



Délicieux Repas Cuit Au Soleil

Sponsored by
GREENPEACE



**Cuisneur
Boîte**

1

**Pneu
Cuisneur
Solaire**

2

Cookit

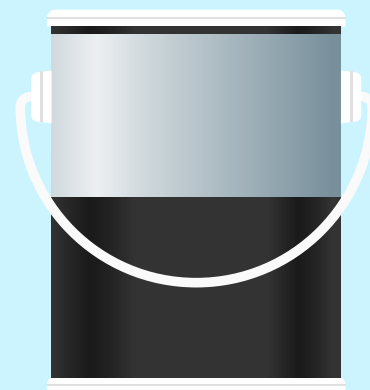
3

Cuiseur Boîte

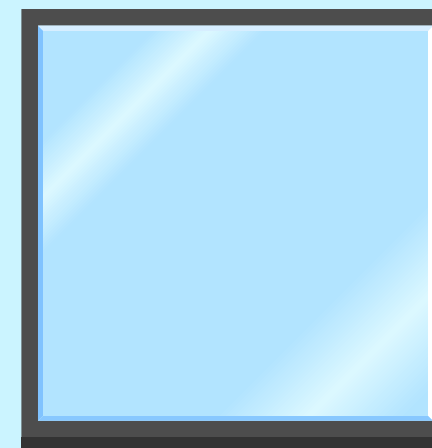
● Matériel nécessaire ●



2 boîtes en carton
1 grande + 1 petite



Peinture noire



Plaque de verre



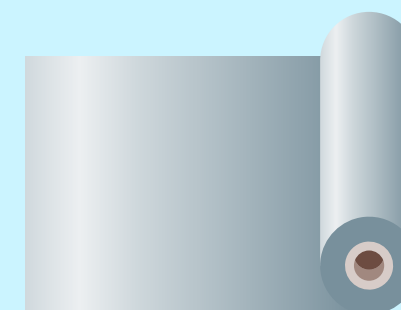
Journaux usagés



Marmite ou
Casserole noire



Colle



Papier Aluminium

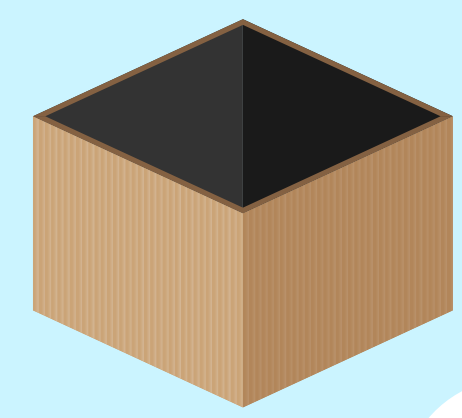


Pinceau

● Etapes ●

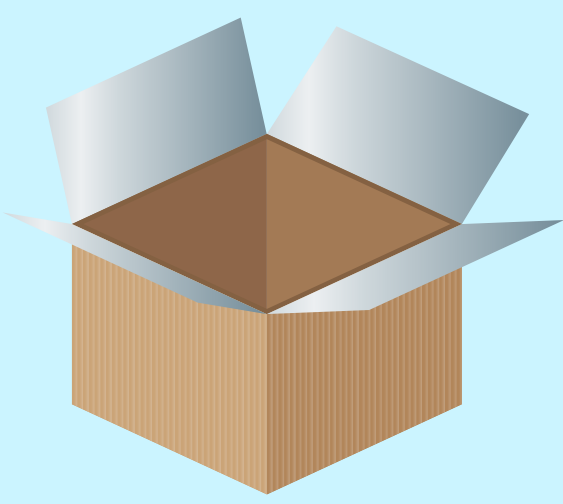
1

