

# Eat Out

**Eat Out kan du tage ved at spise mad tilberedt på bål en gang om måneden i et år.**

**Måltidet skal bestå af en hovedret med mindst to forskellige elementer, som bliver lavet på bål - fx jægergryde og ris.**

**De 12 måltider skal være forskellige. De skal laves på bål, og ikke på fx stormkøkken.**

**Skriv i mappen hver måned hvad det er du har lavet af mad.**

