



Stenalderboller

Målgruppe

15 år og opefter

Årstid

Hele året

Tid

1-3 timer

Sted

Udendørs

Formål med aktiviteten

At lære at man sagtens kan bage uden mel.

Materialer

- To gamle bradepander fra ovn
- Skål, to skeer, skærebræt og kniv
- Gode grydelapper
- Margarine til at smøre bradepanden
- 150 g nødder
- 100 g sesamfrø
- 100 g hørfrø
- 100 g solsikkefrø
- 100 g græskarkerner
- 1 dl olie
- ½ tsk salt
- 3 æg
- En håndfuld tranebær
- En håndfuld rosiner
- En håndfuld hakket chokolade

Sådan gør du

1. Tænd bål og vent til der er gode gløder
2. Hak nødder og chokolade groft.
3. Bland øvrige ingredienser sammen. Form boller med to skeer og læg dem på en smurt bradepande. Læg endnu en bradepande på som låg og bag over bål – gerne på en bålrist.
4. Det kan godt være svært at finde den rette temperatur og bage-tid, men prøv jer frem. Løft "låget" en gang i mellem og vend evt. bollerne undervejs.