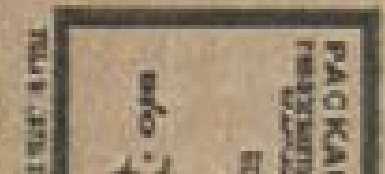


Qué es un horno solar y como hacerlo con cartón



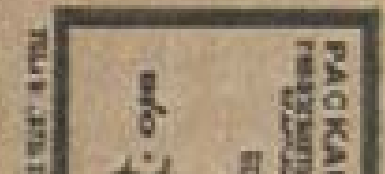
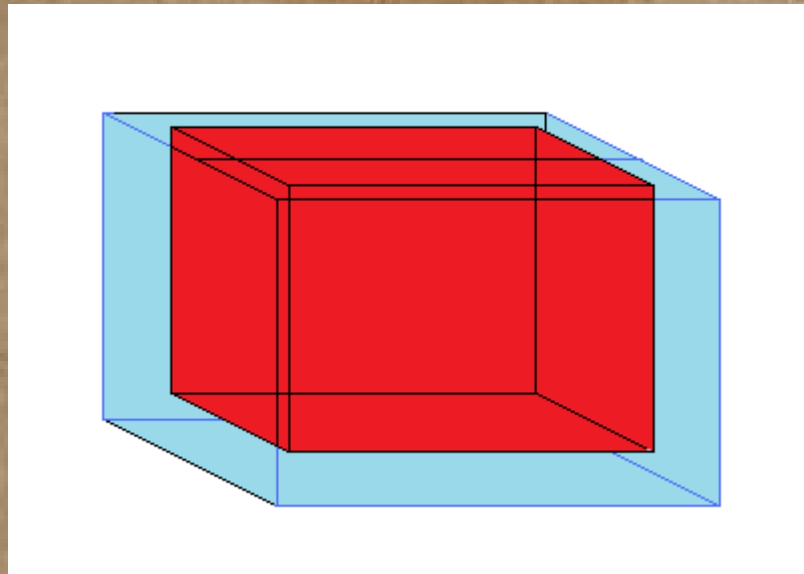
Daniel Casado González



Materiales para construir un horno solar de cartón

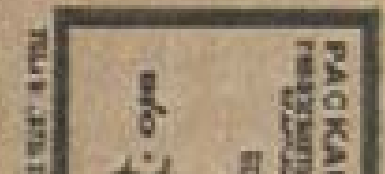
- Cajas de cartón. 2 cajas y una plancha

Tamaño y características de las cajas



Materiales transparentes

- Plásticos o mucho mejor si son vidrios



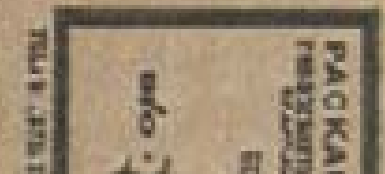
Pegamentos

los pegamentos han de ser no tóxicos como por ejemplo el engrudo.

Ingredientes del engrudo:

- 50 gr de harina de trigo
- ½ litro de agua
- Una cucharadita vinagre (opcional)

Poner a fuego lento mientras se remueve hasta que espese y comience a hervir



Reflectantes y pinturas

Como pinturas hemos de usar aquellas que no sean tóxicas. Lo ideal es hacerla uno mismo con aceite de linaza y carbón. Las pinturas infantiles de manos son adecuadas.

Como reflectante el papel de plata es lo ideal. También se pueden usar espejos, pero son pesados.



Aislantes

- Hay muchas opciones



Papel arrugado



Porispan



Paja



Aire

Otros

- Lana
- Plumas
- ...etc



¿Cómo se construye un horno solar de cartón?

Paso 1:

Forrar las cajas con papel de aluminio



¿Cómo se construye un horno solar de cartón? proceso



Paso 2: Coloca la caja grande bocabajo, y sobre ella centrada, la caja pequeña bocarriba. Haz hueco

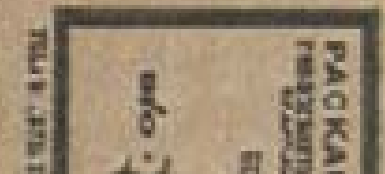


¿Cómo se construye un horno solar de cartón?

Paso 3. Introducir una caja dentro de la otra



Paso 4: pegar pestañas



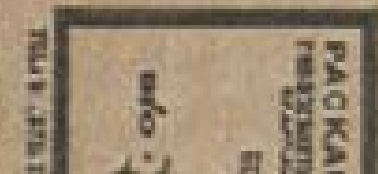
¿Cómo se construye un horno solar de cartón?

