

# TECHNIQUES CUISINE TRAPPEUR



**CAP CE 2018**



9

## 4. Les modes de cuisson

### Cuisson à la broche

Enfiler les aliments sur une branche de bois vert dont on aura enlevé l'écorce ou bien les placer autour de celle-ci (pour la pâte à pain par exemple)

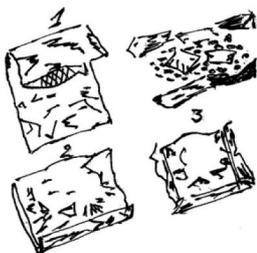


### Cuisson par enfouissement

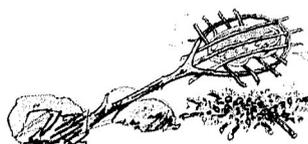
Enfouis totalement dans les braises, les aliments cuiront sans brûler car ils seront à l'abri de l'air. Dans ce cas, nous pouvons y plonger sans « protection » aucune une pomme de terre, un oignon,...

Ces aliments peuvent également être emballés dans du papier beurré ou dans du papier journal (recouvert entièrement de braise - à l'abri de l'air!).

Les aliments peuvent également être placés dans du papier aluminium. Ils seront cuits dans les braises ou sur celles-ci.



### Cuisson sur le grill



Placer les aliments sur un grill fabriqué en bois vert. Faire tenir le grill au dessus des braises.

## 7. A vous de jouer !

Après avoir lu tout ce chapitre, ne dites pas « maintenant je suis prêt ! je saurai comment m'y prendre et me voici désormais prêt à tout » Conduire un feu, préparer de nouveaux aliments pendant que cuisent les premiers, en un mot, organiser son travail n'est pas simple.

*« le tout n'est pas de le connaître ...  
... mais bien de savoir le pratiquer ».*

Paroles de haute sagesse!

A vous donc de vous familiariser avec ces techniques (et autres bien à vous) afin de vous perfectionner et de ne pas risquer de ne rien avoir de convenable à se mettre sous la dent...

25

## 9. Quelques recettes

### Le pain

Il faut de la farine (environ 1 verre par personne), une pincée de sel, un peu d'eau et, surtout, de la levure de boulanger.

Comme on n'a pas le temps de laisser lever la pâte, on remplace la levure de boulanger par de la levure chimique qui fera monter le pain à la cuisson.

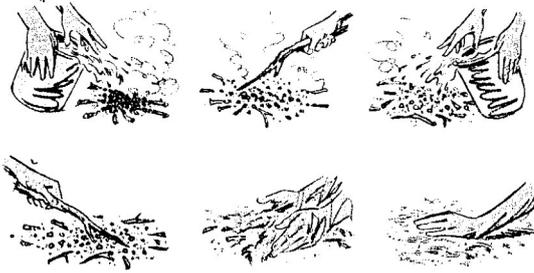
Mélanger la farine, la levure et le sel dans un grand bassin. Creuser un trou au milieu et verser petit à petit l'eau. Mélanger doucement avec les mains. Rajouter un peu d'eau ou un peu de farine pour obtenir une boule de pâte homogène, qui ne colle pas aux doigts et qui n'est pas trop liquide. Pétrir la pâte pendant au moins 1/4 heure.

Pour cuire le pain, l'étaler en une longue lanière de 2-3 doigts de large et de 1 doigt d'épaisseur. Enrouler cette lanière autour d'un gros bâton de 3-4 cm de diamètre préalablement écorcé. Mettre à cuire à environ 10 cm au-dessus des braises. Lorsque la pâte est dorée, le pain est cuit. On peut aussi cuire des petites galettes en les déposant sur une grosse pierre plate au milieu du feu et en les retournant à mi-cuisson.

Pour donner un goût inimitable au pain, on peut aussi incorporer à la pâte des grains de coriandre et des petits morceaux d'oignons.

## 8. Avant de nous quitter

Vous devez ABSOLUMENT éteindre le feu COMPLETEMENT.  
Pour cela, jeter des dizaines de litres d'eau sur le feu n'est pas suffisant, vous devez également "remuer" les cendres ou les jeter dans une flaque d'eau.



Lorsque les cendres sont bien froides, camouflez votre feu avec des feuilles mortes. En tapotant avec votre main, vous vous assurez que le brasier est bien FROID.

Si vous devez quitter en hâte votre emplacement ou si vous y revenez dans les 24 heures, vous pouvez omettre les feuilles de camouflage et préférer dans ce cas, pour des raisons de sécurité, d'écarter tous matériaux combustibles (branchettes, feuilles, ...).

Baden Powell à dit :

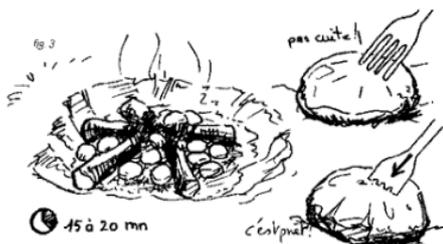
**« essayez de quitter ces lieux plus propres  
que vous ne les avez découverts ».**

### Les pommes de terre sans Alu

La cuisson de la pomme de terre, sans papier alu (trappeur oblige) pose d'autres problèmes techniques : celui de la réalisation en glaise d'une coque protectrice qui fera office de four, permettant une cuisson homogène jusqu'au centre du légume.

