



# BUSH CRAFT

Co jeść,  
gdzie to znaleźć

I JAK

— PRZYZRZĄDZIĆ —



DAVE CANTERBURY

Bestsellerowy autor „New York Timesa”



Tytuł oryginału: The Bushcraft Field Guide to Trapping, Gathering,  
and Cooking in the Wild

Tłumaczenie: Krzysztof Krzyżanowski

ISBN: 978-83-283-8087-5

Copyright © 2016 by Simon & Schuster, Inc

All rights reserved, including the right to reproduce this book or portions thereof  
in any form whatsoever.

ADAMS MEDIA and colophon are registered trademarks of Simon and Schuster.

Published by arrangement with Adams Media, an Imprint of Simon & Schuster, Inc.,  
1230 Avenue of the Americas, New York, NY 10020, USA.

Translation copyright © 2022 Helion S.A.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości  
lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione.  
Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie  
książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie  
praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi  
bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz wydawca dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje  
były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich  
wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych  
lub autorskich. Autor oraz wydawca nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności  
za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Helion S.A.

ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice

tel. 32 231 22 19, 32 230 98 63

e-mail: [redakcja@bezdroza.pl](mailto:redakcja@bezdroza.pl)

WWW: <https://bezdroza.pl>

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres:

<https://bezdroza.pl/user/opinie/buscoj>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Printed in Poland.

- [Kup książkę](#)
- [Poleć książkę](#)
- [Oceń książkę](#)

- [Księgarnia internetowa](#)
- [Lubię to! » Nasza społeczność](#)

# SPIS TREŚCI

|             |   |
|-------------|---|
| Wstęp ..... | 9 |
|-------------|---|

|                          |    |
|--------------------------|----|
| CZĘŚĆ 1: PROWIAANT ..... | 13 |
|--------------------------|----|

|                                              |           |
|----------------------------------------------|-----------|
| <b>ROZDZIAŁ 1: CO NALEŻY ZE SOBĄ ZABRAĆ?</b> | <b>15</b> |
|----------------------------------------------|-----------|

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Narzędzie do cięcia .....           | 16 |
| Narzędzia do rozpalania ognia ..... | 16 |
| Ośłona .....                        | 17 |
| Metalowy pojemnik .....             | 18 |
| Linka .....                         | 18 |
| Zestaw awaryjny .....               | 18 |
| Plecak .....                        | 19 |
| Potrzeby żywieniowe .....           | 20 |
| Woda .....                          | 24 |

|                                                          |           |
|----------------------------------------------------------|-----------|
| <b>ROZDZIAŁ 2: ŻYWNOŚĆ WYMAGAJĄCA MINIMALNEJ OBRÓBKI</b> | <b>29</b> |
|----------------------------------------------------------|-----------|

|                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------|----|
| Przekąski i mieszanki z orzechów i bakalii .....             | 30 |
| Żywność gotowa do podgrzania lub wstępnie przygotowana ..... | 32 |
| Żywność liofilizowana lub w proszku .....                    | 35 |

|                                                                                                 |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>ROZDZIAŁ 3: ZDROWA ŻYWNOŚĆ, KTÓRA NIE WYMAGA<br/>PRZECHOWYWANIA W WARUNKACH CHŁODNICZYCH</b> | <b>39</b> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|

|                        |    |
|------------------------|----|
| Warzywa i owoce .....  | 40 |
| Peklowane mięso .....  | 41 |
| Produkty zbożowe ..... | 42 |

**ROZDZIAŁ 4: DODATKOWE ARTYKUŁY SPOŻYWCZE 45**

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Podstawowe składniki .....  | 46 |
| Przyprawy .....             | 46 |
| Miód .....                  | 48 |
| Kakao, herbaty i kawa ..... | 48 |

**CZĘŚĆ 2: BUSHCRAFTOWE METODY GOTOWANIA ..... 51****ROZDZIAŁ 5: GOTOWANIE POŚRÓD DZICZY 53**

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Zawartość turystycznej szafki kuchennej ..... | 54 |
| Popularne zamienniki .....                    | 56 |

**ROZDZIAŁ 6: PRZYGOTOWYWANIE OGNISKA 59**

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| Wybór właściwego drewna .....                     | 60 |
| Rozpalanie ognia .....                            | 63 |
| Sprawdzanie temperatury żaru .....                | 65 |
| Rozpalanie ognia — zagadnienia zaawansowane ..... | 66 |

**ROZDZIAŁ 7: NACZYNIA I PRZYBORY KUCHENNE 83**

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| Materiały, z których może być wykonany sprzęt używany do gotowania ... | 84 |
| Podstawowy ekwipunek .....                                             | 87 |
| Gotowanie w jednym garnku .....                                        | 88 |
| Zalety i wady dodatkowego sprzętu kuchennego .....                     | 90 |
| Dbanie o naczynia .....                                                | 93 |

**ROZDZIAŁ 8: AKCESORIA KUCHENNE PRZYGOTOWYWANE NA ŁONIE NATURY 97**

|                                                                |     |
|----------------------------------------------------------------|-----|
| Deski do krojenia i pieczenia .....                            | 98  |
| Przybory kuchenne .....                                        | 98  |
| Przygotowywanie bardziej wyszukanych akcesoriów z drewna ..... | 99  |
| Wykonywanie naczyń podczas wędrówek po łonie natury .....      | 102 |

## **ROZDZIAŁ 9: KONSTRUKCJE, KTÓRE MOŻESZ Z ŁATWOŚCIĄ WYKONAĆ POŚRÓD DZICZY** **105**

|                                                                |     |
|----------------------------------------------------------------|-----|
| Żuraw do zawieszenia garnka . . . . .                          | 105 |
| Poprzeczka i rožen . . . . .                                   | 106 |
| Trójnogi . . . . .                                             | 107 |
| Kuchnia obozowa Canterbury'ego . . . . .                       | 108 |
| Palenisko umieszczone na podwyższeniu . . . . .                | 110 |
| Pojemniki i naczynia wykonywane w warunkach polowych . . . . . | 110 |
| Inne nietypowe naczynia . . . . .                              | 111 |
| Piec z gliny . . . . .                                         | 111 |
| Przedmioty potrzebne do obróbki żywności . . . . .             | 113 |
| Metalowe przyrządy używane podczas gotowania . . . . .         | 114 |

