


Øljournal



En 30-dagers veiledet dagbok



Tabell / Logg

Laget med LoomJournals

Slik bruker du denne dagboken

Velkommen til dagboken din! Her er noen tips for å få mest mulig ut av den:

- 1 Sett av noen minutter hver dag til å skrive
- 2 Vær ærlig og skriv fritt uten å dømme deg selv
- 3 Prøv å skrive til samme tid hver dag for å bygge en vane
- 4 Gå gjennom notatene dine ukentlig for å oppdage mønstre

-
- Hell opp ølet og noter dato, bryggerinavn og spesifikt ølnavn
 - Fyll inn stilen (IPA, Stout, Lager osv.) og alkoholprosent fra etiketten eller menyen
 - Ta deg tid til å lukte og beskrive aromaen før første slurk
 - Smak sakte — noter smaksnotater (sitrus, sjokolade, karamell) og munnfølelse (lett, fløyelsmyk, tørr)
 - Gi poeng ut av 10 og skriv eventuelle sluttinntrykk eller matkombinasjonsideer



Skann for en detaljert guide om hvordan du bruker denne dagboken