Il faut donc poser l'ensemble dans les braises (toujours pas de flammes) et attendre... un certain temps.

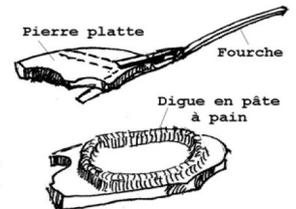
Pour savoir si elle est cuite, il suffit de planter une lame : si elle rentre sans difficulté, c'est tout bon. Mais attention de ne pas casser la coque en terre et donc de ne plus pouvoir la remettre au feu...



### Cuisson à la pierre

Choisir une grosse pierre plate chauffée près du feu vif pendant au moins 30 minutes.

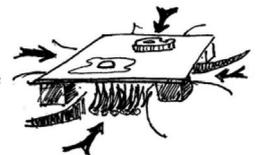
Certaines pierres jetées dans un feu vif éclatent en chauffant. Les pierres qui ont séjourné dans l'eau sont souvent les plus dangereuses, car l'eau s'emprisonne dans la pierre et sous l'effet de la chaleur éclatent; le mieux est de chercher à même le sol ou en creusant.



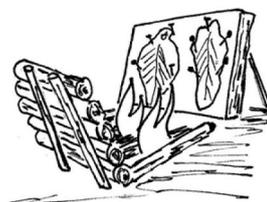
Les deux dernières méthodes utilisent des matériaux qui ne se trouvent pas dans la nature (ou par erreur: résidus d'une personne peu scrupuleuse)

### Cuisson à la plaque

Utiliser une grande plaque de tôle de 3 à 5 mm d'épaisseur déposée sur de grosses pierres. Veiller à avoir suffisamment d'espace entre le sol et la plaque pour pouvoir entretenir le feu et bien le répartir sous la plaque. Ce mode de cuisson est originaire de Catalogne et du sud-ouest de la France.



### Cuisson à la planche



Utiliser une large planche de bois assez épaisse. Il est nécessaire de mouiller la planche régulièrement pendant la cuisson pour éviter qu'elle ne brûle. La planche sera déposée en oblique devant le feu. La cuisson à la planche s'utilise principalement pour la cuisson des poissons. Celui-ci est alors cloué sur la planche. Ce mode de cuisson est originaire du nord-ouest des USA.

## 1. Principe de base

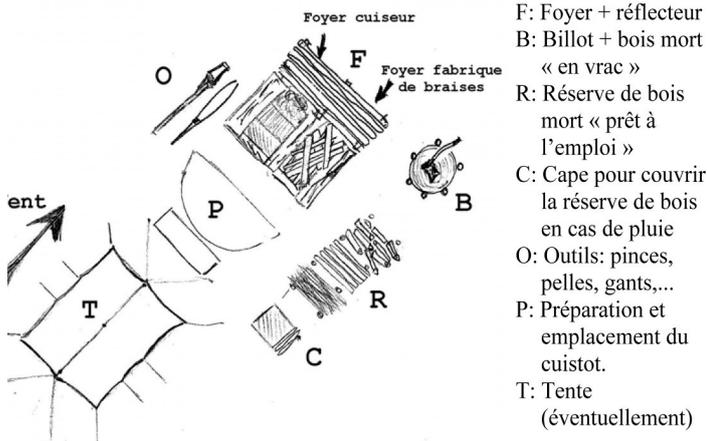
Aucune théorie ne pourra remplacer la pratique. Quelques astuces sont cependant utiles à connaître:

- La bonne cuisine se fait sur la braise et non à la flamme.
- Éviter les coups de feu, ils brûlent ou durcissent les aliments et n'activent guère la cuisson.
- Le noir de fumée doit être enlevé avant consommation car il est cancérigène.
- Ne jamais présenter des aliments au dessus des flammes d'un allume-feu à cause du danger d'intoxication.

## 2. Introduction

La Cuisine Trappeur est une activité d'éclaireur permettant la mise en pratique de techniques adaptées au terrain, sans avoir recours aux facilités actuelles comme les casseroles, gamelles et papier aluminium.

Avant de commencer, il y aura lieu de choisir l'endroit pour cette activité. Son aménagement dépendra du temps que tu prévois y rester.



11

## 5. L'art de cuisiner sans ustensiles

Pendant que votre brasier se réalise, vous préparerez vos ustensiles :