## **ROZDZIAŁ 10: METODY OBRÓBKŻ ŻYWNÓŚCI** **117**

|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| Smażenie . . . . .                           | 117 |
| Opiekanie . . . . .                          | 118 |
| Pieczenie . . . . .                          | 120 |
| Pieczenie w zamkniętej przestrzeni . . . . . | 120 |
| Gotowanie . . . . .                          | 120 |
| Duszenie . . . . .                           | 121 |
| Gotowanie na parze . . . . .                 | 122 |

## **CZĘŚĆ 3: KORZYSTANIE Z DARÓW NATURY** **125**

### **ROZDZIAŁ 11: ULUBIONE PRZEPISY DAVE'A** **127**

|                                         |     |
|-----------------------------------------|-----|
| Stare, sprawdzone rozwiązania . . . . . | 127 |
| Ulubione ekspresowe przepisy . . . . .  | 132 |

### **ROZDZIAŁ 12: PRZYGOTOWYWANIE NIETYPOWEJ ŻYWNÓŚCI** **141**

|                                               |     |
|-----------------------------------------------|-----|
| Stworzenia, które można jeść . . . . .        | 142 |
| Stworzenia, których nie należy jeść . . . . . | 143 |

**ROZDZIAŁ 13: ROŚLINY JAKO ŹRÓDŁO POŻYWIENIA 145**

|                                          |     |
|------------------------------------------|-----|
| Popularne rośliny jadalne .....          | 145 |
| Zioła, które przyjdą Ci na ratunek ..... | 148 |
| Orzechy .....                            | 152 |
| Owoce .....                              | 153 |
| Inne jadalne części roślin .....         | 155 |

**ROZDZIAŁ 14: KONSERWOWANIE ŻYWNOŚCI POZYSKANEJ NA ŁONIE NATURY 157**

|                     |     |
|---------------------|-----|
| Mąki i mączki ..... | 158 |
| Soki .....          | 160 |
| Mięso .....         | 161 |

**CZĘŚĆ 4: AWARYJNE  
METODY GOTOWANIA ..... 167****ROZDZIAŁ 15: GOTOWANIE NA SILNIKU SAMOCHODOWYM 169**

|                                                 |     |
|-------------------------------------------------|-----|
| Przepisy na dania przyrządzane na silniku ..... | 170 |
|-------------------------------------------------|-----|

**ROZDZIAŁ 16: NIETYPOWE PALIWA I TABLETKI PALIWOWE 173**

|                                        |     |
|----------------------------------------|-----|
| Bloki z wiórów .....                   | 174 |
| Tłuszcz zwierzęcy .....                | 174 |
| Żywica sosnowa .....                   | 174 |
| Tabletki paliwowe i paliwa stałe ..... | 175 |

**ROZDZIAŁ 17: PRZYGOTOWYWANIE KUCHENKI 177**

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| Budowanie piecyka raketowego ..... | 177 |
| Szwedzka pochodnia .....           | 179 |
| Kuchenska z puszki .....           | 180 |
| Kuchenska z dwóch puszek .....     | 180 |

**ROZDZIAŁ 18: GOTOWANIE NA SŁOŃCU 183**

|                                                   |     |
|---------------------------------------------------|-----|
| Kuchenska z osłony na szybę samochodową .....     | 184 |
| Kuchenska słoneczna a czas gotowania potraw ..... | 184 |

**DODATEK A: WARTOŚCI ODŻYWCZE ORZECHÓW 187****SKOROWIDZ 189**



---

## — Rozdział 9 —

# KONSTRUKCJE, które możesz z łatwością wykonać POŚRÓD DZICZY

---

*„W dzikości jest przetrwanie świata”.*

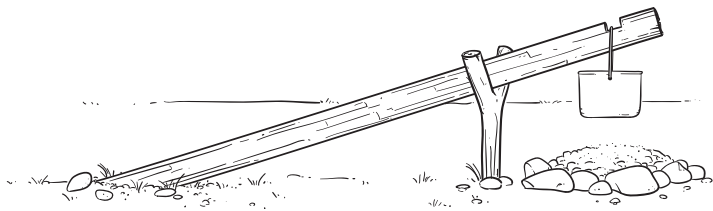
— HENRY DAVID THOREAU

**D**rewno jest materiałem, z którego można wykonać wiele nieskomplikowanych konstrukcji i przyrządów— warunkiem jest poznanie prostych nacięć i węzłów. Różne haczyki i przyrządy do zawieszania pozwalają umieścić garnek nad ogniem na poprzeczce lub trójnogu. Drągi do wieszania zabitych zwierząt ułatwiają oprawianie zdobyczy, a z drewna i kamieni można przygotować piece oraz różne nieskomplikowane konstrukcje używane do gotowania.

### **ŻURAW DO ZAWIESZENIA GARNKA**

Jeżeli potrzebujesz zawiesić garnek, możesz przygotować prowizoryczny żuraw — wystarczy znaleźć odpowiedni drąg, a następnie oprzeć go pod pewnym kątem o kamień lub pniak drzewa i wbić drugim końcem w ziemię.

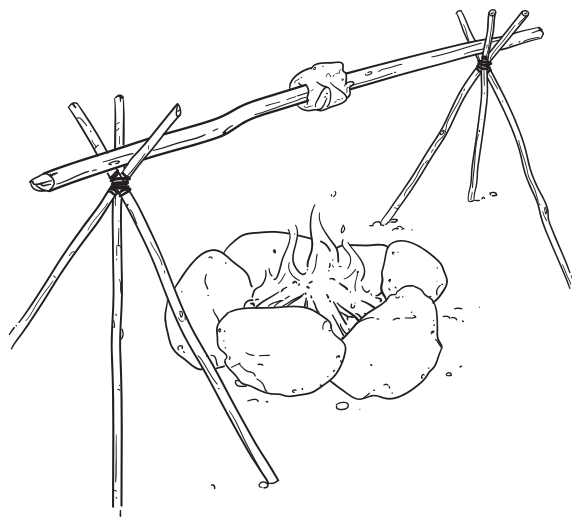
Na uniesionym końcu trzeba jeszcze wykonać nacięcie, które pozwoli zawiesić garnek nad ogniem. Taka konstrukcja wystarczy do przygotowania wszelkiego rodzaju dań jednogarnkowych (patrz: rysunek 9.1).