Peignez l'intérieur de la boîte interne en noir



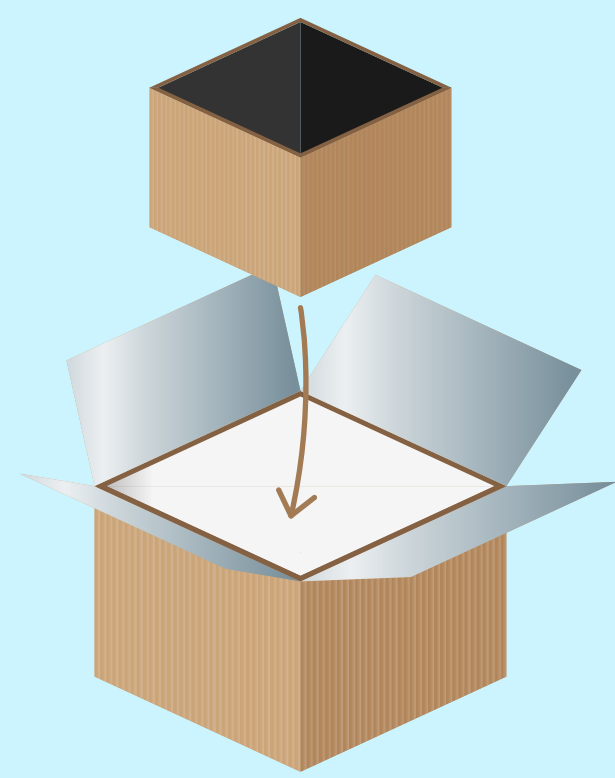
2

Recouvrez les bords externes de la boîte externe de papier aluminium



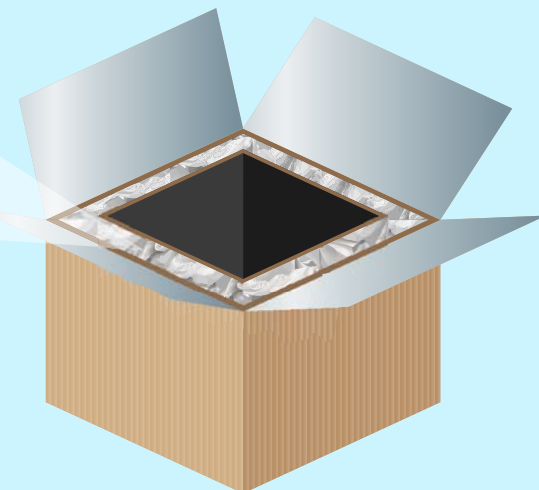
3

Placez la boîte interne à l'intérieur de la grande boîte



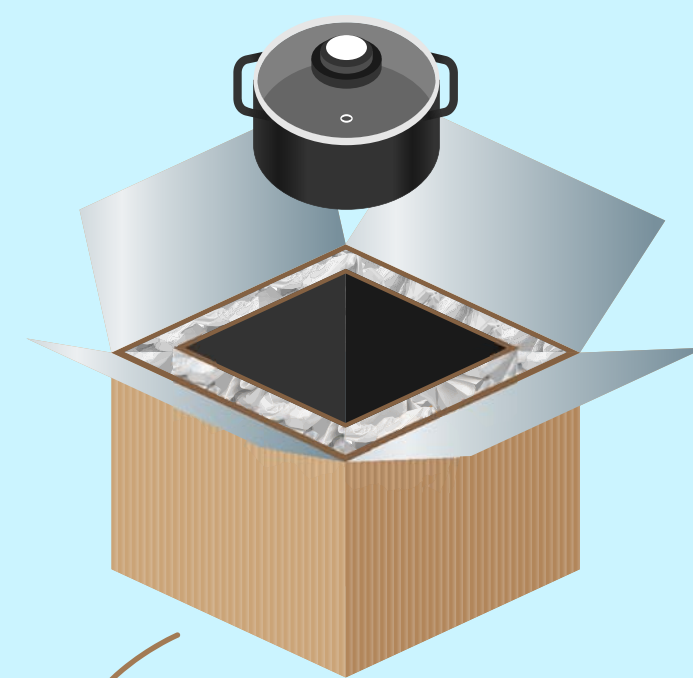
4

Remplissez l'espace entre les 2 boîtes de journaux usagés



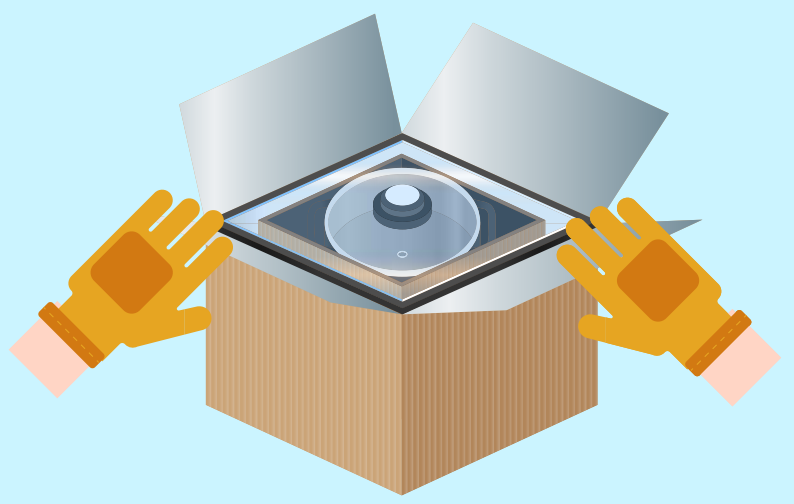
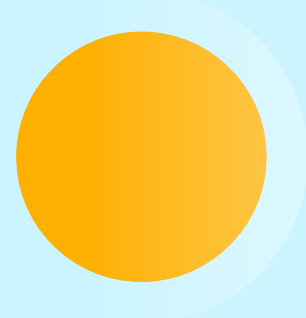
5

Insérez la marmite noire dans la petite boîte. Couvrez la boîte interne de la plaque de verre.