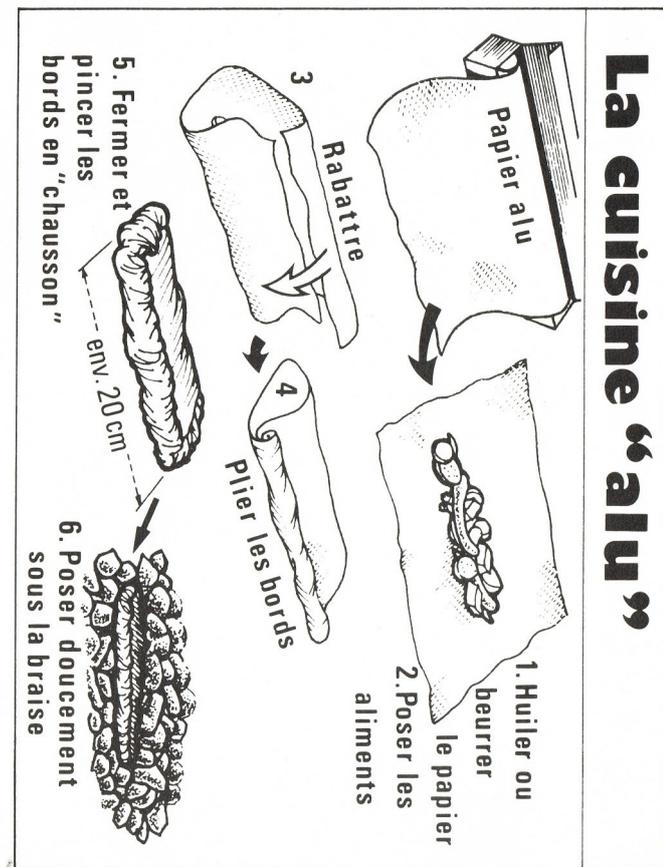
- des fourches en abondance
- quelques rondins
- des pincettes à feu (F)
- une pelle que vous façonnerez à la hache (G)
- quelques rejets de noisetier de la taille de l'auriculaire, 1 mètre de long
- quelques larges fragments d'écorces ; de préférence humides.
- quelques poignées d'argile
- et suivant la saison quelques grandes feuilles de tilleul ou de châtaignier.

Voici en coupe la cuisson de différents aliments sous la braise :

- pomme de terre dont la pulpe est remplacée par les déchets de viandes dûment assaisonnés, graissés au beurre et préalablement revenus (à la broche ou sur une pierre); on peut aussi cuire un œuf à l'intérieur d'une autre pomme de terre.  
Le dessus servira de couvercle pour empêcher la chute de cendres dans les préparations.
- pomme ou poire contenant un ou deux œufs battus, sucrés et pourvu d'additifs propres aux entremets. Pour éviter les fruits et les pommes de terre, un bon moyen est d'utiliser une cuillère dont vous aurez aiguisé les bords.  
ATTENTION: cette cuillère ne sera utilisée qu'à cet escient, et sera placée à un endroit que vous seul connaîtrez pour éviter tout accident.
- un gros oignon évidé, où cuisent deux œufs salés et poivrés. Laissez à cet oignon trois peaux d'épaisseur.  
Le dessus comme pour les pommes de terre servira de couvercle.
- châtaignes dont la pulpe cuite peut être ajoutée aux 'déchets' de viande,



# SOUS LA BRAISE



27

## Les pommes de terre avec Alu

- Choisissez des pommes de terre moyennes mais surtout de taille égale afin d'obtenir un temps de cuisson homogène. Évitez les grosses pommes de terre trop longues à cuire.
- Après avoir lavé les pommes de terre sans les éplucher, enveloppez les uniformément encore mouillées (très important) dans du papier d'aluminium



- Placez les pommes de terre dans le feu. Elles doivent être visibles et accessibles. Laissez cuire environ 15 à 20 mn suivant la taille, retournez-les une fois pendant la cuisson, il suffira ensuite de les piquer pour vérifier si elles sont prêtes.
- Servez les pommes de terre ouvertes en deux encore fumantes avec une noix de crème fraîche, de beurre ou alors mangez-les tout simplement avec du sel.

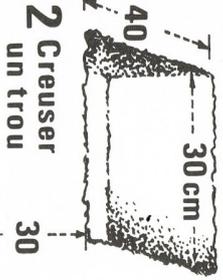
# Le trou à braise

## Pour cuisine "alu" et brochettes



1 FEU À BRAISE (chêne, hêtre, charme)  
PENDANT UNE HEURE

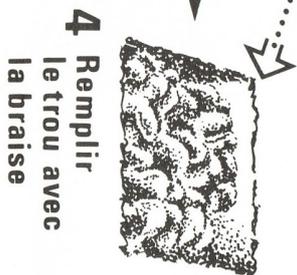
Pendant ce temps...



2 Creuser un trou



3 Y faire flamber un fagot pour réchauffer la terre



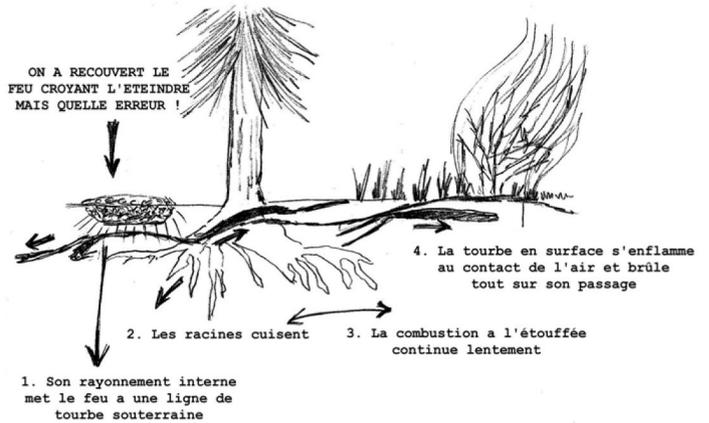
4 Remplir le trou avec la braise

**Si le sol est composé essentiellement de tourbe** et que cette dernière est sèche, tout FEU est INTERDIT.

Dégager les feuilles et brindilles dans un rayon de 2 m.