**Rysunek 9.1. Żuraw do zawieszenia garnka**

## POPRZECZKA I ROŻEN

Przygotowanie nieskomplikowanej poprzeczki i rożna jest całkiem proste. Znajdź dwie rozwidlone gałęzie o długości mniej więcej 90–120 cm. Wbij je pozbawionymi rozwidleń końcami w ziemię po przeciwnych stronach ogniska. Poprzeczka wykonana z prostego kija pozwoli Ci zawiesić garnek nad ogniem. Żeby dopasować wysokość, na jakiej znajduje się naczynie, możesz użyć kilku haczyków (wykonanych chociażby z metalu, jeśli wolisz takie rozwiązanie).



**Rysunek 9.2.  
Prowizoryczny rożen**

Gdy szukasz rozwidlonych fragmentów drewna, nie używaj gałęzi w kształcie litery Y, gdyż pod obciążeniem będą się one rozszczepiać. Wykorzystaj raczej rozwidlenie, które powstało w miejscu, gdzie gałąź wyrosła pod pewnym kątem z drzewa lub z większej gałęzi.

Jeśli potrzebujesz zbudować rożen, znajdź kolejny rozwidlony kawałek drewna. Tym razem możesz użyć gałęzi w kształcie litery Y; drewno powinno być świeżo ścięte, a jego długość musi być większa od odległości między punktami mocowania po obu stronach ogniska (patrz: rysunek 9.2).

## TRÓJNOGI

Trójnogi to jedno z najbardziej użytecznych w obozie konstrukcji, można je bowiem dostosować do wielu metod gotowania. Do ich budowy najlepiej używać świeżo ściętych, młodych drzewek posiadających twarde drewno<sup>1</sup>. Przygotuj trzy fragmenty drewna o podobnej długości, a następnie połącz je przewiązaniem. Możesz użyć w tym celu przewiązu trójnogu lub zabrać ze sobą metalowy pierścień, który jeszcze bardziej ułatwi Ci zadanie (przykładowy trójnóg został pokazany na rysunku 9.3).



**Rysunek 9.3.**  
**Trójnóg używany do gotowania**

<sup>1</sup> Z punktu widzenia zasad Leave No Trace, staraj się ograniczyć swój ślad w naturze i wykorzystuj gałęzie pozyskane z powalonego już drzewa lub z wycinki. Nie niszcz młodych drzewek — *przyp. red.*

## KUCHNIA OBOZOWA CANTERBURY'EGO

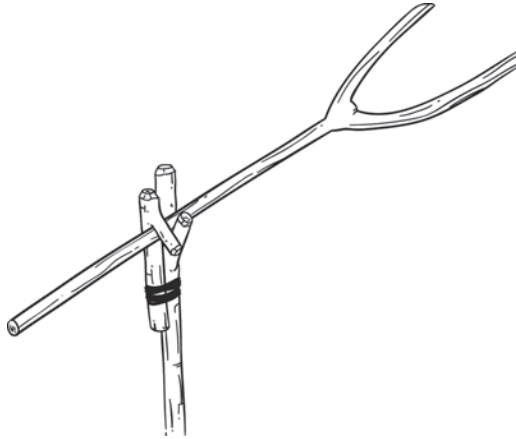
Trójnóg pozwala szybko przygotować kuchnię obozową. Może ona być całkiem nieskomplikowana i sprowadzać się do garnka zawieszonego nad ogniem, aczkolwiek może też być bardziej wyszukana i obejmować wieszak do wędzenia mięsa lub kratę do opiekania. Przygotowując wielofunkcyjną konstrukcję kuchenną, którą nazwałem „kuchnią obozową Canterbury’ego”, zaczynamy od zwykłego trójnogu. Potem należy go uzupełnić o trzy krótkie, rozwidłone patyki przywiązane w połowie długości do każdej nogi konstrukcji. Ostatni z rozwidlonych patyków na wierzchołku trójkąta powinien być przywiązany tak, żeby był zwrócony do środka konstrukcji, natomiast pozostałe dwa powinny być skierowane na zewnątrz. Na tym etapie można dodać trzy poprzeczki, które będzie można z łatwością usunąć, gdyby nie były akurat używane.

Na zewnętrznych rozwidlonych patykach przymocowanych do trójnogu kładę poprzeczkę, która powinna być nieco dłuższa niż pozostałe dwie, co pozwoli zawiesić przybory kuchenne w taki sposób, żeby nie przeszkadzały podczas gotowania, a zarazem znajdowały się pod ręką. Gdybyś potrzebował wieszaka do suszenia mięsa, możesz teraz przyciąć i ponacinać poprzeczki, które ułożysz na zbudowanym właśnie trójkącie. Również te elementy konstrukcji można usunąć, gdyby nie były chwilowo potrzebne.