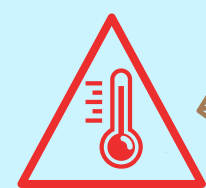


6

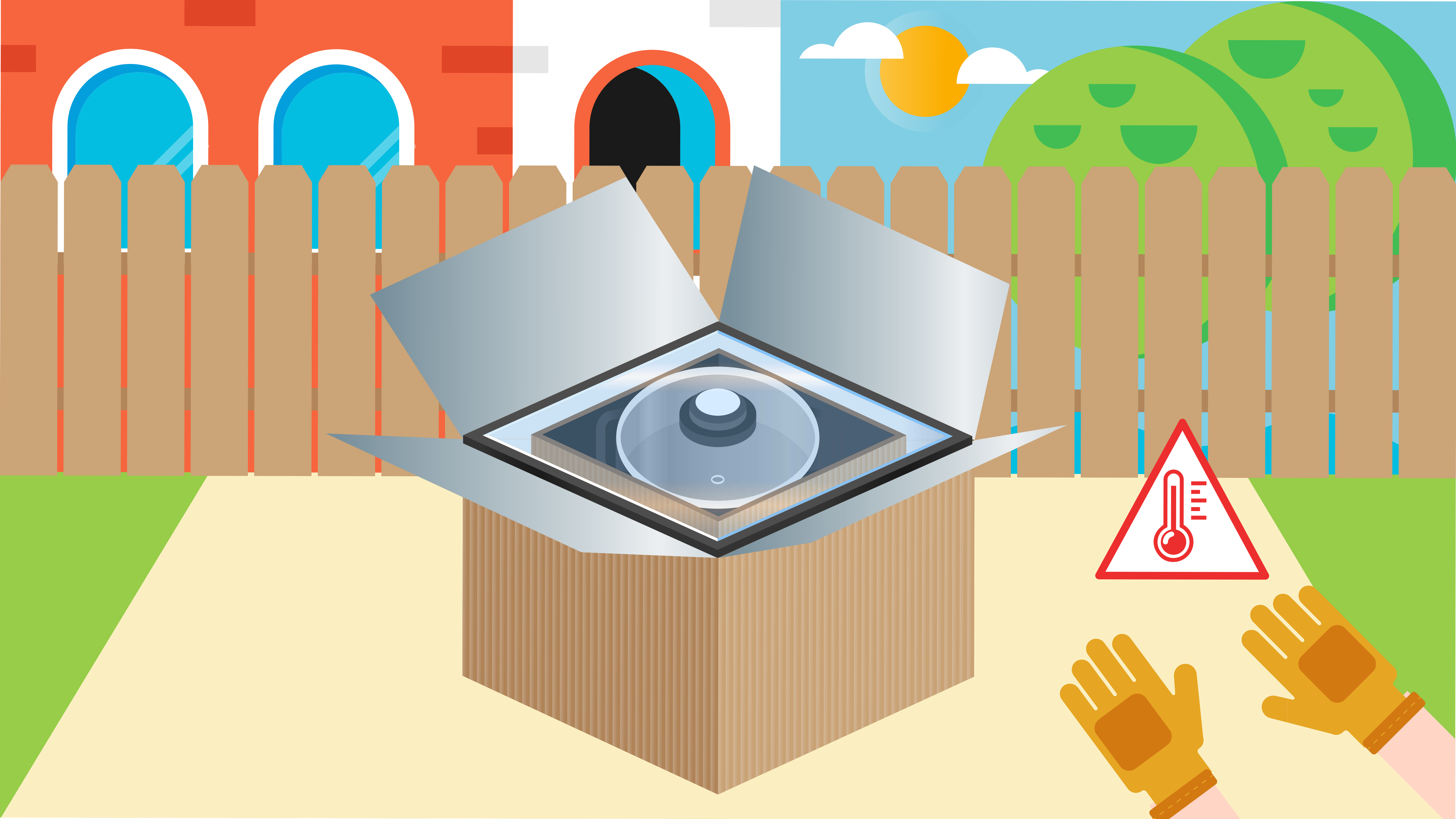
Le cuiseur est maintenant prêt. Posez-le sous les rayons du soleil et attendez quelques heures jusqu'à ce que votre repas soit cuit.



