



La cuisine trappeur



Faire la cuisine

Découvre des recettes de cuisine simples et originales pour changer des raviolis en conserve ou des spaghettis trop cuits et devenir la référence dans le guide Michelin de la cuisine « rustique ». Le tout, sans ustensiles (ou presque) !

Saucisse ou autre sur baguette

Prépare une baguette de bois vert écorcée. Tu peux y piquer ta saucisse et la placer au-dessus du feu, en enfonçant la baguette dans le sol. Fais tourner de temps à autre, compte une vingtaine de minutes et c'est prêt ! Évidemment, tu peux aussi cuire ta viande sur une grille. De même, tu peux griller des champignons ou des tomates en les déposant au-dessus des braises sur ta grille, que tu peux confectionner en tresant du bois vert.

La cuisson à l'étouffée

Le principe est simple : tu emballes dans du papier tartines et tu enroules de plusieurs couches serrées de papier journal. Dégage le feu jusqu'au sol, pose le paquet et recouvre-le de braises. Seules les épaisseurs extérieures du journal se carboniseront.

Les pommes de terre gourmandes

Tout le monde connaît les pommes de terre sous la cendre. Quelques variantes : à la fin de la cuisson, sors-les du feu. Découpe un couvercle et creuse l'intérieur des patates. Casses-y un oeuf, ajoute sel, poivre, herbes ou fromage râpé. Remplace le couvercle, remballer le tout et remets cuire 10 minutes. Ou aussi : coupe une grosse pomme de terre dans la longueur, creuse-la un peu et mets entre les 2 morceaux une part de Vache qui rit et du gryère râpé (ou

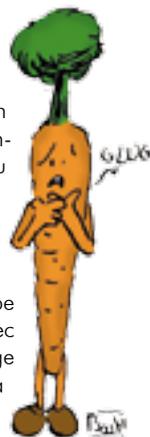
mieux : fromage raclette et tranche de bacon ou lard). Fais cuire le tout 20' sous la braise. Ou encore : coupe ta pomme de terre en tranches et beurre chaque tranche des 2 côtés. Ajoute sel et poivre (herbes de provence...). Recolle les morceaux et fais cuire le tout en papillote comme d'habitude.

L'œuf sur le plat

Fais chauffer une pierre plate dans le feu (attention, les pierres que l'on trouve dans les rivières peuvent éclater sous l'action de la chaleur). Dispose un cercle de bande de lard ou de couennes de jambon et casse délicatement un oeuf au milieu. Laisse cuire. Attention en la sortant du feu, la pierre est brûlante.

La fondue au camembert

Prends un camembert. Sors-le de sa boîte en bois et enlève l'emballage plastifié. Humidifie la boîte en l'arrosant d'eau. Remets le camembert dedans et dépose-le au milieu des braises. Au bout de 5 à 10 minutes, le couvercle de la boîte va se mettre à bouger : c'est prêt. Retire le camembert du feu, ouvre le couvercle de la boîte et découpe le haut de la croûte du fromage avec ton couteau. À l'intérieur, le fromage est entièrement fondu (attention, ça coule !). Tu peux le manger en y trempant des morceaux de pain.





Faire son pain

Il te faut de la farine (environ 1 verre par personne), une pincée de sel, un peu d'eau et de la levure de boulanger. Quand on n'a pas le temps de laisser lever la pâte, on remplace la levure par de la « baking powder » qui fera monter le pain à la cuisson. Mélange le tout dans un grand bassin. Creuse un trou au milieu et verse petit à petit l'eau. Mélange doucement avec les mains. Rajoute 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. Pétris la pâte pendant au moins 1/4 heure. Pour cuire ton pain, étale-le en une longue lanière de 2-3 doigts de large et de 1 doigt d'épaisseur. Tu enroules cette lanière autour d'un gros bâton de 3-4 cm de diamètre préalablement écorcé. Mets à cuire à environ 10 cm au-dessus des braises. Lorsque la pâte est dorée, le pain est cuit. Tu peux aussi cuire des petites galettes en les déposant sur ta grosse pierre plate au milieu du feu et en les retournant à mi-cuisson. Tu peux aussi incorporer à la pâte des grains de coriandre et des petits morceaux d'oignons.

Tomate party

1 boîte de concentré de tomates, 300 g de gruyère, sel, poivre, pain coupé en dés. Dans une gamelle, fais fondre une noix de beurre dans laquelle tu verses une boîte de concentré de tomates. Ajoute une cuillerée de Maïzena ou de farine, remue bien et verse petit à petit de l'eau sans cesser de tourner jusqu'à consistance d'une crème légère (sans grumeaux). Rajoute un comprimé de bouillon de viande. Verse le fromage râpé. Fais fondre si le feu est assez doux et remue sans cesse (si c'est trop épais, rajoute de l'eau). Sale, poivre. Trempe du pain piqué au bout des fourchettes ou de bâtonnets dans la fondue à la tomate. Avec une grosse salade et un dessert, voici un repas du soir rapide et sympathique.

La courgette farcie

Une courgette, de la viande hachée, du gruyère, du sel et du poivre. Coupe la courgette en deux sur sa longueur. Avec une petite cuillère, retire les pépins. Ensuite vide la courgette de sa pulpe que tu mélanges en petits dés avec la viande et les épices. Remplis la demi-courgette avec le mélange et recouvre le tout de gruyère. Enferme la demi-courgette dans de l'aluminium huilé et place-la dans les braises.

L'omelette à l'orange

Découpe un couvercle à ton orange. Evide-la avec une petite cuillère en faisant attention de ne pas percer la peau. Laisse un peu de chair dans l'orange, c'est elle qui donnera son goût à l'omelette. Ensuite casse un oeuf dans l'orange et bats-le. Fais cuire en posant l'orange directement sur les braises. Selon tes goûts, ajoutes-y du sel et du poivre ou du sucre. Variante : dans un citron, un oignon...

Pomme à l'étouffée

Remplace le centre d'une pomme par un carré de sucre, une petite noix de beurre et un zeste de citron. Emballe le fruit et place-le 20 minutes sous les braises.

L'orange punch

L'orange punch se prépare de la même manière : tu découpes un couvercle, tu enfonces deux sucres dans l'orange. Tu refermes et tu mets pendant 1/4 heure dans la braise.

La banane au chocolat

Incise la banane sur toute sa longueur sans que la lame traverse l'autre côté. Casse 1 ou 2 bâtons de chocolat en petits morceaux et remplis-en la banane. La cuisson se fait à l'étouffée ou directement sur les braises.

Le marshmallow

Enfin, une petite gâterie dont nos dents nous recommandent de ne pas abuser : le marshmallow grillé. Le marshmallow, c'est la friandise qu'on appelle aussi du lard (un peu mou, rose et blanc). Tu le piques au bout d'une baguette et tu le places au-dessus du feu quelques minutes en le retournant régulièrement. Le lard va gonfler et caraméliser en surface. Laisse refroidir quelques secondes avant de déguster.