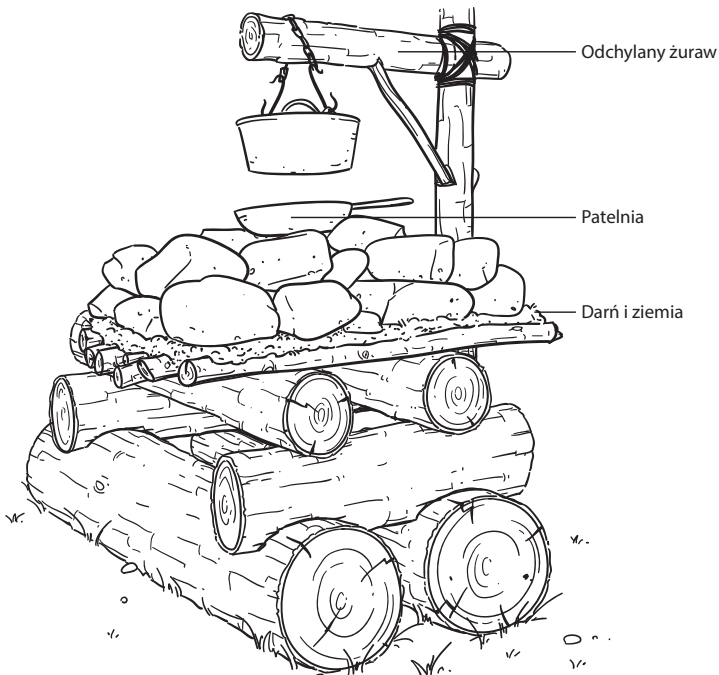
Do centralnego punktu trójnogu przymocuj regulowane jarzmo złożone z linki i patyka z nacięciem. Możesz dodawać lub usuwać ten element w zależności od tego, w jaki sposób zamierzasz przyrządzać dany posiłek. Na najdłuższej poprzeczce należy umieścić kilka haczyków, które pozwolą zawiesić nad ogniem więcej niż jedno naczynie.

Nie da się przecenić użyteczności trójnogu, gdyż z łatwością można modyfikować zarówno rozstaw nóg i oś konstrukcji, jak i odległość od ognia, regulowaną przy użyciu jarzma lub haczyków umożliwiających niewielkie zmiany (rysunek 9.4 pozwoli Ci lepiej przyjrzeć się regulowanemu jarzmu).

Jeśli chcesz użyć tej konstrukcji do pieczenia lub wędzenia, świetnie sprawdzi się folia NRC owinięta wokół trójnogu błyszczącą warstwą do wewnątrz.



**Rysunek 9.4. Regulowane jarzmo**



**Rysunek 9.5. Kuchnia w formie ołtarza**

## PALENISKO UMIESZCZONE NA PODWYŻSZENIU

Jeśli wolisz trwalsze rozwiązanie, które zapewnia bardzo duży komfort gotowania i dobrze sprawdza się w miejscach zagrożonych pożarami, możesz przygotować ognisko na podwyższeniu. Jest ono wykonywane z naturalnych materiałów — w tym celu musisz zbudować z bali konstrukcję na planie prostokąta (powinna mieć wysokość 1 m i boki o długości odpowiednio 90 i 120 cm). Wypełnij ją ziemią i przygotuj na górnej powierzchni ognisko. Możesz też uzupełnić całość o rozwidłone patyki oraz słupki z poprzeczkami służącymi do zawieszania nad ogniem naczyń. W ten sposób uzyskasz komfortowe stanowisko do gotowania, a jeśli chodzi o użytkowanie długoterminowe, z boku z łatwością można dobudować piec z gliny. Inny przykład konstrukcji paleniska, w którym ziemia jest tylko na wierzchu, a całość pusta w środku, został pokazany na rysunku 9.5.

## POJEMNIKI I NACZYNIA WYKONYWANE W WARUNKACH POŁOWYCH

Wykonanie zestawu garnków z opróżnionych puszek po jedzeniu jest całkiem proste. W praktyce możesz zrobić naczynie do gotowania, używając po prostu otwieracza do puszek. Duża puszka o pojemności 3–3,5 l świetnie nadaje się na garnek, zwłaszcza jeśli doczepisz do niej pałąk z drutu.

Z mniejszej puszki, która zawierała na przykład zupę, możesz zrobić kubek. Wewnątrz takiej puszki zmieści się plastikowa butelka po napoju gazowanym, pełniąc funkcje manierki. Grubsze butelki (takie, w których sprzedawane są np. napoje izotoniczne) można włożyć do nieco większej puszki po gulaszu. Jeśli chodzi o dołączanie do puszek uchwytów, mniejsze naczynie możesz owinąć drutem, natomiast w większym należy zrobić otwory pozwalające założyć druciany pałąk. Jeśli połączysz puszkę po gulaszu z odwróconą puszką po tuńczyku, zapewnisz sobie pokrywkę do mniejszego garnka, a gdybyś potrzebował płytkego rondla, w tej roli sprawdzi się tania foremka do pieczenia okrągłych ciast. Jako ręczki możesz użyć tanich kombinerek, pamiętając, że taki płytki rondel może też pełnić funkcję talerza.

Poskładany arkusz grubej folii aluminiowej używanej do owijania pieczonych potraw świetnie dopełni ten budżetowy zestaw.

## INNE NIETYPOWE NACZYNNIA

Nie brakuje innych przedmiotów, których możemy używać do gotowania, choć najczęściej nie zdajemy sobie z tego sprawy. Miski dla psów — mniejsze lub większe, płytsze lub głębsze — są na przykład wykonane ze stali nierdzewnej i mają bardzo przystępne ceny. W połączeniu z rączką z kombinerek stają się świetnymi patelniami. Dwie takie miski połączone ze sobą metalowymi klipsami biurowymi zamieniają się w bardzo zgrabny, przenośny piekarnik, a ponieważ jedna mieści się w drugiej, taki sprzęt będzie też zabierał niewiele miejsca.

Patelnie do płukania złota — czyli naczynia z wysokimi ściankami bocznymi — też są wytwarzane ze stali. Dobrze sprawdzają się w roli płytkich rondli i talerzy, a w zależności od tego, co robimy akurat na świeżym powietrzu, mogą pełnić wiele różnych funkcji. Zdarzało mi się przyrządzać na takich patelniach rozmaite dania, od ryby aż po fasolkę po bretońsku.