Une fois terminé, veillez à porter des gants anti-chaueur avant de retirer la marmite.

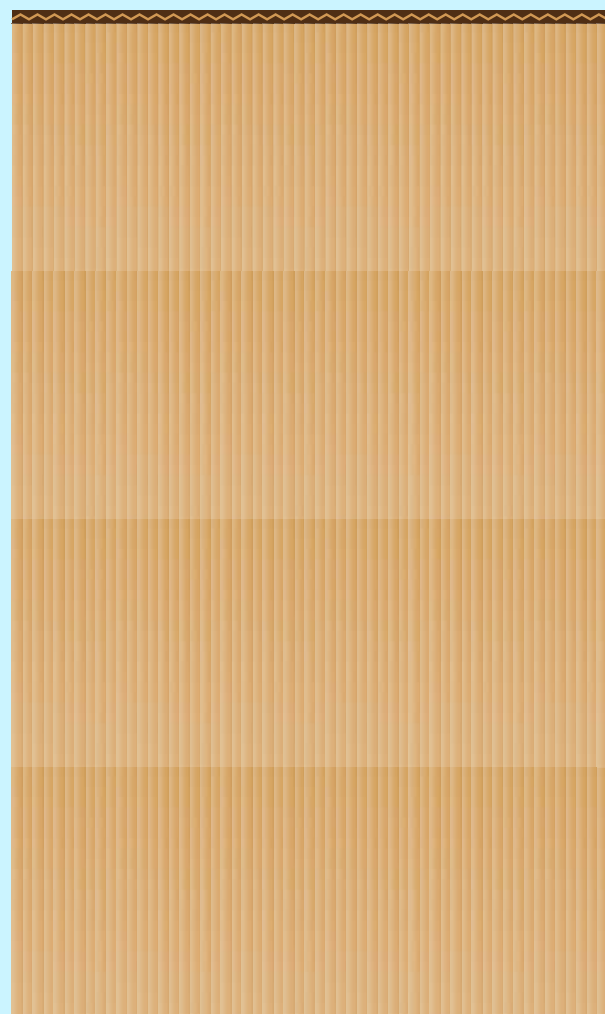


Insérez la marmite noire dans la petite boîte. Couvrez la boîte interne de la plaque de verre.

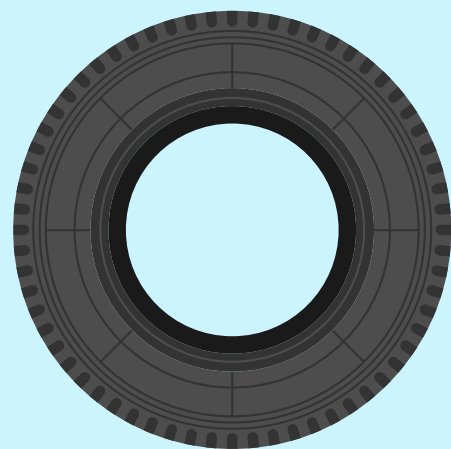


Pneu Cuiseur Solaire

Matériel nécessaire



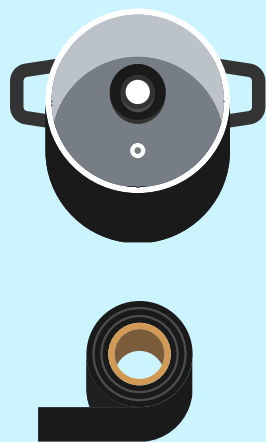
Morceau de carton
ou planche de bois



Pneu



Plaque de verre



Marmite noire et
rouleau adhésif



Papier aluminium
et journaux usagés

Etapes

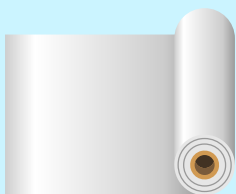
3

Posez la marmite noire au milieu
du pneu. Couvrez le tout avec la
plaque de verre que vous place-
rez au-dessus du pneu.



