

Le Cuiseur Thermos

(ou « marmite norvégienne »)

Cette fiche vous donne des éléments de base sur cet équipement. Si vous souhaitez intégrer cet outil de cuisson dans un projet de développement, il est conseillé de contacter l'association.

DESCRIPTION

Matériaux très bon marché et faciles à trouver

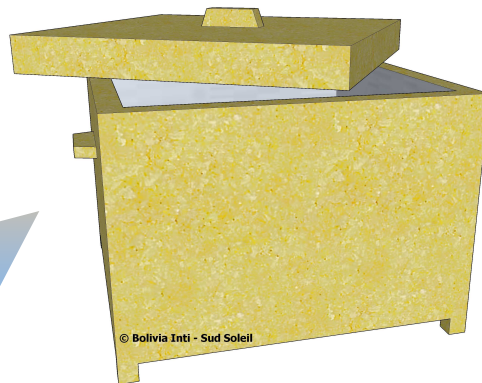
- Caisse extérieure avec couvercle (carton, bois)
- Caisse intérieure avec revêtement réfléchissant (aluminium)
- Isolant entre les deux caisses (laine, chanvre)
- Tissu résistant à la chaleur

FABRICATION

- C'est l'un des cuiseurs écologiques le plus simple à fabriquer

FONCTIONNEMENT

- Le cuiseur thermos maintient la température initiale d'un récipient
- Permet de conserver la chaleur **pour terminer la cuisson**
- Permet de maintenir au frais

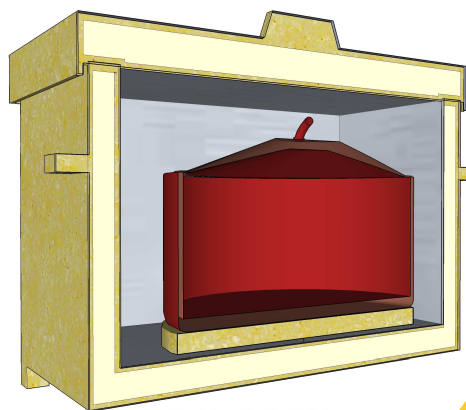


PRECAUTIONS

- A conserver dans un abri sec pour les boîtes en carton

TYPES DE CUISSON

- Permet de préparer des soupes, des féculents, des légumes, des viandes et poissons en sauce.
- Pas de fritures, de grillades, de pain ni de gâteaux



PERFORMANCES

- **Économie d'énergie:** Entre 50 et 75% en fonction des recettes
- Temps supplémentaire de cuisson : Entre 20 et 65% en fonction des recettes

UTILISATION

- Suppose la pré cuisson des aliments
- Attendre l'ébullition et retirer le plat du feu pour le placer dans le cuiseur thermos jusqu'à la fin de cuisson des aliments
- **Cuisson combinée avec le cuiseur solaire à panneaux, le cuiseur à bois économe, le cuiseur solaire boîte et la parabole**
- Nécessite de la pratique pour s'approprier l'outil de cuisson