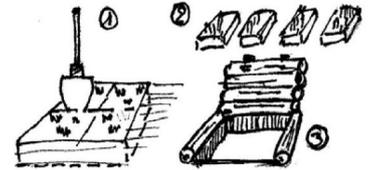
Creuser légèrement l'endroit du foyer (! pas de racines apparentes).

Le danger d'extension involontaire du feu est décrit ci-dessous:



**Si le sol est recouvert d'herbe**, il est préférable de réaliser de la sorte:

1. Déposer la motte « racines en l'air »
2. Damer à la main les rebords
3. Après extinction complète et nettoyage, reposer la motte à son emplacement.



## Poulet trappeur

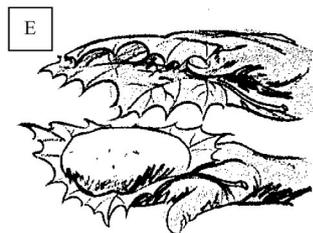
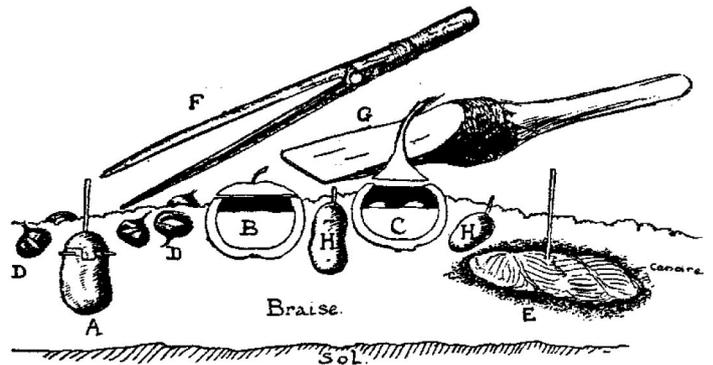
### Préparation

- Se procurer un poulet vidé non plumé (il est possible d'en commander en boucherie: penser à le réserver avant et à prévenir le boucher). Retirer les pattes et la tête du poulet. Pour cela couper aux articulations pour les pattes et à la base du cou pour la tête. Envelopper le poulet assaisonné d'une épaisse couche d'argile.

Attention : pour que le résultat soit de qualité, il est nécessaire de faire prendre les plumes du poulet dans l'argile. Ne pas se contenter de recouvrir.

### Cuisson

- Déposer la boule sur un tapis de braises d'un feu polynésien (ou d'un feu enterré).
- Recouvrir le tout d'une épaisse couche de braises.
- Faire cuire pendant 2 heures (d'où la nécessité d'avoir une épaisse couche d'argile et de braises pour que le poulet ne brûle pas pendant la cuisson).
- Alimenter le feu pendant la cuisson.
- Retirer la boule du feu.
- Faire craquer la terre qui recouvre le poulet.
- Les plumes s'enlèvent en même temps que la terre.
- Nettoyer le poulet des plumes qui pourraient rester, ainsi que des cendres ou morceaux d'argile restants.



E. carottes (ou tout autre légume) beurrées, salées, roulées dans des feuilles fraîches de tilleul, de châtaignier ou de choux entourées de cendres grises.

Attention aux feuilles nocives.

A défaut de feuille, on peut cuire des légumes à l'eau sans récipient et à l'étouffée... comment ? à vous de chercher, si vous ne trouvez pas, la réponse vous sera donnée contre un courrier.

Remarque :

- Dans certaines circonstances et suivant les rigueurs du climat, le papier d'aluminium pourra être utilisé à la seule et unique condition qu'aucune trace de ce matériel ne subsiste après le nettoyage de l'aire de cuisson, contrairement au papier, l'aluminium ne pourrit pas.
- Ne jamais laisser le feu sans surveillance. Pas de feu en forêt sans autorisation. Prévoir de l'eau à proximité en cas de propagation du feu. De la terre peut convenir également.

### 3. Le foyer

Faire un bon feu est très simple, mais c'est aussi un « ART » que d'y parvenir vite et bien, en choisissant au mieux :

- le type de foyer
- le site et l'orientation
- le bois convenable pour l'usage demandé.

Le Coureur se réalise généralement sous des cieus peu éléments. Les «durs» diront que c'est voulu; il en va tout autrement pour le candidat qui doit réaliser son feu sous la pluie...

Si le temps est humide (pluie ou neige), isolez le feu du sol en créant un plancher en pierre ou en grosses branches.

Tous les bois morts, écorcés,...qui se trouvent au sol par temps de pluie sont gorgés d'eau et donc inutilisables. Par contre, tout ce qui est mort mais qui est resté solidaire de l'arbre est presque sec et donc plus adéquat pour allumer un feu.

Dans les buissons, les rejets sont serrés et protégés de la pluie par le couvert. Ils sont donc très utiles pour le feu (brindilles). Le cornouiller représente une qualité supérieure car son écorce est tenace, imperméable et garde le bois sec, il en est de même pour le noisetier et le châtaignier en taillis.