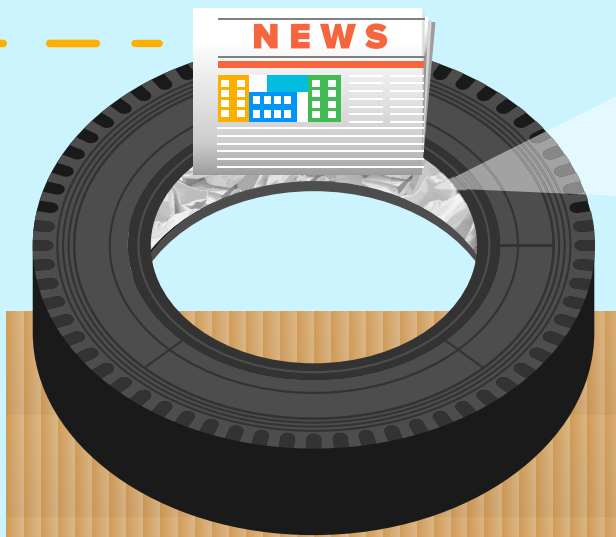
2

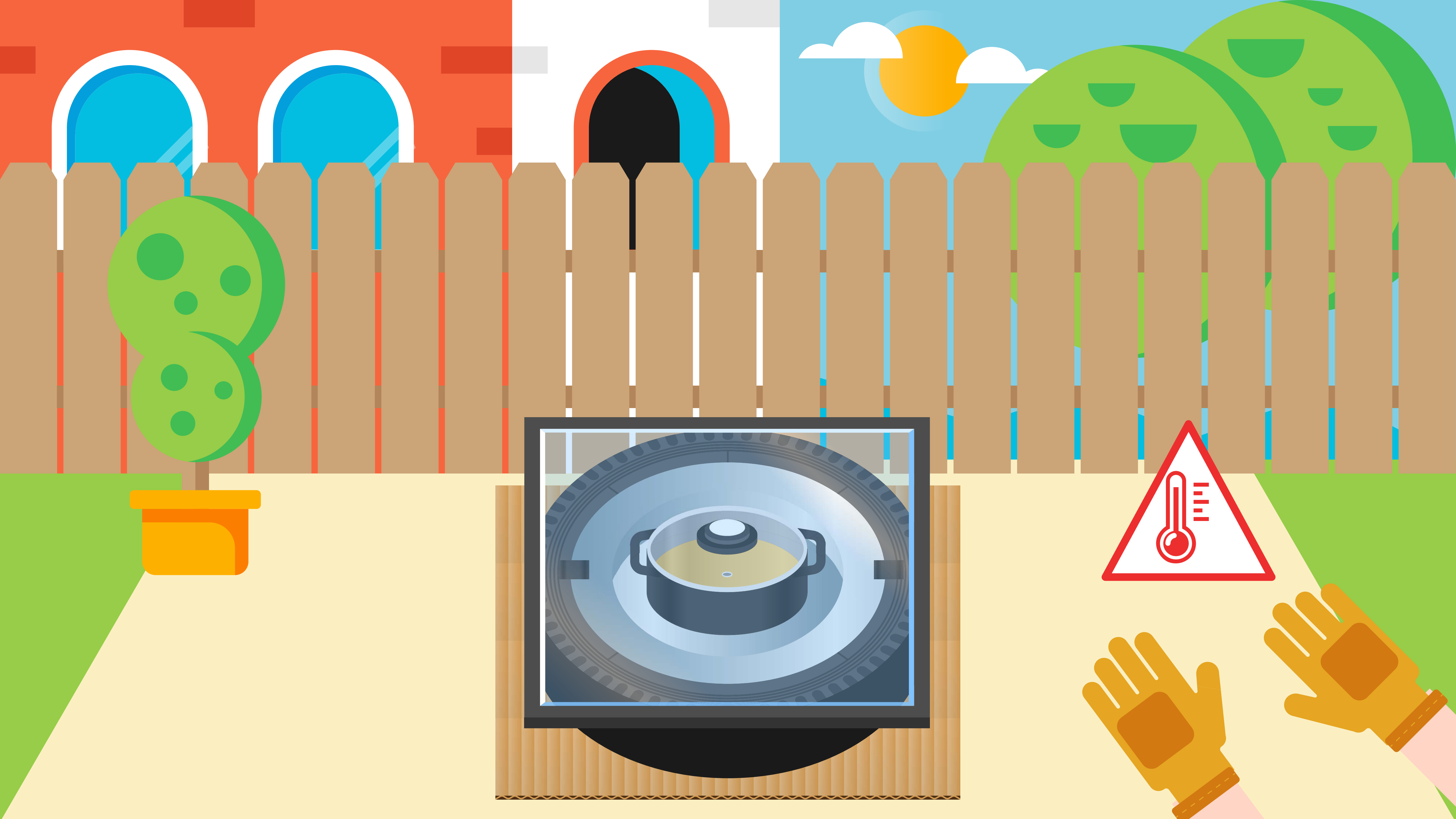
Mettez du papier aluminium à la
base du pneu (côté brillant vers
le haut) pour refléter les rayons
du soleil. Ajoutez quelques papi-
ers aluminium tout autour du
pneu pour empêcher que la chal-
eur ne s'échappe. Utilisez du
ruban adhésif pour fixer l'alumini-
um sur le pneu.



