

# Hajkbomb

till en person:

**kokt** potatis, så mycket som passar hungern 1- 4 st!

ca 100g falukorv

en tomat

1/2 lök

1/2 äpple

en klick (ca 1/2dl) crème fraiche

Skär allt i bitar.

Ta av en bit, ca 50 cm, aluminiumfolie.

Lägg en mindre bit, ca 25 cm, aluminiumfolie mitt på den stora biten (Ta ugnsfolie – akta er för så kallad "matfolie" som kan innehålla ett plastlager också!)

Lägg maten mitt på folien.

Krydda efter smak.

Vik ihop foliepaketet så att det blir tätt. Forma gärna översidan till ett skaft/handtag att ta paketet med. Eller vik ihop överdelen så att det bildas en ryggekam som på en dinosaurie. Att hålla i!

Lägg foliepaketet direkt i glöden. 10 minuter brukar vara lagom för att det ska bli ordentligt varmt! Ta ur paketet ur elden med tjocka handskar på händerna.

Lägg på marken – inte i knäet. Eller på en hajkbricka!!

Öppna och känn den goda doften sprida sig. Ät med sked.

Man kan värma upp i stort sett vilken mat som helst på detta sätt, men man måste se till att det finns tillräckligt mycket vätska och också lite fett i paketet. Använd råvaror som bara behöver värmas – inte tillagas.

Förslag till andra ingredienser:

**Kokt** ris, rå fisk (tinad – ej frusen!!!), skivad purjolök, tomat, oliver.

**Färdigsväld** couscous, squash i små bitar, röd paprika, lök, champinjoner, kokta kikärter, persilja.

**Kokt** ris, kassler, tomat, stjälselleri, rättika.

**Färdiglagade rester** från kylskåpet!!!

**Kom ihåg fett och vätska i alla paket!**