13

Dans le même ordre d'idées :

- une orange, cuite sous la cendre dont le centre, évidé de sa pulpe, est remplacé par du chocolat râpé et le jus de la pulpe est un met délicieux. Vous pourrez laisser aller votre imagination en essayant de récupérer du zeste d'orange que vous couperez en fines lanières et que vous tremperez dans le chocolat chaud et laisserez refroidir pour créer un merveilleux dessert.
- Une pomme évidée de son trognon (si possible, non trouée de part en part) est remplie de cassonade brune. Cuire le tout à l'étouffée.
- Les choses qui font défaut, ce sont les boissons chaudes. Les primitifs fabriquaient des récipients d'écorces, ou de bois évidés, les remplissaient d'eau puis plongeaient des pierres ou des métaux dans le liquide d'où ébullition subite et cuisson de l'écorce... peu appétissant mais à essayer!

A essayer aussi l'écorce d'une demi noix de coco; plongée à 1 cm de son bord dans de la cendre grise ou blanche, le résultat doit être meilleur.

- Vous pourrez aussi frire, rissoler ou dorer pas mal d'aliments sur des pierres très chaudes. Pour les oeufs, toujours prévoir des 'remparts' en carrés de lard, d'argile (hé oui !), ou de pâte à pain.
- On peut aussi enfiler des pruneaux entourés de lards sur des fourches de noisetier et les cuire au-dessus de la braise grise, veiller à ce que la graisse s'échappant du lard ne s'enflamme et fasse rôtir votre préparation (cette même graisse peut être récupérée afin d'être incorporée dans le pain mais gardez vous de récupérer cette graisse en y plaçant un récipient à proximité des flammes, risque d'incendie et de graves brûlures.

## CUISINE « TRAPPEUR »

- **Les brochettes en tous genres** : lard, foie, oignons, saucisses, poivrons, tomates, bacon... et tous les mélanges qui te font envie. Coupés en dés et enfilés sur une tige de bois vert écorcé (rejets de noisetier par exemple mais **jamais** en laurier rose : **poison mortel**).

Reprises dans l'Equip'album, voici 4 recettes :

- « **BOEUF'OLARD** » : 100 g de bœuf - 50 g de lard - 1 oignon - 1/2 poivron - 1 tomate - huile, sel, poivre. Couper les légumes en gros morceaux après les avoir lavés et essuyés, la viande et le lard en cubes. Rouler les ingrédients dans l'huile. Enfiler les morceaux alternativement sur la brochette. Cuisson 5 à 10 mn selon qu'on aime la viande saignante ou non. Assaisonner après cuisson.

- « **BOUDIPOM** » 150 g de boudin - 1 pomme - 1 oignon - 1 morceau de crêpe de porc (acheté chez le charcutier en même temps que le boudin) - huile, sel. Couper le boudin en 3 ou 4 morceaux assez épais, envelopper chacun d'eux dans un petit morceau de crêpe. Couper la pomme en quartiers sans l'éplucher. Enfiler dans l'ordre sur la brochette : oignon, boudin, pomme, boudin, oignon, etc. Badigeonner d'huile. Faire cuire 10 mn en tournant très souvent la brochette.

- « **BACONSAUC'** » 6 petites saucisses à apéritif - 3 tranches fines de bacon. Couper en deux les tranches de bacon. Envelopper chaque saucisse dans une demi-tranche de bacon. Enfiler sur la brochette. Faire cuire doucement 10 mn.

- « **JAMPITOM'** » 100 g de foie - 3 champignons de Paris - 1 tomate - 1 tranche de bacon - huile, sel, poivre. Préparer les cubes de viande. Couper la tomate en 4 quartiers et la tranche de bacon en 2. Enduire les éléments d'huile. Enfiler alternativement sur la brochette : bacon, foie, champignons, foie, tomate, foie, terminer par le bacon. Faire griller sur braise vive 10 mn en tournant souvent la brochette.

29

### Poisson trappeur

Il existe deux façons de faire cuire un poisson sans disposer d'autre chose que ce que la nature fournit.

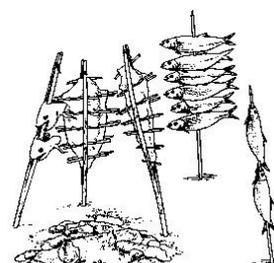
#### Recettes

##### Dans la glaise

- Envelopper le poisson dans une bonne couche de glaise humide, avec les écailles, et le faire cuire ainsi dans les braises - de préférence dans un feu polynésien.

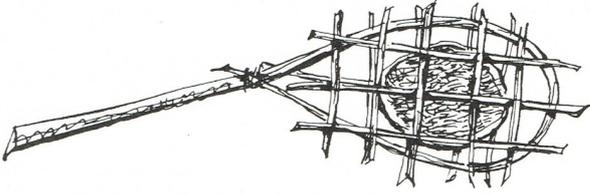
##### À la broche

- Préalablement écailler le poisson avec un couteau (dans l'eau), dans le sens inverse des écailles.
- Le vider : à l'aide d'un couteau bien aiguisé, ouvrir le ventre à partir de la bague anale vers les nageoires ventrales, en évitant de crever les "poches" internes. Puis en se plaçant dans le ruisseau, enlever les entrailles, décoller la peau grise à l'intérieur des flancs et enlever les caillots de sang le long de l'arête intérieure. On peut laisser la tête.
- Le faire cuire à la broche ensuite.