1

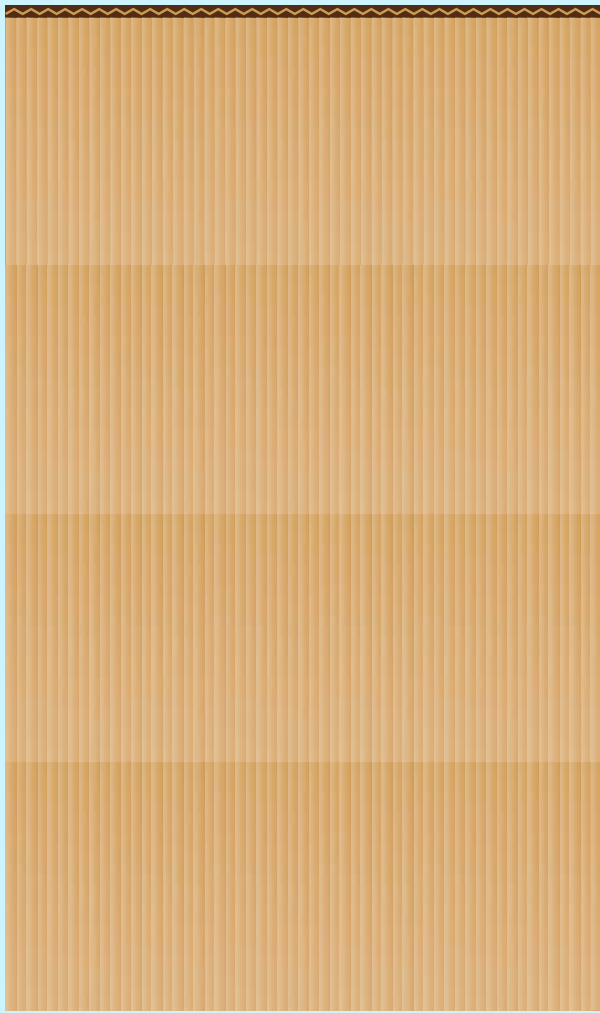
Posez le carton ou la planche de
bois par terre sur une surface
plate. Placez le pneu au-dessus
du carton/planche de bois. Rem-
plissez les bords et la base
du pneu de journaux usagés
pour assurer l'isolation.