## PIEC Z GLINY

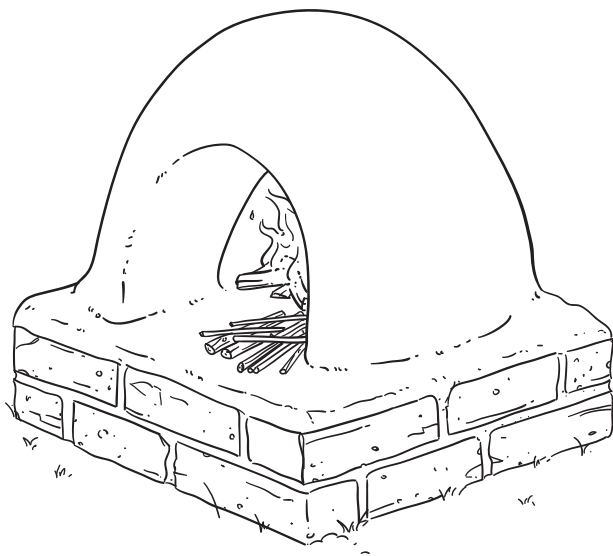
Do przygotowania takiego pieca będziesz potrzebować dobrej jakościowo, względnie czystej gliny. W wielu częściach lasów we wschodniej części Stanów Zjednoczonych tego rodzaju materiału warto szukać w pobliżu brzegów rzek. Napelnij gliną kilka 20-litrowych wiader, a następnie przetransportuj je do obozu. Jeśli chcesz wykonać z niej garnki, glinę trzeba będzie oczyścić, a następnie wymieszać ze spoiwem w rodzaju puchu pałki szerokolistnej lub piasku. Do budowy pieca gliny nie trzeba dodatkowo przygotowywać.

## BUSHCRAFTOWA RADA

Gliny możesz też użyć, przyrządzając drobne ssaki, ryby i ptaki. Najpierw wypatrosz zwierzę i odetnij mu głowę oraz łapy lub skrzydła. Nie ma potrzeby obdzierać go ze skóry lub oskubywać z piór. Zamiast owijać mięso w folię, obłóż je gliną (nie powinny wystawać spod niej żadne łuski, futro ani pióra). Potem ułóż całość na gorących węglach, żeby się upiekła. Gdy glina stwardnieje, rozbij ją i oczyść z niej mięso (czas przyrządzania różnych zwierząt będzie krótszy lub dłuższy, ale przeważnie ten proces trwa około godziny). Pióra, łuski, futro i inne niejadalne części powinny odpaść razem z gliną.

Usyp na płaskim terenie kopiec z wilgotnej ziemi odpowiadający rozmiarami wnętrzu Twojego pieca, a potem pokryj tę konstrukcję warstwą gliny o grubości nieco ponad 1 cm. Jeśli robisz to w słoneczny dzień, po jakiejś godzinie glina powinna stwardnieć na tyle, żeby dało się w niej rzeźbić oraz wykonać otwór od frontu i znajdujący się w górnej części pieca komin o średnicy 5-10 cm.

Całą konstrukcję zostaw na kilka dni na słońcu, aby wyschła i porządnie stwardniała od zewnątrz; później ostrożnie usuń ze środka ziemię i zbuduj w piecu niewielkie ognisko. Stopniowo podsycaj je, by wypalić wnętrze konstrukcji. Jeśli wszystko pójdzie zgodnie z planem, będziesz w stanie przyrządzać w piecu posiłki, odsuwając gorące węgle na boki i umieszczając jedzenie pośrodku (patrz: rysunek 9.6).



**Rysunek 9.6. Piec z gliny**

## PRZEDMIOTY POTRZEBNE DO OBRÓBKİ ŻYWNOSCI

Omówiłem już sprzęt potrzebny do gotowania i spożywania posiłków, ale nie opisałem jeszcze narzędzi używanych do obróbki żywności. Zawsze musimy pamiętać o narzędziach do cięcia, które będą potrzebne do przygotowywania jedzenia, ponieważ istnieje niewielkie prawdopodobieństwo, że uda się je nagle sklecić w obliczu napotkanej potrzeby. Warto zatem rozważyć zabranie ich ze sobą.

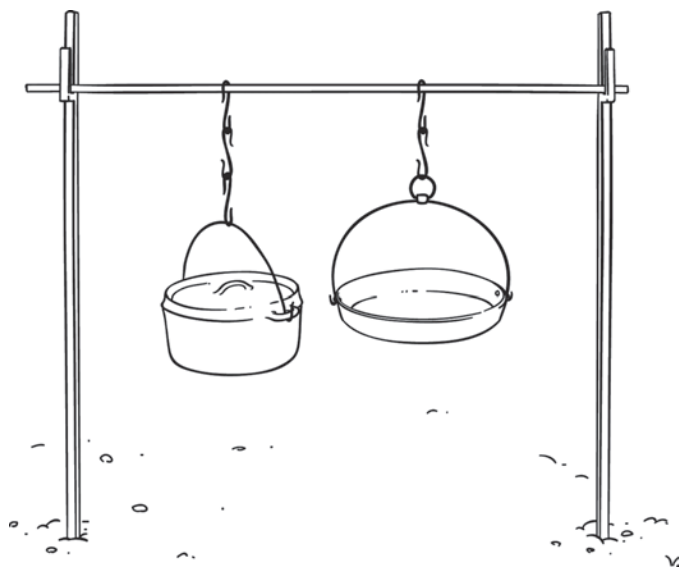
- **Nóż** — jest absolutnie niezbędny. Jeśli chodzi o finki, jestem zwolennikiem noży przypominających kształtem noże rzeźnicze. Gdy dysponujesz dobrym, solidnym nożem, obróbka żywności będzie Ci przychodzić z większą łatwością.
- **Nóż ulu** — kolejnym narzędziem, które warto wrzucić do plecaka, jest nóż do siekania (zwany też nożem ulu). Jego zakrzywione ostrze bardzo przydaje się w wielu sytuacjach, od krojenia warzyw po obdzieranie zwierząt ze skóry. Takie noże są też zazwyczaj całkiem lekkie.
- **Siekiera lub toporek** — mogą Ci ułatwić oprawianie większych zwierząt (do tego zadania pomocna może się też okazać piła).
- **Piła** — wiele składanych pił kabłąkowych można wyposażyć w ostrze do cięcia kości, aczkolwiek nieźle sprawdzi się też ostrze do metalu. Piła kabłąkowa o długości 30 cm umożliwia sprawne przygotowanie drewna opałowego, a na dodatek łatwo założyć do niej ostrze do metalu, dzięki czemu stanie się w obozie bardziej uniwersalnym narzędziem. Firma Bahco oferuje piłę o długości 30 cm, która jest sprzedawana w zestawie z ostrzami do cięcia świeżego drewna i metalu. Największą zaletą ram wykonanych z rurki jest to, że o ile zdołasz je spakować, okażą się w praktyce niemal niezniszczalne.
- **Szczypce** — porządna para starych szczypiec płaskich towarzyszy mi podczas niemal wszystkich wypraw na łono natury. Tego narzędzia można użyć do usunięcia skóry sumy, pozbawienia martwego zwierzęcia kości ogonowej lub podważenia przykrywki kociołka. Szczypce przydają się też, gdy trzeba chwycić pałąk gorącego garnka lub zdjąć naczynie z ognia i przenieść je w miejsce, gdzie jedzenie będzie nakładane na talerze.
- **Miarki** — dysponowanie kilkoma miarkami ułatwi Ci życie. Możesz wykonać improwizowane miarki, umieszczając odpowiednią podziałkę na swoim kubku. Dobrze, aby łyżka do jedzenia miała pojemność łyżki stołowej.