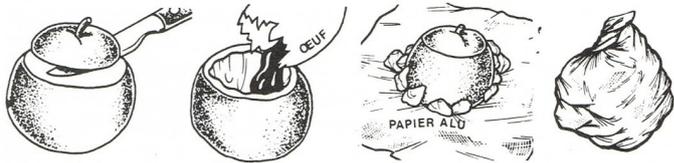


• **Les classiques pommes de terre en robe des champs :** environ 15 mn de cuisson. Pour voir si c'est cuit, enfoncer un couteau dans la pomme de terre (attention à ne pas la faire éclater). Il faut beaucoup de braises : les pommes de terre doivent être bien couvertes.

• **Les grils :** avec les rejets écorcés, tresser les tiges autour de la viande ou des poissons à griller (« Raquette »). Par exemple : les côtes de porc à la moutarde. Bien enduire la côte de porc avec la moutarde et laisser cuire, 10 à 15 mn.



• **Les œufs :** cuits dans une demi-orange évidée, ou encore dans une pomme dont on a coupé le haut. Creuser l'intérieur du fruit, casser l'œuf dans la cavité. On enveloppe le tout de papier d'aluminium et on laisse cuire, enfourer dans la braise, environ 10 mn.



Et bien entendu, les fromages fondus sur du pain grillé !  
Et bien sûr, les châtaignes... C'est la saison !  
Bon appétit !

## Pizza trappeur

### Préparation

Pâte à pizza  
eau  
levure  
huile  
sel



Pétrir la pâte jusqu'à obtenir une boule non collante aux doigts.

### Mise en place et garniture

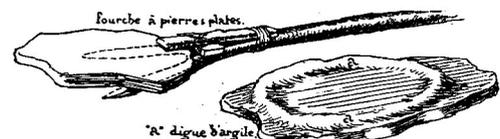
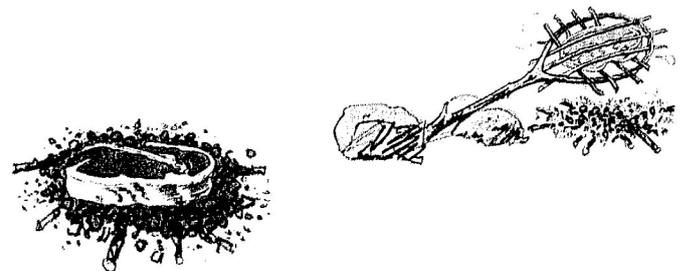
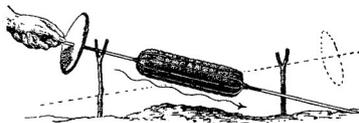
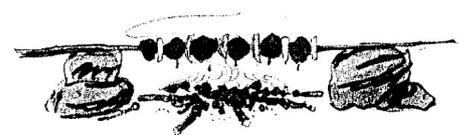
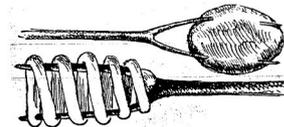
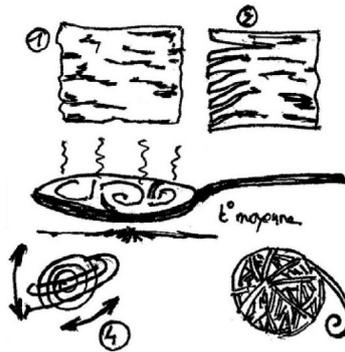
- Étaler la pâte à l'aide d'un rouleau. Sans rouleau, l'on pourra utiliser un morceau de bois vert préalablement écorcé et lavé
- Déposer les ingrédients sur un carré de pâte de 1 cm d'épaisseur
- Assaisonner et emballer le tout dans plusieurs feuilles d'alu.
- Déposer sur ou sous des braises bien chaudes pendant 20 minutes.

## Astuces:

Un des meilleurs combustibles pour bouter le feu est l'écorce de bouleau sèche prise sur un arbre abattu. De grâce laissez en paix les arbres vivants ! Déchirez cette écorce en lanières de 1 cm de large. En les approchant d'une source de chaleur, les lanières s'enrouleront sur elles-mêmes. Vous créerez ainsi des boules de la grosseur d'une balle de tennis. Confectionnez en quelques unes que vous glisserez dans les recoins de votre sac. Elles se conserveront longtemps et l'humidité est sans action sur elles. Vous pourrez imaginer la puissance de cet allume feu ; sa fumée noire, sa flamme orange et ses crépitements invitent le feu à le déguster, et cela dure longtemps.

L'écorce de bouleau, dégage une sorte de

goudron qui se dépose sur les brindilles se trouvant au dessus. Ces brindilles s'enflamment à leur tour plus facilement. Ceci en fait donc l'allume-feu le nec-plus-ultra.



### 3.1. Foyer 'standard'

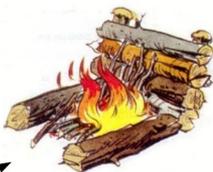
Le feu en pyramide est celui qui prend avec le plus de facilité.

