

Forberedelser



Mange spør oss hvordan det går med forberedelsene til padleturen.

Bra sier vi – og det går bra, men det tar lang tid...

Det er så mye som skal gjøres; båtene skal være i orden og tilpasset hver vår smak, kameratredning skal repeteres og øves på, utstyr skal testes, kompletteres, repareres, lages og kjøpes, en doktoravhandling skal ferdigstilles, rapporter skal skrives og postere skal lages, Norad-søknad skal også skrives og ikke minst – mat skal tørkes, kjøpes, veies, kuttes, bankes, regnes ut, pakkes....

Vi har dokumentert ca 0.1 ‰ av det vi bedriver for tiden – og noe av det er presentert her.

Velkommen til oss....

Siden den vanntette våpenposen vi kjøpte til Mauser'ne våre sist ikke gjorde annet enn å samle vann, har Anders gått til det skritt å lage våpenposer selv - med PVC-presenning, seilmakertråd og ymse typer lim



Kajakker skal kjøpes, byttes, testes, betales, transporteres og tilpasses.

Sivert og *Aurora* har blitt sent til en pensjonisttilværelse på Andørja, *Fridtjof* har vi transportert tilbake til Horten siden han hadde et hull i seg og blitt byttet ut med *Fridtjof II*

- som forøvrig ikke er døpt enda.





Tørkemaskinen har gått kontinuerlig siden vi kjøpte den. Vi har bl.a. tørket en kalkun, 10 kg sommerkoteletter, no'n kilo nakkekoteletter, Go-og-Mager kjøttpølser og et ukjent antall kilo av frukt, grønnsaker og krydder: pærer, ananas, mango, epler (med og uten kanel og sukker), bananer, plommer, fruktcocktail, mais, gulrøtter, poteter, paprika, tomater, kålrabi, løk bønner, timian, syre, hvitløk – ja til og med egg

Nå skal all maten fordeles og pakkes i poser. En pose hver til frokost og lunch, en fellespose til middag og en pose hver til nøtteblanding. Alt skal blandes så det blir smakfullt, næringsrikt og lett å pakke.



Klart til middagspakking



Vi prøver å kjøre et kosthold på 30-30-40 % sammensetning av proteiner, fett og karbohydrater hhv. Så skal vi ha passe mye kalorier til sammen og riktige vitaminer, mineraler og omega 3...
- og den må veie lite, ta liten plass og være holdbar lenge
- ja, og til slutt vil vi gjerne at den skal smake godt



Jeg tror vi har kommet frem til en bra plan med en både god, sunn, holdbar og (forholdsvis) lettpakkelig diett.

Kanskje vi legger ut alle oppskrifter og utregninger og tips og triks for spesielt interesserte dersom dietten viser seg å bli en suksess. Hvis det derimot viser seg å være en katastrofediett, ja så kan det hende vi legger det ut allikevel, men det får kanskje bli etter at vi kommer hjem.



Stua vår i dag (2.6.2008) er full av håndklær med tørkakjøtt på. Det ser jo litt rart ut, men det er en logisk forklaring på det hele. Alt kjøttet vi har tørka har vi lagt i fryseboksen (bare for sikkerhetsskyld), og nå er det på tide å tine det for å putte det i lunch og middagsposene, så nå ligger det rundt i stua og tiner.

- og så prøver vi å oppdatere hjemmesida vår sånn innimellom