Cookit

Matériel nécessaire



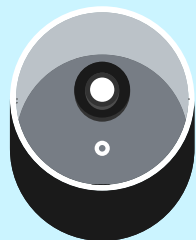
Morceau de carton



Crayon



Ciseaux



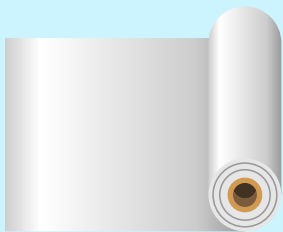
Marmite noire



Sac de cuisson en plastique



Colle

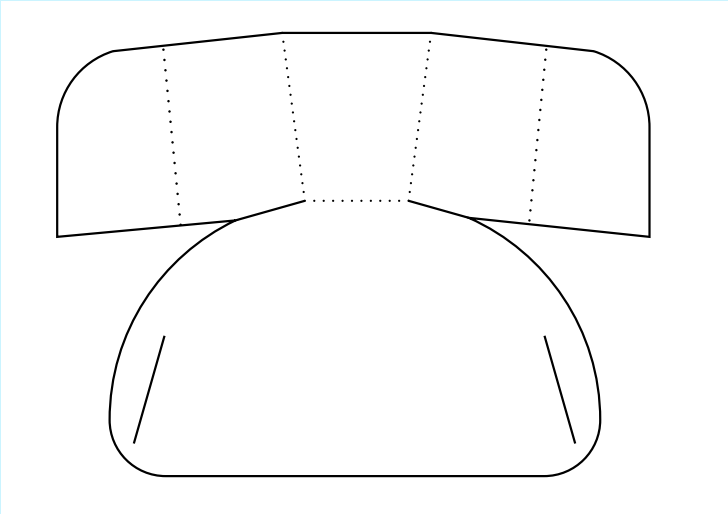


Papier aluminium

Etapes

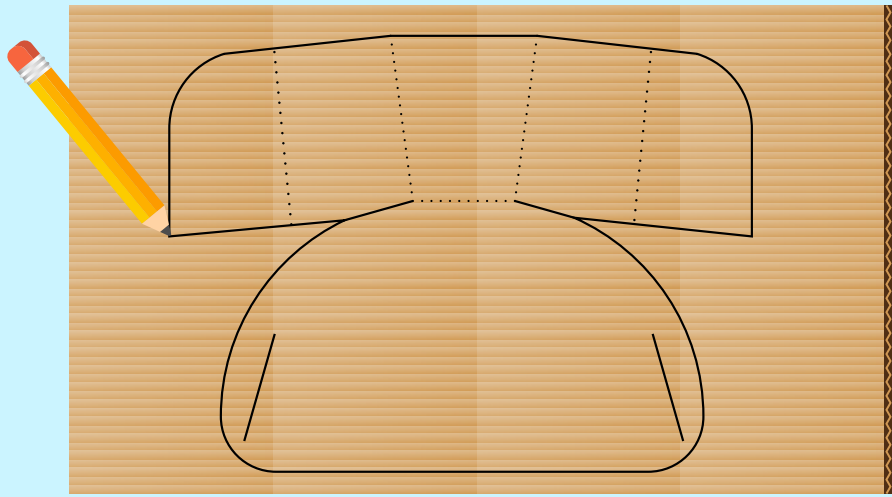
1

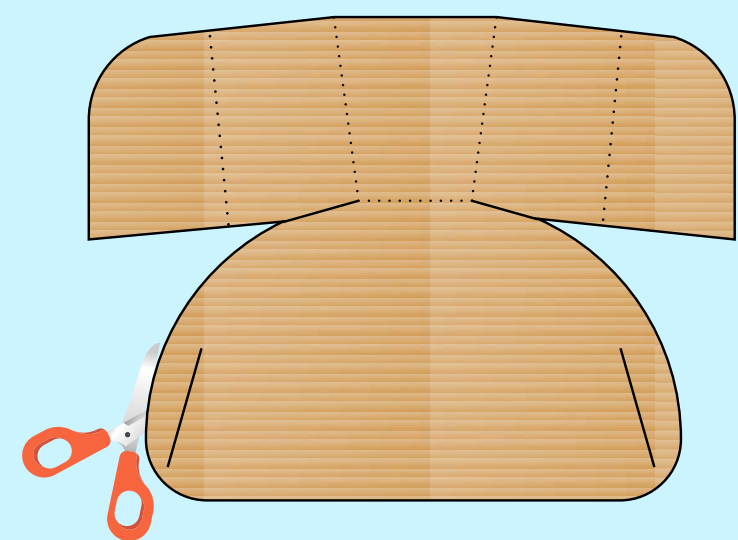
Imprimez le modèle sur un papier de format A0
https://greenpeacearabic.org/wp-content/uploads/2017/08/CooKit_Diagram_48_x_36.pdf