## METALOWE PRZYZRĄDY UŻYWANE PODCZAS GOTOWANIA

Jeśli masz stały obóz lub korzystasz z jakiegoś środka transportu, możesz zabrać ze sobą metalowe lub kute akcesoria do gotowania. Jeśli chcesz ograniczyć ciężar ekwipunku, możesz wybrać podobny sprzęt, tyle że wykonany ze stali. Niektóre z tych akcesoriów pozwolą Ci zaoszczędzić czas i uniknąć irytacji, czyniąc życie obozowe zdecydowanie przyjemniejszym.

### PRĘTY Z ŻELAZA

Chociaż dwa drewniane paliki o podobnej średnicy wycięte ze świeżego drewna stanowią całkiem przyzwoite rozwiązanie tymczasowe, dzięki któremu można zawiesić garnki i patelnie nad ogniskiem rozpalonym między takimi słupkami, pręty z żelaza (rożny) zdecydowanie ułatwiają życie i ważą zaledwie 1 kg. Takie akcesoria wykonywane są z płaskich profili o szerokości ok. 4 cm i długości 60 cm. Można je rozstawić wśród polan lub kamieni i rozpaść pod nimi ognisko, a cały system da się potem łatwo dopasowywać do różnych patelni i garnków. Ponieważ owe pręty wykonane są z płaskowników, są trwałe i można je z łatwością wyprostować, gdyby z jakiegoś powodu się wygięły (patrz: rysunek 9.7).



Rysunek 9.7. Pręty z żelaza

## ŁAŃCUCHY I JARZMA

Jedną z rzeczy, które mogą zdecydowanie ułatwić Ci życie i zapewnić na dłuższą metę większe poczucie bezpieczeństwa, jeśli nie masz zbyt wielkiego doświadczenia w kwestii wycinania różnych konstrukcji z drewna, jest lekki łańcuch o długości 45–60 cm z przymocowanymi na obu końcach hakami. Taki łańcuch pozwoli Ci dopasować wysokość, na jakiej zawieszasz nad ogniem garnki — czy to na trójnogu, czy też na poprzeczce.

Jarzmo jest kolejnym elementem, który umożliwi Ci wprowadzanie niewielkich zmian, jeśli chodzi o podwyższanie lub obniżanie punktu mocowania naczynia. Możesz z łatwością przygotować coś takiego, wykorzystując lekki łańcuch i prosty pręt o długości ok. 30 cm, którego końce wyginasz pod kątem ok. 60° w kształt haków, oba w tym samym kierunku. Łańcuch zaczepiasz na szczycie trójnogu, a pręt wsuwasz w ostatnie, dolne ogniwo zwisającego łańcucha. Dolny hak pręta służy do zawieszenia garnka, natomiast górny zaczepiasz o ogniwa łańcucha. Regulacja wysokości zaczepionego kociołka następuje poprzez przesunięcie pręta wzdłuż łańcucha w górę lub w dół i zaczepienie pręta o ogniwa górnym hakiem, co umożliwia dopasowywanie długości jarzma z dokładnością do jednego ogniwa.

## RADY I SUGESTIE

- Przybory i sprzęty kuchenne mogą pochodzić z Twojej kuchni lub sklepu charytatywnego i nie muszą wcale kosztować fortuny. Można je podgrzewać w ogniu, a jeśli zajdzie taka potrzeba, zginać, żeby łatwiej się pakowały.
- Akcesoria z kutego żelaza można kupić w sklepach ze sprzętem survivalowym, ale jeśli masz zdolności manualne i niezbędny sprzęt, to możesz je wykonać samodzielnie.
- Smażenie na szpikulcu nie wymaga wyszukanego sprzętu. Jeśli zdołasz wbić w jedzenie ostry patyk, a potem będziesz w stanie utrzymać go nad ogniem, nie potrzebujesz bardziej skomplikowanego ekwipunku.
- Warto się zainteresować używanymi opiekaczami — tego typu sprzęt pozwoli Ci przygotowywać grzące kanapki, ciasta i inne smakołyki.

- Trójnogi pozwalają zwiększyć powierzchnię do gotowania, z jakiej możesz korzystać. Jedno danie może się gotować w zawieszonym garnku, a inne — w płytkim rondlu lub w zawiniątku z folii aluminiowej na gorących węglach poniżej.
- Trójnogi mogą też być wykorzystywane w obozie do celów innych niż gotowanie. Lina rozpięta między dwoma trójnogami świetnie sprawdzi się jako sznur do suszenia prania.

