ABENTEUER-ESSENSPAKET

EIN ABENTEUERLICHES ESSENSPAKET, DAS ALLES ENTHÄLT, WAS DU FÜR EIN NAHRHAFTES FRÜHSTÜCK UND EIN LECKERES MITTAG- ODER ABENDESSEN AUF DEINER REISE BRAUCHST!

Du kannst zwischen einem **vegetarischen Essenspaket** und einem **Essenspaket mit Fleisch** wählen.

Das Paket enthält **Frühstück, Mittag- und Abendessen**, die du mit deinem Kochset selbst zubereiten kannst – und das inmitten wunderschöner Natur! Für deine **Kajak- und Wandertouren** brauchst du nur noch ein paar leckere Snacks.

WAS BEKOMMST DU?

- 6 gefriergetrocknete Frühstücksportionen
- 12 Mahlzeiten (Mittag- oder Abendessen)
- Frisch zubereitetes Abendessen am letzten Abend
- 3x Snack/Nachtisch
- Gaskocher + Gaskartusche
- Kochset

WAS BRINGST DU MIT?

- Wasserflasche oder Trinkblase (mindestens 3 L)
- Thermosflasche
- Besteck
- Becher
- Snacks







ESSENSPAKET

WOCHENMENÜ*

Anreisetag

Abendessen: Pasta Bolognese / Couscous mit Linsen und Spinat (V)

Tag 1

Frühstück: Schoko-Müsli
Mittagessen: Chicken Tikka Masala / Kürbis-Mais-Auflauf (V)
Abendessen: Rotes Curry / Bohnen-Chili-Eintopf (V)

Tag 2

Frühstück: Müsli mit Heidelbeeren und Vanille
Mittagessen: Kürbis-Mais-Auflauf / Vegetarisches rotes Curry (V)
Abendessen: Taco-Bowl / Vegetarisches Kartoffel-Garam-Masala (V)

Tag 3

Frühstück: Müsli mit Apfel
Mittagessen: Ramen / Asiatisches Curry (V)
Abendessen: Bohnen-Chili-Eintopf / Kürbis-Mais-Auflauf (V)

Tag 4

Frühstück: Knuspermüsli
Mittagessen: Chili con Carne / Couscous mit Linsen und Spinat (V)
Abendessen: Kebab-Eintopf / Bohnen-Chili-Eintopf (V)

Tag 5

Frühstück: Schoko-Müsli
Mittagessen: Couscous mit Linsen und Spinat / Asiatisches Curry (V)
Abendessen: Pasta mit Lachs / Rotes Curry (V)

Tag 6

Frühstück: Müsli mit Heidelbeeren und Vanille
Mittagessen: Hähnchen-Curry / Kartoffel-Garam-Masala (V)
Abendessen: Frisch zubereitetes Abendessen von unseren Guides

*Dies ist ein Beispielmenü. Gerichte und Zutaten können variieren. Bei Allergien oder Unverträglichkeiten kontaktiere uns bitte im Voraus unter info@thekayaktrip.com.