



SOLASOL – Solidarité autour du soleil Cuisine économique

Lorsque le recours aux cuiseurs solaires n'est pas possible, on peut quand même limiter la quantité de bois ou de charbon de bois utilisée pour cuisiner en adoptant une technique de cuisson économe en bois. Avec un foyer économique, on économise jusqu'à 50% de combustible. Si on ajoute l'autocuiseur, l'économie peut monter jusqu'à 70%!



Le foyer économique

Le foyer économique fonctionne au bois ou au charbon de bois, mais la moitié de la quantité habituelle. Le principe est simple: il s'agit d'enfermer le feu pour ne pas perdre sa chaleur, de diriger cette chaleur directement sous et autour de la casserole en limitant le plus possible les pertes.

Modèle standard: CFA 25'000

Modèle grande capacité: CFA 45'000

Modèle spécifique: sur demande

L'autocuiseur

L'autocuiseur est une boîte isolée thermiquement qui permet de conserver pendant plusieurs heures la température de la casserole qu'on y introduit et de terminer la cuisson des aliments à l'étouffée sans énergie extérieure. Cette boîte peut être réalisée sous la forme d'un panier tressé (photo), d'un carton rembourré, d'une boîte en bois ou tout autre matériau.

Petit panier: CFA 12'000

Panier de grande capacité ou autre modèle: sur demande



L'intérêt de ces deux techniques est triple:

- elles permettent de réaliser d'importantes économies financières sur l'achat du bois ou du charbon de bois
- elles sont complémentaires: on peut lancer la cuisson avec le foyer économique puis la terminer dans le panier thermos sans surveillance.
- leur adoption par la population est relativement facile car elles bousculent moins les habitudes culinaires.