# SKOROWIDZ

## A

akcesoria kuchenne, 97  
aluminium, 86, 94

## B

babka, 149  
białko, 20  
bulwy, 156

## C

cebule, 155  
cukier klonowy, 161  
cynamon, 47  
czaga, 49  
czerecha, 154  
czosnek, 47

## D

deski do krojenia  
i pieczenia, 98  
dół ziemny, 92  
drewno, 25  
duszenie, 121  
dienne  
zapotrzebowanie  
kaloryczne, 23  
dziewanna, 149  
dzika winorośl, 155  
dziki bez, 154

## E

ekwipunek, 87  
energia spalanego  
drewna, 61

## F

filtr z butelki, 27  
filtrowanie wody, 25

## G

gałka muszkatołowa, 47  
gorczyca, 47  
gotowanie, 27, 51, 120,  
183  
na parze, 122  
na silniku  
samochodowym,  
169  
w jednym garnku, 88  
goździk, 47

## H

herbata, 48  
z igieł sosnowych, 23

## I

imbir, 47

## J

jagoda, 154  
jarzma, 115  
jedzenie  
koników polnych, 142  
owadów, 141, 144  
pędraków, 143, 144  
pszczół i szerszeni,  
143  
robaków, 141, 142  
skorpionów, 143  
ślimaków, 143  
termitów, 143  
jedzenie trujące  
gąsienice, 143  
moskity i kleszcze,  
144  
owady i robaki  
o jaskrawym  
zabarwieniu, 144  
pajęczaki, 143  
jeżyna, 154

## K

kakao, 48  
kawa, 48  
kociołek, 55, 89  
kolendra, 47  
konserwowanie, 157  
korzenie, 156  
krwawnik pospolity, 150

kuchenska  
 słoneczna, 184  
 z dwóch puszek, 180  
 z osłony na szybę  
 samochodową, 184  
 z puszek, 180  
 kuchnia obozowa, 108  
 kurkuma, 47

## L

linka, 18

## Ł

łańcuchy, 115  
 łuk ogniowy, 67

## M

malina, 154  
 mąka  
 z pałki szerokolistnej,  
 159  
 z żołądź, 158  
 metalowy pojemnik, 18  
 miarka, 55, 113  
 mięso, 161  
 peklowane, 41  
 suszenie, 162–164  
 suszona wołowina, 32  
 mięta, 150  
 miód, 48  
 mniszek lekarski, 150  
 morwa, 155

## N

naczynia  
 emaliowane, 85  
 z ceramiki, 94  
 nietypowe, 111

z gliny, 94  
 z wypalonym  
 wnętrzem, 102  
 napar, 151  
 stosowany  
 zewnętrznie, 151  
 narzędzia  
 do cięcia, 16  
 do rozpalania ognia,  
 16  
 niecierpek  
 pomarańczowy, 149  
 nóż ulu, 113

## O

obróbka żywności, 113,  
 117  
 ognisko, 59  
 okład, 150  
 oliwnik baldaszkowy,  
 155  
 opiekanie, 118  
 na kamieniach, 119  
 na patelni, 119  
 na rożnie, 118  
 orzechy  
 arachidowe, 188  
 hikorowe, 152  
 laskowe, 187  
 makadamia, 188  
 nerkowca, 187  
 pekan, 188  
 wartości odżywcze,  
 187  
 włoskie, 153  
 orzeszki piniowe, 152,  
 188  
 owady, 141  
 owoce, 153

## P

palenisko, 110  
 paliwo  
 bloki z wiórów, 174  
 stałe, 175  
 tabletki paliwowe, 175  
 tłuszcz zwierzęcy, 174  
 żywica sosnowa, 174  
 pałka szerokolistna, 149  
 peklowane mięso, 41  
 piec z gliny, 111  
 piecyk raketowy, 177  
 pieczenie, 120  
 w zamkniętej  
 przestrzeni, 120  
 piekarnik, 91  
 pieprz cayenne, 46  
 piła, 113  
 pistacje, 188  
 plecak, 19  
 płytki rondel, 55  
 podpłomyki, 160  
 podstawowy ekwipunek,  
 87  
 pojemnik na wodę, 55  
 pojemniki z kory, 103  
 pręty z żelaza, 114  
 produkty zbożowe, 42  
 prowiant, 13  
 przekąski, 30  
 przepisy  
 Bułeczki, 128  
 Burrito spod maski,  
 171  
 Chleb z żołądź i pałki  
 szerokolistnej, 160  
 Ciasto owsiane marsi,  
 135  
 Cobbler z malinami,  
 132

Curry z kurczakiem i ryżem, 33  
 Danie teksańsko-meksykańskie, 33  
 Gulasz włoczykija, 130  
 Hush puppies, 136  
 Jajka po szkocku, 129  
 Kiełbasa w sosie, 37  
 Kiełbaski w cieście, 132  
 Kolacja z ryżu i kiemysy, 36  
 Kowbojska kawa, 49  
 Mieszanka orzechowo-bakaliowa, 30  
 Mieszanka orzechowo-bakaliowa Dave'a, 30  
 Mięso i ryby suszone przy użyciu soli, 163  
 Myśliwskie stir-fry, 35  
 Naleśniki z gryziku, 43  
 Nuggetsy z wieprzowiny, 127  
 Obozowa jambalaya, 131  
 Owoce pod owsianą kruszonką, 138  
 Owocowa skórka, 31  
 Peklowana ryba, 137  
 Pieczone faszerowane ziemniaki, 171  
 Pieczywo czosnkowe prosto z jeepa cherokee, 171  
 Potrawka z kurczaka, 33

Prosty cobbler brzoskwiniowy, 138  
 Prosty cobbler czekoladowo-wiśniowy, 139  
 Prosty pemikan, 31  
 Pstrąg pieczony w folii aluminiowej, 133  
 Pudding chlebowy, 131  
 Ryż z suszoną wołowiną, 32  
 Smażone kulki kukurydziane z serkiem śmietankowym, 38  
 Smażone placki kukurydziane, 37  
 Sos chrzanowy, 137  
 Survivalowy chleb, 128  
 Szaszłyki z kiełbasy, 133  
 Szybki kurczak z kluskami, 36  
 Traperskie śniadanie, 129  
 Twaróg, 134  
 Zupa z 9 odmian fasoli, 130  
 przybory kuchenne, 55, 93, 98  
 z drewna, 93  
 przyprawy, 46