1. Récoltez des brindilles et des branches de grosseurs différentes
2. Répartissez les en tas de grosseur croissante
3. Déposez sur le 'plancher' une boule d'écorce de bouleau (à défaut du papier journal).
4. Réalisez un édifice pyramidal de branches sèches de sections variant de la plus fine à l'intérieur à la plus grosse sur l'extérieur
5. Orientez l'orifice d'aération du foyer dans le sens du vent, afin qu'il active la combustion au lieu de l'étouffer
6. Augmentez la stabilité de cet édifice en utilisant des branches fourchues.
7. Glissez la flamme d'une allumette et laissez la magie du feu se réaliser sans le 'secouer'. Assurez lui seulement un bon tirage.
8. Après quelques temps, votre foyer devrait ressembler à ceci :



### 3.2. Foyer 'adapté à la cuisine trappeur'

Pour réaliser une cuisine trappeur, le foyer recommandé est le foyer dit «à réflecteur». Tout le dispositif de ce foyer est en bois vert. Il est bon de le revêtir d'une bonne couche d'argile étalée sur les rondins afin de le protéger de l'exposition directe aux flammes. Le dessin fait ressortir l'orientation par rapport au vent, ce qui est essentiel.



Nous insistons ici sur le fait qu'il est indispensable d'avoir une autorisation spéciale pour couper du bois 'vert'.

15

Astuces pour tout ce qui est enfoui :

- placer des pommes de terre témoins qui sont un moyen parfait de contrôle de cuisson.
- piquer des branchettes riches en sève afin de repérer les emplacements.
- retirer les mets avec mille précautions. Une pomme de terre est quasiment inconsistante lorsqu'elle est cuite à point. Dégager-la et enlever-la avec la pelle de bois. On peut disposer les mets retirés du feu sur les pierres chaudes afin qu'ils ne se refroidissent pas immédiatement.

Afin d'estimer la température des braises, vous pouvez compter les secondes ('un et un', 'deux et deux', ...) pendant lesquels vous pouvez laisser votre main sur la cendre (à 10 cm) :

	Main enlevée après (sec)	Chaleur	Température (°C)
	6 à 8	Faible	120 à 175
	4 à 5	Moyen	175 à 200
	2 à 3	Chaud	200 à 230
	1 ou moins	Très chaud	230 à 260

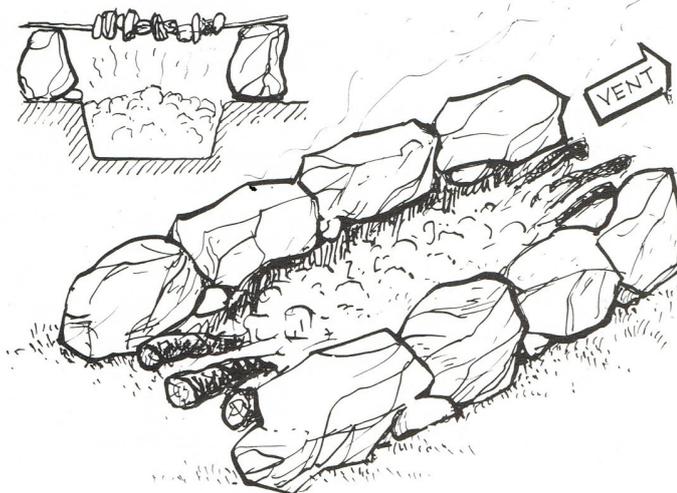
Une trouvaille en entraînant une autre, ce chapitre doit vous inciter à cuisiner sans autres ustensiles que votre hachette et votre couteau et à laisser libre cours à votre imagination. Tout ce qui est repris ci-dessus n'est qu'une infime partie de ce qui est possible à cuisiner lors d'une cuisine trappeur.

## CUISINE « TRAPPEUR » BOIS ET FEU

Pour la cuisine trappeur, il faut beaucoup de braises, il faut donc choisir un bois dense (chêne, charme, hêtre) et faire un feu très fourni. Pour démarrer la flambée, prendre un bois plus léger comme le pin ou le bouleau. Le bois dense brûle plus longtemps et fait de bonnes braises qui durent.

Pour faciliter la conservation des braises, faire une tranchée rectangulaire de 20 à 30 cm de profondeur, orientée dans le vent. Quand on a suffisamment de braises, boucher les entrées du foyer. On limite ainsi la circulation d'air et les braises chauffent plus longtemps.

*Comment disposer les brochettes*



### Courgette farcie

#### Préparation

31

- Couper chaque courgette en deux sur la longueur
- Éviter les courgettes
- Farcir les courgettes à l'aide de viande hachée (type chair à saucisse). On peut préférer la farce utilisée dans les oranges farcies.
- Refermer la courgette
- Laisse cuire sous la braise pas trop chaude pendant 25 minutes.

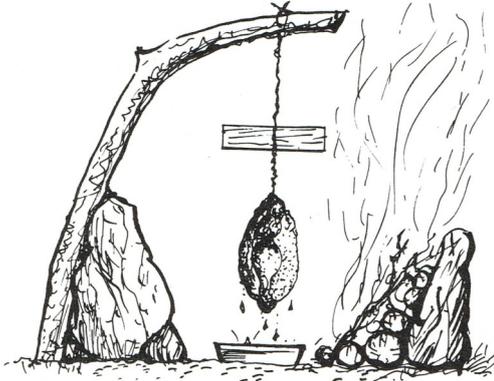
### Wimpies

#### Préparation

- éplucher et couper les oignons ;
- couper le fromage en lamelles ;
- laver (éventuellement éplucher) les pommes de terre ;
- préparer des petits tas de viande ;
- laver et couper les tomates en rondelles.
- Dans un rectangle de papier d'aluminium, poser des rondelles de pomme de terre entre lesquelles on glissera les tomates, le fromage, les oignons et la viande. Bien refermer afin que le jus des aliments ne sorte pas et que les cendres n'entrent pas. (une deuxième enveloppe d'alu peut être utile.)
- Mettre dans les braises.

