



Cuisine de camp – cuisiner dehors pour tout le groupe

EN UN COUP D'ŒIL



Lieu

Dehors sur un coin cuisine plat et abrité du vent



Idée clé

Cuisiner dehors en sécurité et avec hygiène, et vivre comment un repas partagé crée la communauté



Préparation

Matériel 25 min · Préparation 30 min



120 minutes



équipes de cuisine de 4



12 à 16 ans



réchaud à gaz ou foyer



Matériel

- ☐ par équipe un réchaud à gaz (ou un foyer autorisé avec grille), une casserole avec couvercle, une cuillère en bois
- ☐ les ingrédients pour des pâtes à la sauce tomate aux légumes (environ 125 g de pâtes par personne)
- ☐ des planches, des couteaux, un ouvre-boîte
- ☐ un bidon d'eau, une bassine, du liquide vaisselle et des torchons
- ☐ une couverture anti-feu ou un seau d'eau, une trousse de secours



Déroulement

0-15'

Introduction – Règles du réchaud et hygiène : se laver les mains, attacher les cheveux longs, séparer aliments crus et cuits.

15-30'

Planifier – Calculer les quantités et répartir les tâches : qui coupe, qui cuisine, qui fait la vaisselle ?

30-75'

Cuisiner – Couper les légumes, préparer la sauce, cuire les pâtes dans l'eau salée.

75-100'

Repas et temps spirituel – Actes 2,46-47 : les premiers chrétiens prenaient leurs repas ensemble avec joie et simplicité de cœur. Prière avant le repas et manger ensemble.

100-120'

Vaisselle et rangement – Faire la vaisselle, laisser refroidir les réchauds, laisser l'endroit plus propre qu'on ne l'a trouvé.



Cuisine de camp – cuisiner dehors pour tout le groupe



Comment ça marche – expliqué simplement

- 1 Poser le réchaud sur un sol plat et stable et installer un pare-vent – ne jamais cuisiner dans une tente.
- 2 Tourner les manches des casseroles vers l'intérieur ; on ne court pas autour du coin cuisine.
- 3 Couper oignons et légumes en dés, les faire revenir dans un peu d'huile, ajouter les tomates, assaisonner et laisser mijoter.
- 4 Porter l'eau des pâtes à ébullition avec un couvercle – cela économise du gaz et du temps.
- 5 Pour finir : fermer le gaz, laisser refroidir le réchaud, ranger les cartouches à l'ombre.

Exemple : « Celui qui cuisine prend soin de tous. Quand nous mangerons ensemble tout à l'heure, ce sera plus que se nourrir – ce sera la communauté. »



Sécurité

- Ne jamais utiliser un réchaud à gaz dans une tente ou un lieu fermé – risque d'incendie et de monoxyde de carbone.
- Couverture anti-feu ou eau à portée de main ; refroidir aussitôt les petites brûlures environ 10 minutes à l'eau tiède.
- Demander avant les allergies et intolérances ; n'utiliser les couteaux que sur la planche.
- Feu ouvert seulement dans un foyer autorisé et avec un responsable ; tenir compte du risque d'incendie de forêt actuel.



Variantes

- Concours de cuisine : chaque équipe reçoit les mêmes ingrédients plus un ingrédient surprise.
- Dessert dans les braises : bananes au chocolat en papillote.



À méditer

Avec qui aimerais-tu partager un repas un jour ?