Paso 5. Pintar de negro el interior del cartón

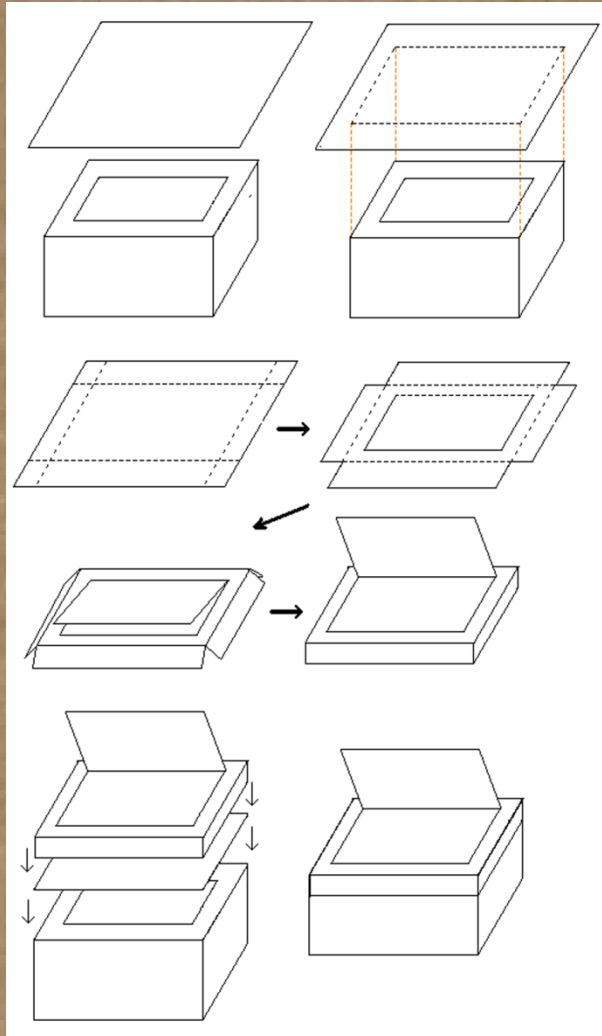


¿Cómo se construye un horno solar de cartón?

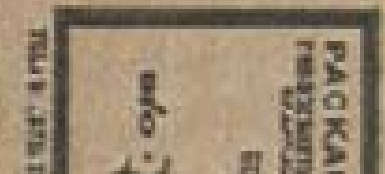
Paso 6. Poner el aislante



¿Cómo se construye un horno solar de cartón?

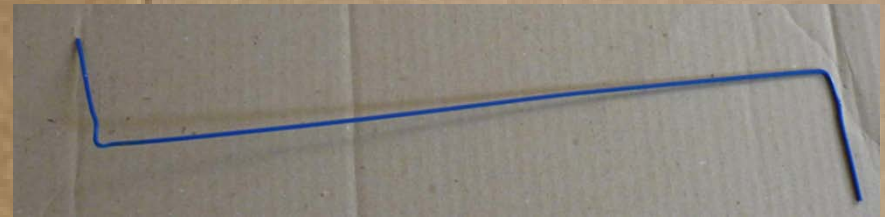


Paso 7. hacer la tapa



¿Cómo se construye un horno solar de cartón?

Paso 8. Hacer varilla inclinadora



Las ollas adecuadas para cocinar con el horno

- Ollas negras u oscuras



. Ollas de vidrio



¿Cómo se usa el horno solar?

- Emplazarlo
- Orientarlo



Otros aspectos

Temperaturas mínimas de cocción seguras- con alcanzar solo los 80-85°C ya se pueden cocinar prácticamente todos alimentos de forma segura

Alimento	Temperatura mínima
Frutas y vegetales cocidos para ser mantenidos calientes	135 °F (57.2 °C)
Asados de res o cerdo, filetes de res, ternera, cordero, y animales comúnmente cazados criados con fines comerciales	145°F (62.7 °C)
Huevos cocidos para ser servidos de inmediato	145°F (62.7 °C)
Pescado y alimentos que contengan pescado	145°F (62.7 °C)
Cerdo, incluyendo jamón y tocino	145°F (62.7 °C)
Ratites y carne inyectada	155°F (68.3 °C)
Huevos cocidos para ser servidos más tarde	155°F (68.3 °C)
Carne molida o cortada en trocitos, incluyendo hamburguesas, carne de cerdo molida, pescado desmenuzado, carne molida de animales cazados o salchichas	155°F (68.3 °C)
Carne de ave o productos de aves, incluyendo rellenos, carne rellena, guisados y platos que combinan alimentos crudos y cocidos	165°F (73.8 °C)
Pescado relleno	165°F (73.8 °C)

Otros aspectos

- Importancia guantes de cocina y termómetro



¿Qué se puede hacer con un horno solar de cartón? Recetas del libro Vegetales



¿Qué se puede hacer con un horno solar de cartón? Recetas del libro Carnes y pescados



¿Qué se puede hacer con un horno solar de cartón?

Recetas del libro

Panes , pastas, arroz y recetas con masa



¿Qué se puede hacer con un horno solar de cartón? Recetas del libro

Postres



Con el horno solar de cartón se puede cocinar durante todo el año

El pasado 20 de diciembre (dia de menor intensidad solar del año, se pudo cocinar esto)



Mas información: http://sitiosolar.com/El_cocinero_solar/2013/12/23/cocinando-con-el-sol-en-el-solsticio-de-invierno/