

MANUAL WEB SCOUT

CAJA DE HENO

Proyecto: Aire puro

14-03-2006

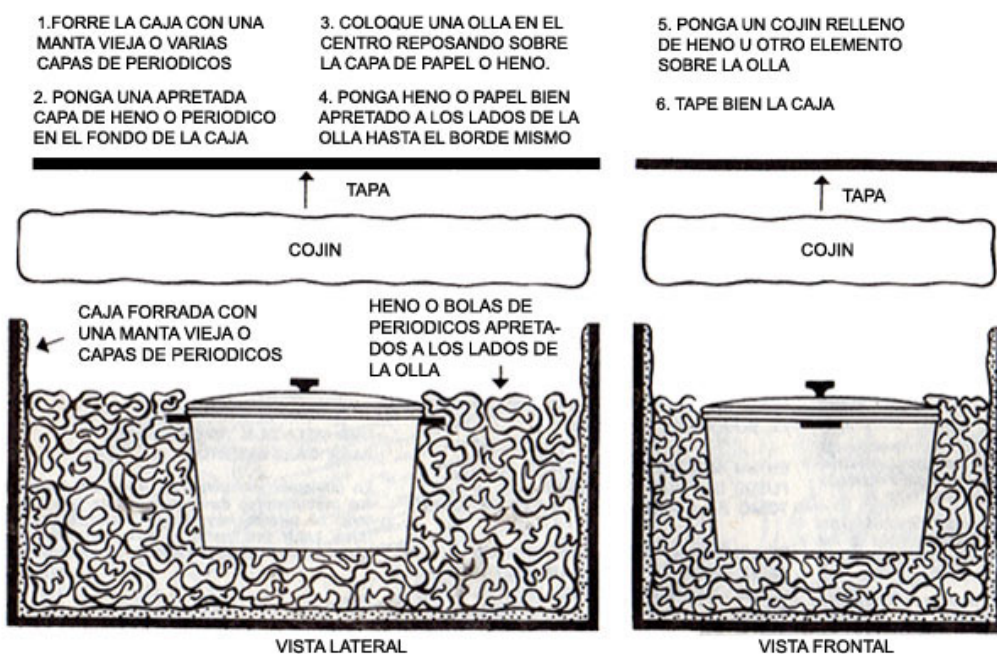
Una Caja de Heno es útil cuando el combustible escasea, y cuando se quiere economizar ahorrando energía. No hay fuego alguno y no hay humo que contamine el aire.

Material: Consiga una caja grande de latón o haga una de madera. Como quiere que sea, debe tener una tapa hermética con goznes (bisagras) a un lado.

Armado: Fórrala con varias capas de periódico. Coloque luego una capa de heno en el fondo de la caja; o bien use bolas de papel de periódico. Coloque ahora la olla en el centro de la Caja de Heno, reposando sobre la capa del fondo,. Rellene luego de heno o bolas de periódicos de manera que quede bien compacto, alrededor de la olla hasta que el empaque llegue al borde de la olla de modo que pueda tapar bien la olla. Finalmente haga un cojín grueso con una manta vieja, o rellene una funda de heno o de espuma (foam) de manera de poder cubrir la olla por encima para mantener el calor. Su Caja de Heno está lista para usarse.

Como usar la Caja de Heno.

Los alimentos preparados para cocinar en la Caja de Heno deben estar parcialmente cocidos, luego la Caja se encarga de completar el trabajo en una operación sin fuego, sin humo, ahorrando combustible. Es también muy útil para mantener la comida caliente y lista para usarla en cualquier momento del día o de la noche. Carne, pollos, etc. cocínelos a medias en un fuego ordinario primero. Deje hervir por unos 5 minutos. Coloque entonces la olla en la Caja de Heno. Para toda carne cruda, hiérvala por media hora antes de pasar la olla a la Caja, donde se completará el cocimiento. El cocimiento en la Caja de Heno es lento, le harán falta de 3 a 4 horas o más. Pero se podrá dejar la comida haciéndose, salir de excursión por 3 o 4 horas y al regresar encontrará su comida cocinada. Los vegetales también hágalos hervir en un fuego normal, después pase la olla a la Caja de Heno. Las ollas de aluminio son las mejores para este tipo de cocción, pero pueden usarse otros tipos de ollas.



Tradicionalmente se usa una caja de madera. Pero las modernas cajas de espuma de plástico son también efectivas. Puede también ensayarse espuma plástica como aislador para rodear la olla.

<http://www.manualscout.cl>