### • Le poulet rôti à la ficelle :

C'est un système de cuisson particulièrement astucieux : le poulet suspendu à une branche par une ficelle tourne de lui-même au-dessus d'un plat qui recueille le jus : la lèche frite. Le feu est monté verticalement contre une grosse pierre, une autre pierre plate sert de réflecteur et coupe le vent. Durée de la cuisson : une demi-heure à une heure suivant la qualité de l'installation, arroser de temps en temps le poulet avec son jus.



### • Comment rôti à la broche :

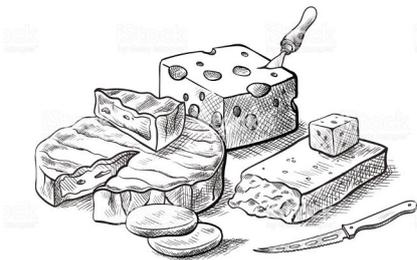
Qu'il s'agisse d'un simple rôti ou d'un méchoui le principe est le même : un feu en tranchée dans lequel on a accumulé les braises (il n'est pas question de rajouter du bois pendant la cuisson). Deux fourches supportent une bague de coudrier qu'on tourne à la main (protégée par un gant de la chaleur).



## Camembert à la braise

### Préparation

Attention: il est indispensable de choisir un camembert dans une boîte en bois. De plus, quitte à entamer à peine plus le budget du camp, il est fortement conseillé de prendre un camembert de bonne qualité: le résultat s'en ressent énormément.



### Recette

- Ouvrir la boîte du camembert
- Retirer l'emballage plastique entourant le camembert
- Replacer le camembert à même la boîte
- Refermer la boîte en bois
- Emballer l'ensemble avec du papier d'aluminium, en veillant à faire une petite pointe pour récupérer plus facilement le camembert dans le feu
- Faire cuire pendant 10 minutes sous la braise.

Le camembert se déguste en trempant du pain dans le fromage fondu.

Comme essences combustibles, préférez à toute autre le bouleau et le charme, ensuite le hêtre et le chêne mais surtout pas un quelconque résineux, car ceux-ci fument énormément, piquant aux yeux et donnant une saveur peu encourageante aux aliments cuits, de plus ils ne donnent rien comme braise persistante. Comme il vous faut après un bref délais un bon tapis de braises épais et ardent, ne perdez pas de temps à entasser des bûches, mais fendez celles-ci en quatre, en huit, en seize et activez leur combustion en les entrecroisant.

Dans le cas de foyer qui doivent durer une après-midi pour tester plusieurs expériences de cuisson, on construira un foyer plus grand; après l'avoir allumé et laissé retomber la braise, on le déplacera d'un côté ou de l'autre et on continuera à le charger à excès; celui-ci sera le fabricant de braises et l'autre le foyer utilisateur; lorsque, après avoir utilisé toute la braise de ce dernier, il ne subsistera plus que des restes de braises blanches, il sera temps de changer à nouveau de côté et de recharger le foyer utilisateur pour qu'il devienne à son tour le fabricant; ainsi de cette manière on pourra cuisiner sans halte et toujours au chaud quelque soit le climat.

Un seul bémol à ce type de foyer : c'est un grand consommateur de bois; d'où la nécessité d'avoir de la réserve à proximité sans utiliser les cordes de bois de nos amis les bûcherons...

L'idéal serait de construire un deuxième foyer sur lequel on ferait chauffer des pierres aussi plates que possible que vous aurez nettoyées préalablement, elles vous serviront ultérieurement. Attention de pas utiliser des pierres humides ou gorgées d'eau qui éclateraient par la chaleur.

Gardez-vous de fouiller les braises du feu à réflecteur, laissez les s'entasser jusqu'à former une couche épaisse d'à peu près 30 cm en son centre.

Vous avez maintenant un feu sur lequel vous pourrez cuisiner.

**Remarques :** Il est nécessaire, pour obtenir de bonnes braises en suffisance, d'allumer le feu 45 minutes à une heure avant de commencer à cuire les aliments, car ce sont les braises qu'il vous faut et pas uniquement des flammes.

## 6. Le pain

Il est pratique de cuire son pain lors d'un raid ou d'un camp pour plusieurs raisons :

- la farine tient moins de place dans le sac que le pain acheté avant le départ.
- le pain cuit par vos soins sera frais à souhait.

Formule « magique » pour obtenir un pain de trappeur:

Un poing de farine et ¼ de cuillère à café de sel. Mélanger à sec. Une cuillère à café et demie de levain dilué dans un fond d'eau et une cuillère à soupe de saindoux ou de graisse récupérée lors de la cuisson de votre lard ou de beurre. Pétrissez à plat sur une pierre propre (ou à défaut sur un sac en plastique).

Faites de cette pâte un boudin que vous enroulerez autour d'un bâton ou mieux encore aplatissez la pâte et coupez des tranches de celle-ci et enroulez les autour d'un bâton de noisetier (ce bâton devra avoir été écorcé, passé à la flamme afin de le sécher de sa sève et ensuite beurré avant d'enrouler les lambeaux de pâte à pain).