2

Copiez le modèle sur un grand morceau de carton



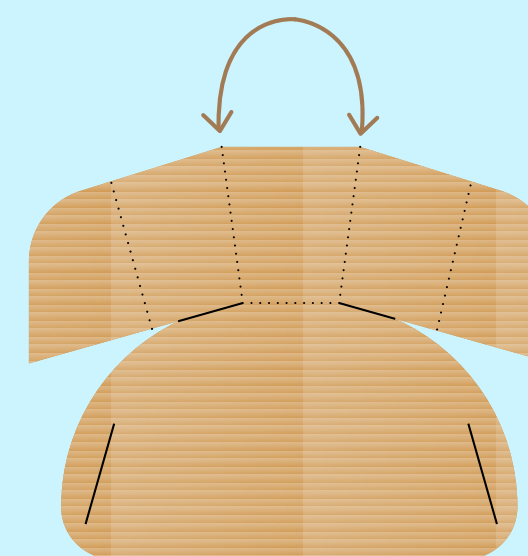


3

Utilisez les ciseaux pour couper les bords

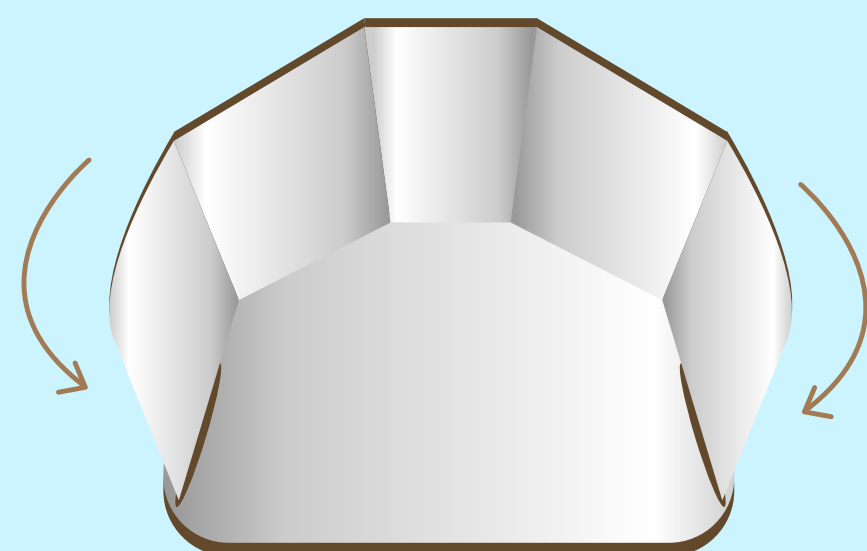
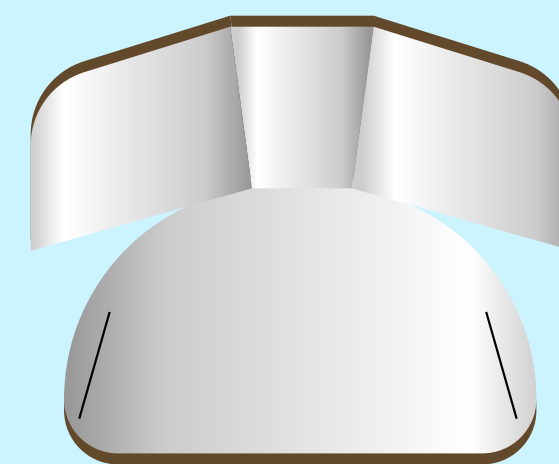
Pliez selon les lignes indiquées

4



Utilisez de la colle pour fixer les morceaux de papier aluminium sur le carton

5



6

Ouvrez les trous sur les deux côtés du carton, pliez toute la pièce et insérez les bords dans les trous.

Mettez la marmite dans un sac en plastique transparent et résistant à la chaleur. Placez la marmite sur la base du cookit.

7



Une fois terminé, veillez à porter des gants anti-chaueur avant de retirer la marmite.





Tips

- 1

Un cuiseur solaire nécessite un emplacement extérieur ensoleillé pendant plusieurs heures
- 2

Les cuiseurs solaires ne fonctionnent pas la nuit et fonctionnent partiellement lorsque le temps est nuageux
- 3

Le soleil frappe le plus fort entre 10 h et 14 h, soit les meilleures heures pour cuisiner
- 4

Les surfaces foncées deviennent très chaudes au soleil. Les aliments cuisent le mieux dans de minces marmites noires avec des couvercles bien ajustés afin de capturer la chaleur
- 5

Les légumes, les fruits et les céréales cuisent en ajoutant simplement une petite quantité d'eau pour ne pas ralentir le processus de cuisson
- 6

Les viandes ne nécessitent pas d'eau et cuisent mieux lorsqu'elles sont coupée en petite quantité.
- 7

Dans des conditions normales, un cuiseur solaire bricolé fonctionnera à des températures variant entre 80°C et 120°C et plus
- 8

Laissez les aliments cuire pendant plusieurs heures ou jusqu'à ce qu'ils soient prêts. Il n'est pas nécessaire de mélanger la nourriture pendant la cuisson
- 9

Retirez la marmite avec un gant étant donné qu'elle devient TRES chaude
- 10

Savourez un délicieux repas cuit au soleil!

A propos de la cuisson solaire

Les cuiseurs solaires sont fondés sur les principes simples de réflexion, de concentration, d'absorption, d'isolation et d'effet de serre pour produire de la chaleur.

La cuisson solaire est le meilleur moyen de cuisiner à l'extérieur, que ce soit lors d'un camping, d'une panne de courant ou dans votre cour pour vous amuser

Avantages de la cuisson solaire

Economique : l'énergie provenant du soleil est gratuite et illimitée. Vous n'avez pas besoin d'acheter de l'électricité, du gaz, de combustible, voire pire, du bois ou du charbon.

Ecologique : l'utilisation de l'énergie solaire pour cuisiner réduit la nécessité d'exploiter les ressources limitées de notre planète et n'augmente pas la pollution de l'air dans le monde.

Santé : la cuisson solaire ne produit pas de feu, de flammes ou de fumée qui sont susceptibles d'irriter les poumons et les yeux.

Cuisson : la cuisson solaire signifie une cuisson lente. Les aliments cuisinés plus longtemps tendent à devenir plus tendres et savoureux.

Temps : en utilisant un cuiseur solaire, les aliments n'ont pas besoin d'être constamment surveillés. Par conséquent, vous avez du temps libre pour profiter d'autres activités

Pratique : les cuiseurs solaires sont des équipements portables qui peuvent être transportés quasiment partout, de votre jardin, à la plage, à la montagne...

Ludique : construire un cuiseur solaire soi-même est une activité ludique à partager avec les amis et la famille



Sponsored by
GREENPEACE