken. Ha poteter og grønnsaker i kjøttgryta og kok i ca 20 minutter. Smak til med salt og pepper. Serveres med samisk lappbrød

SAMISK BRØD

Utstyr: Bakebolle, sleiv, litermål, bålpanne, stekepanne

Oppskrift:

- 4 dl vann
- 2 ts bakepulver
- 1 ts salt
- 1 ss mørk sirup
- ca 10 dl hvetemel

Gjennomføring: Bland sammen alle ingrediensene til deigen slipper bakebollen. Elt godt. Del deigen i 10 emner og bak disse ut til et flatt brød, ca. 1 cm tykt. Stek brødene på bålpanne eller i stekepanne på komfyren.

NB! Dette er ikke gjærdeig, så her trenger du ikke vente på å elte ut brødene.

ELGLEKEN

Gjennomføring: Lag to linjer med 20-30 meters avstand på en åpen plass.

En del av gruppa, f.eks ¼ skal være "elger", og stiller seg opp bak den ene linja. Resten er "ressursene" mat, vann og beskyttelse og stiller seg opp bak den andre linja. Gruppene snur seg deretter bort fra hverandre slik at ryggene vender mot hverandre.

Så skal alle bestemme seg for hva de skal være og hva de trenger. "Elgene" bestemmer seg for hva de trenger (vann, mat eller beskyttelse), og "ressursene" bestemmer seg for hva de skal være (vann, mat eller beskyttelse). Hver og en bestemmer for seg, gruppa samarbeider ikke. Tegnene vises slik: Vann = hendene mot munnen, mat = dunk hendene på magen, beskyttelse = hendene over hodet.

På signal snur alle seg og viser sitt tegn, da gjelder det for elgene å springe og hente det de trenger blant ressursene. Alle som blir hentet av en elg blir med over til elggruppa og blir elg. Det er kun plass til en elg ved hver "ressurs", dvs bare en elg kan hente en person blant "ressursene". Hvis en elg ikke finner den ressursen som

IDÉARK VILT, JAKT OG FANGST

STORVILT

den trengte, eller at det er fullt, ”dør” den og går over til ressursgruppa. For hver omgang bestemmer deltagerne seg for hva de trenger (elgene) eller hva de vil være (ressursene).

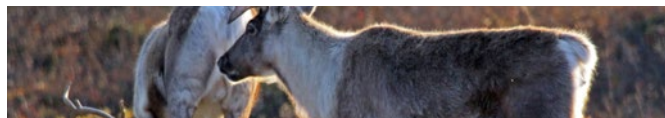
Hensikt med leken: Primært er dette en lek med fysisk aktivitet, men den kan også kobles til matematikk/statistikk og til naturfag, for å få en større forståelse for hvordan bestander påvirkes av tilgang på ressurser og hvordan dette kan framstilles matematisk.

Tips: En voksen bør lede leken: Spørre om alle har bestemt seg for hva de trenger eller skal være, før signalet gis.

DYRELOTTO

Utstyr: Laminerte bilder av storvilt (evnt småvilt)

Gjennomføring: Lærer må på forhånd laminere bilder av storvilt (hunndyr/hanndyr).



Bildene blandes og legges på marka med bildesiden ned. Elevene deles inn i lag. En om gangen fra hvert lag får gå fram og snu 2 ark som skal passe sammen. Er bildene like fortsetter man å snu. Er bildene ulike – går turen til neste lag. Lagmedlemmene bytter på hvem som går fram og snur bilder. Alle på laget må hjelpe til med å huske bilder. Det laget som har flest par til slutt vinner.

Tips: Hvert lag har begrenset tid å bruke på til å snu bildene (de kan ikke bruke lang tid på å bestemme seg). Lærer teller ned 10 sekunder (eller mindre). Klarer de det ikke innen tiden er ute går turen til neste lag.

IDÉARK VILT, JAKT OG FANGST

SMÅVILT

STEKT RYPE PÅ PANNE

Utstyr: Kniv, skjærefjøl, ved til bål/bålpanne (eller stormkjøkken), salt, pepper, smør

Gjennomføring: Når rypa er flådd og rensket, skjærer du ut brystene med en skarp kniv. Varm ei god stekepanne på middels varme, og ha i litt godt smør. Stek rypebrystene i panna (del gjerne opp i mindre biter slik at de lettere blir stekt). Ha i litt ekstra smør hvis nødvendig. Bruk middels varme. Start med skinnsida ned i 10 sek. Snu, stek videre, men husk å snu ofte. Øs litt smør over rypebrystene underveis. Krydre med salt og pepper.

VILTPAKKE MED GRØNNSAKER

Utstyr: Kniv, skjærefjøl, aluminiumsfolie

Oppskrift 1-2 porsjoner:

- olje
- vilt i små tynne strimler
- kantarell
- 1 potet
- 1 gulrot i tynne skiver
- 1/3 paprika
- salt og pepper
- grillkrydder

Gjennomføring: Hell litt olje på aluminiumsfolien. Fordel potet i skiver på folien og legg viltkjøttet over. Ha på gulrot, paprika og krydder. Pakk aluminiumsfolien godt og legg den på bålet. Steik på rist eller i glør i ca 20 minutt. Spises med brød eller flatbrød.



