



**SIM EXPEDITIONS**

Cape Horn + Tierra del Fuego + Antarctica

## Verpflegung an Bord (Zwei-Seiten-Dokument)

Küchendienst an Bord ist Teil der gemeinschaftlichen Pflichten aller Teilnehmer. Koch- und Spüldienste werden nach entsprechenden Fähigkeiten eingeteilt.

Die Crew freut sich über jede Unterstützung.

Dafür ist es von Vorteil, sich schon zuhause über das eine oder andere Rezept Gedanken zu machen.

**Frühstück:**

Wenn möglich werden wir morgens gemeinsam frühstücken, nach dem vom Skipper angegebenen Zeitplan und abhängig vom Zeitplan dieses Tages.

Müsli und/oder Weißbrot mit einer Auswahl an Schinken, Käse, Butter, Marmelade, Honig und Obst.

Als Getränk stehen zur Auswahl: Tee und Kaffee.

Solange wir segeln und das Wetter es nicht zulässt gemeinsam am Tisch zu frühstücken, (insbesondere beim Segeln während der Drake-Passage), halten wir Müsli, Obst, Kekse, Cracker, Brot, Kaffee und Tee in der Pantry zum Verzehr bereit.

**Mittagessen:**

Internationale Küche basierend auf südamerikanischem Essen, warm und großzügig.

Hauptsächlich basierend auf Suppen und Eintöpfen.

Wetterbedingt kann auch auf kalte Gerichte zurückgegriffen werden.

**Abendessen:**

Internationale Küche basierend auf südamerikanischem Essen, warm und großzügig

Zu trinken: 3 Flaschen Tafelwein oder Bier sind inbegriffen, wenn das Schiff vor Anker liegt.

**Zur Info:**

Die Rezepte basieren auf internationaler Küche, zubereitet mit südamerikanischen Speisen, sie können von der Verfügbarkeit in bestimmten Regionen und Saisons abhängen.

Wenn wir segeln, bereiten wir Mahlzeiten zu, die gut verstaut und mit einer Hand genossen werden können.

Spezielle Verpflegung für Outdoor-Expeditionen oder Aktivitäten sind nicht inbegriffen. (Klettern, Kajak, Bergsteigen usw.)



## SIM EXPEDITIONS

Cape Horn + Tierra del Fuego + Antarctica

### Verpflegung an Bord (Zwei-Seiten-Dokument)

Je nach Verfügbarkeit nehmen wir zum Frühstück mit:

Müsli, Weißbrot, Butter, Schinken, Käse, Marmelade, Streichkäse, Pastete, Eier, Salami und Obst.

Zu den Mahlzeiten: Kartoffeln, Reis, Polenta oder Nudeln, dazu eine Soße, Fleisch oder Gemüse, zubereitet in verschiedenen Variationen.

Zu trinken: Tee, Kaffee, Milch, Instant-Pulversaft mit Fruchtgeschmack zum Mischen mit Trinkwasser, Tafelwein, Bier und Trinkwasser (von unserem Wasseraufbereiter an Bord).