## R

robaki, 142  
 rondle, 90  
 rośliny, 145  
 gorzkie, 151  
 jadalne, 145

cebula, 147  
 cibora jadalna, 147  
 czosnek niedźwiedzi, 147  
 młode liście łopianu, 147  
 mniszek lekarski, 147  
 pałka szerokolistna, 146  
 pasternak, 147  
 strzałka wodna, 147  
 kleiste, 151  
 o właściwościach leczniczych, 150  
 ściągające, 151  
 wiatropędne, 152  
 rozpalanie ognia, 63, 66  
 krzemień i stal, 77  
 łuk ogniowy, 67  
 materiały, 79  
 narzędzia, 67  
 promienie słoneczne, 80  
 uzyskiwanie żaru, 76  
 rozeń, 106

## S

sadzić przerośnięty, 150  
 siekiera, 113  
 skórka owocowa, 31  
 smażenie, 117  
 soda oczyszczona zastosowania, 46  
 soki, 160  
 sole mineralne, 21  
 sprzęt do gotowania, 84  
 stal, 85  
 bez dodatkowych powłok, 94  
 nierdzewna, 85, 94

struganie akcesoriów  
kuchennych, 100  
suszenie mięsa, 162  
na słońcu, 163  
w niskiej  
temperaturze, 164  
w podwyższonej  
temperaturze, 163  
suszona wołowina, 32  
syrop klonowy, 161  
szałwia, 47  
szczypce, 113  
sztućce, 55  
szwedzka pochodnia,  
179

## T

temperatura  
żaru, 65  
dla mięsa i ryb, 66  
tłuszcze, 21  
trójnóg, 107  
truskawka, 154  
turystyczna szafka  
kuchenna, 54  
artykuły spożywcze, 56

naczynia, 55  
przybory kuchenne, 55  
tytan, 86, 94

## W

wartości odżywcze  
orzechów, 187  
warzywa i owoce, 40  
wędzenie na zimno, 164  
węgiel drzewny, 148  
węglowodany, 21  
wiatr, 25  
witaminy, 21  
rozpuszczalne  
w tłuszczach, 22  
rozpuszczalne  
w wodzie, 22  
właściwości roślin, 148  
woda, 24  
filtrowanie, 25  
gotowanie, 27  
wykonywanie naczyń,  
110, 102  
wywar, 151

## Z

zamienniki produktów,  
57  
zdrowa żywność, 39  
zestaw awaryjny, 18  
zioła, 148  
zwęglony materiał, 79,  
80

## Ż

żelazo, 94  
żeliwo, 84, 94  
żuraw do zawieszenia  
garnka, 105  
żurawina, 154  
żywność  
liofilizowana, 35  
w plastikowych  
słoikach, 34  
w proszku, 35  
w puszkach, 34  
w torebkach, 32

# PROGRAM PARTNERSKI

— GRUPY HELION —



1. ZAREJESTRUJ SIĘ
2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
3. ZBIERAJ PROWIZJĘ

Zmień swoją stronę WWW w działający bankomat!

**Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!**

<http://program-partnerski.helion.pl>

# Dzika natura. Poznaj ją, a ona Cię nakarmi!



Bushcraft oznacza umiejętność radzenia sobie na łonie natury. Przydaje się niezależnie od tego, czy chodzi o rekreacyjny weekendowy wyjazd, czy też o sytuację awaryjną, kiedy trzeba walczyć o przetrwanie. Jedną z ważniejszych kwestii jest dostęp do pożywienia. Co prawda można wytrzymać bez posiłku dzień lub dwa, jednak lepszym pomysłem jest pożywić się jadalnymi roślinami, które można przyrządzić za pomocą kilku prostych narzędzi. Jeszcze ważniejsza jest wiedza o tym, jak pozyskać wodę, którą można bezpiecznie pić.

Oto przewodnik po sprzęcie, technikach i produktach, które są niezbędne do przygotowania pożywienia w dziczy. Opisano w nim, jak zapewnić sobie smaczne i pożywne posiłki i dzięki temu cieszyć się każdą chwilą spędzoną z dala od cywilizacji. W książce kompleksowo omówiono zagadnienia: od ekwipunku i prowiantu, przez techniki wytwarzania potrzebnych narzędzi w dziczy i odnajdywania pożywienia, po metody gotowania w sytuacjach ekstremalnych, gdy do dyspozycji pozostaje kilka przedmiotów i własna pomysłowość. Znalazły się tu również podpowiedzi, w jaki sposób gromadzić, konserwować i przechowywać znalezioną żywność. Bardzo ciekawym uzupełnieniem tych wskazówek są przepisy, które warto wypróbować podczas własnych wędrówek!

## W książce:

- jaki ekwipunek, narzędzia i prowiant warto zabrać na wyprawę
- jak zapewnić sobie wodę zdatną do picia
- jak gotować na łonie natury bez kuchenki turystycznej
- skąd brać żywność w dziczy
- które rośliny zbierać i jak przygotowywać z nich posiłki

**Dave Canterbury** jest instruktorem sztuk przetrwania i współwłaścicielem jednej z najlepszych amerykańskich szkół survivalu, Pathfinder School w Ohio. Jest też redaktorem naczelnym pisma „Self Reliance Illustrated” i autorem książek o bushcraftcie. Kiedyś był zawodowym wojskowym, dziś jest uważany za jednego z najlepszych instruktorów survivalu.

ebook dostępny na:

**ebookpoint**

 **Bezdroża**

Sprawdź najnowsze promocje:  
• <http://bezdroza.pl/promocje>  
Przewodniki najchętniej czytane:  
• <http://bezdroza.pl/bestsellery>  
Zamów informator podróżniczy:  
• <http://bezdroza.pl/newsletter>

 Księgarnia internetowa:  
<http://bezdroza.pl>

ISBN 978-83-283-8087-5



9 788328 380875

Cena 49,90 zł

 **adams**  
media