

OutdoorTipps:

Diese Tipps sind auch für Einsteiger umsetzbar und beschäftigen sich mit den täglichen Herausforderungen beim Wandern & Campen.

Blasen vermeiden:

- **Hirschtalgcreme** macht die Haut elastischer.
- **Nylonstrümpfe als „Untersocken“** – nehmen kein Wasser auf. Die Füße bleiben trocken. Es entsteht kaum Reibung zwischen Füßen und eigentlichen Wandersocken.

Ausrüstung pflegen:

- **Nasse Schuhe trocknen.** Ein paar größere Steine im Lagerfeuer oder Campingkocher erhitzen, über Nacht in die Schuhe legen und beides zum Austrocknen gut abdecken.
- **Teebaumöl.** Outdoorbekleidung aus Synthetikfasern damit waschen, reduziert den Schweißgeruch.

Für Outdoor-Küche:

- **Asche als Energiespender.** Asche ganz fein reiben und mit ausreichend Wasser vermengen. Dies dient als erstklassiger Elektrolyt-Spender.
- **Kartoffelchips als Feueranzünder.** Durch das Fett und die Stärke in den Kartoffelchips brennen diese schnell und andauernd.
- **Birkenrinde brennt wie Zunder.** Selbst bei Regen ist die Innenseite der Rinde trocken und brennt sehr gut.
- **Alufolie, ein echter Allrounder.** Aus Alufolie einen provisorischen Kochtopf formen, einen leichten und effektiven Windschutz für den Kocher bauen. Kartoffeln, Fleisch und Gemüse in Alufolie wickeln und zum Garen direkt in die Glut des Feuers legen.
- **Mit Suppenwürfeln zum Chefkoch.** Um Gerichte ein wenig „aufzupeppen“ einfach Brühe- bzw. Suppenwürfel mit auf die Tour nehmen. Die sind klein und leicht und einfacher zu gebrauchen als mehrere Gewürze.
- **Milch für Kaffee oder zum Kochen.** Magermilchpulver hält sich länger als Vollmilchpulver.
- **Ein kleines Gewürzregal.** Pfeffer und Salz als Gewürzmischung in „Tic-Tac“-Dosen füllen und in einem Zip-Beutel packen. Auch andere Gewürzmischungen sind möglich.

Energie sparen:

- Erst das Wasser im Topf zum Kochen bringen und dann die Zutaten hinzufügen. Dann den Topf vom Kocher nehmen und ihn in ein Kleidungsstück einwickeln. Gerichte garen so fertig, ohne Brennstoffverschwendung. Instant Nudel- und Reisgerichte am Morgen in Wasser einweichen, so sind diese am Abend zum Kochen bereits aufgeweicht.

Sauberkeit:

- **Backpulver** ist die Geheimwaffe unter den Outdoor-tipps! Etwas Backpulver mit Zimt verdünnt dient als Zahnpasta. In Schuhen wirkt es wie ein Fussdeo. Mit Wasser vermischt wird stark verschmutztes Geschirr leichter sauber.
- **Wasser verhindert Russ im Kocher.** Um die Bildung von Russ im Benzin- oder Mehrstoffkocher zu reduzieren, den Brennstoff mit etwas Wasser verdünnen. Das verringert zwar ein wenig den Brennwert, sorgt aber für weniger Russbildung.

Bequemlichkeit:

- **Ende der Rutschpartie im Zelt.** Ein paar Silikonstreifen z.B. aus SIL-Net auf den Zeltboden oder Isomatte auftragen – Problem gelöst!
- **Durchblick im Zelt auch in der Nacht.** Dinge wie z.B. Stirnlampe, Trinkflasche etc. einfach mit reflektieren den Klebestreifen versehen, die in der Nacht leuchten.
- **Kleidersack als Kopfkissen.** Einen Kleidersack mit der mitgeführten Kleidung füllen.
- **Eisfrei durch die Nacht.** Getränkeflaschen mit in den Schlafsack nehmen, so gefriert nichts.
- **Wärmflasche.** Wasser in der Trinkflasche auf dem Kocher oder Lagerfeuer erhitzen und mit in den Schlafsack nehmen.
- **Mehr Wärme im Schlafsack.** Alle Kleidungsstücke mit in den Schlafsack „stopfen“ – das reduziert Kältebrücken.
- **Mütze in der Nacht.** Eine enganliegende Mütze im Schlafsack tragen. Diese schützt vor ungewolltem Auskühlen.