LEK: HAREJAKT

Utstyr: en ertepose eller liknende

Gjennomføring: Del barna inn i to lag som stiller seg opp i to køer på en gitt avstand fra hverandre. Midt i mellom lagene plasserer du en gjenstand, for eksempel en ertepose. En person fra hvert lag løper på signal fram til erteposen. Det er om å gjøre å ta erteposen først. Den som klarer det, vinner motstanderen over til sitt eget lag. Leken fortsetter til alle deltakerne er kommet over på ett lag.

Tips: Det er lett å kræsje i denne leken hvis man blir for ivrig, så be barna være forsiktige.

50-LEKEN

Utstyr: En terning til hver gruppe, kort med spørsmål på og en fasit.

Gjennomføring: Det må lages 50 spørsmål. Disse kan læreren lage selv, eller det kan gjøres i samarbeid med elevene. Spørsmålene kan knyttes til ulike fag og temaer, eller det kan være helt generelle spørsmål. Spørsmålene fordeles på 50 kort eller ark, med tall fra 1–50 på den ene siden og et spørsmål på den andre. Kortene/postene fordeles ut i terrenget på et avgrenset område. De kan henges i trærne eller legges på bakken. Elevene

SMÅVILT**IDÉARK VILT, JAKT OG FANGST**

deles i lag på 4–6 personer. Hver gruppe skal bli enige om en dyrelyd, som skal være deres lokkesignal. Pass på at alle gruppene har forskjellig dyrelyd!

En på gruppa slår terningen, og får for eksempel en 5-er. Nå skal gruppa spre seg og lete etter post nr. 5. Når én på gruppa finner posten, skal den rope lokkelyden høyt for å tilkalle de andre. Når alle har kommet, snur de posten og leser spørsmålet. Gruppa blir enige om svaret, og løper tilbake til læreren og sier for eksempel: «Post 5: Hovedstaden i Spania er Madrid.» Hvis dette er riktig slår en ny på gruppa terningen, og får for eksempel en 4-er. Gruppa løper da ut og leter etter post 9. (Man legger altså til det tallet man hadde forrige gang: $5+4=9$.) Slik jobber alle gruppene helt til en av dem har nådd

post 50. Man kan også si at man holder på i 20 minutt, og så er det om å gjøre å komme lengst på den tiden.

Tips! Legg inn "straff" som for eksempel spenst hopp eller armhevinger ved feile svar. Man kan selvsagt lage færre kort (30, 40) hvis man ønsker. Du finner også leken med oppgaver på www.natursekken.no (30-leken) og www.dnt.no (50-leken).

SMÅVILTLEKEN

Gjennomføring: Avgrens et aktivitetsområde. Barna løper rundt i alle retninger innenfor dette området. De er ryper/orrfugler/harer ol. Når du som leder roper ut for eksempel «rype» og et nummer (for eksempel fem), skal barna straks samle seg i grupper hvor antall barn tilsvare nummeret du ropte, i dette tilfellet fem. De som ikke er i en gruppe da, er ute av leken.

VILT, JAKT OG SANKING**IDÉARK VILT, JAKT OG FANGST****FULL FRÆS – KONKURRANSER**

(Sjekk: <http://friluft.salten.no/fullfras>)

Steinstabling- Brenne av tråen- Lassokasting- Stå på et bein i ulent terreng

90-GRADER'N

Gjennomføring: Elevene står mot et tre eller en vegg. Ryggen inntil tre/vegg og knærne i 90 grader. Om å gjøre å holde ut lengst i stillingen.

BØTTEHOLDING

Utstyr: Like bøtter – 2 til hver deltager

Gjennomføring: 2 elever står mot hverandre, men armene rett ut og en bøtte i hver hånd. Hvem klarer å holde ut lengst? Viktig at armene skal være strake.

Tips: Vanskelighetsgraden kan økes med å ha i vann i bøttene.

BÅLTENNINGSKONKURRANSE

Utstyr: En bit never (ca. 20 cm x 5 cm), 3 tørre pinner (ca. 30 cm kutten av en plankebit), 1 kniv og en fyrstikk- eske til hvert lag .

Gjennomføring: Lagene skal nå lage bål på sitt start- område. På motsatt side av banen ligger små biter never, små tørre pinner, kniv i slire og fyrstikk- esker. Hvert lag skal hente 1 bit never, 3 tørre pinner, 1 kniv i slire og 1 fyrstikk- eske. Når instruktøren roper "start" skal en på hver lag løpe over banen og hente en ting. Når denne kommer tilbake til startstedet kan neste løpe og hente en annen ting. På samme måte henter laget kniven og fyrstikk- esken. Lagene får 3 minutter til å forberede bålet. Når instruktøren roper "tenn bål" får lagene 1 minutt til å få fyr på bålet. Når tiden er ute skal alle på hvert lag flytte seg 1 meter bort fra bålet og ingen får røre bålet etter at tiden ute. Laget med bålet som flammer lengst har vunnet.

Tips: Bålene bør tennes på steder egner seg for bål. Grusbakker eller en liten steinhelle til hvert lag egner seg godt for slike små bål. Lagene kan også bli gitt lov til selv å lete etter 1 – 3 brennbare ting til bruk i til å bygget bålet. Vanskelighetsgraden kan økes ved å bruke tenn- stål i stedet for fyrstikker.