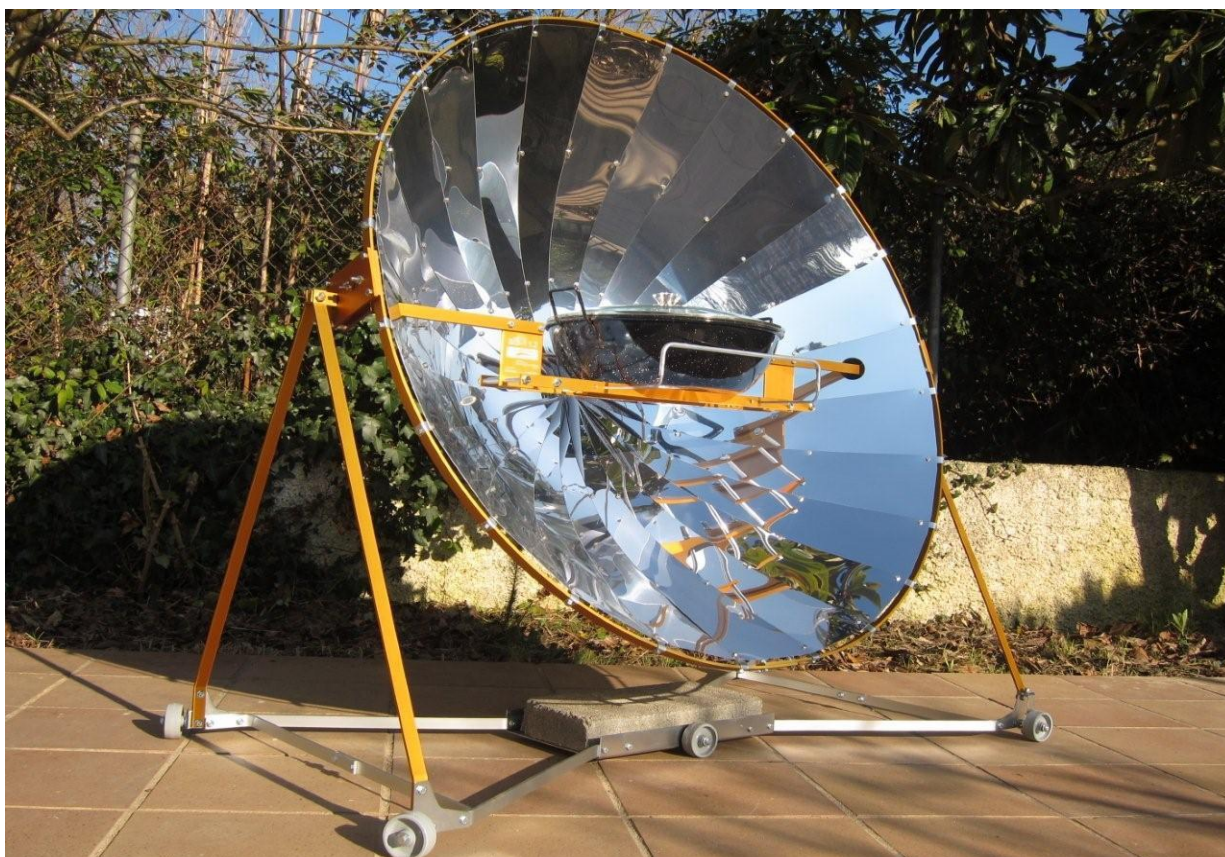


# TALLER DE COCINA SOLAR



Francisco  
del Río

**POCO**<sub>2</sub>

## **ACTIVIDAD 1: TALLER DE COCINAS SOLARES.**

### QUE PRETENDEMOS CONSEGUIR:

- Conseguir la concienciación entre las personas participantes en relación a los impactos medioambientales que tiene la cocina convencional y como la cocina solar puede ser una alternativa con muy poco impacto que además puede preparar comida saludable a baja temperatura.

### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD.

- Colocar 6 cocinas, cada una en una mesa en el patio del colegio para realizar el cocinando solar de 3 bizcochos, 2 pizzas y verduras a la plancha
- Con la cocina parabólica grande hacer tortilla de patata.
- Preparar 2 espacios para construir 2 cocinas solares.
- Mesa de prueba de comida
- Colocación de Rótulos explicativos de la actividad recogida en Anexo 1 en DIN A1.
- Etapas
  - Presencia de un monitor en cada espacio
  - Iniciar el cocinado alrededor de las 10 de la mañana.
  - Realización del montaje de las 2 cocinas cuando salgan los alumnos al recreo.
  - Prueba de la comida cocinada con el Sol a partir de las 12 de la mañana.

### PERSONAS ENCARGADAS DE LA ACTIVIDAD 4-6 voluntarios.

- Formación previa.

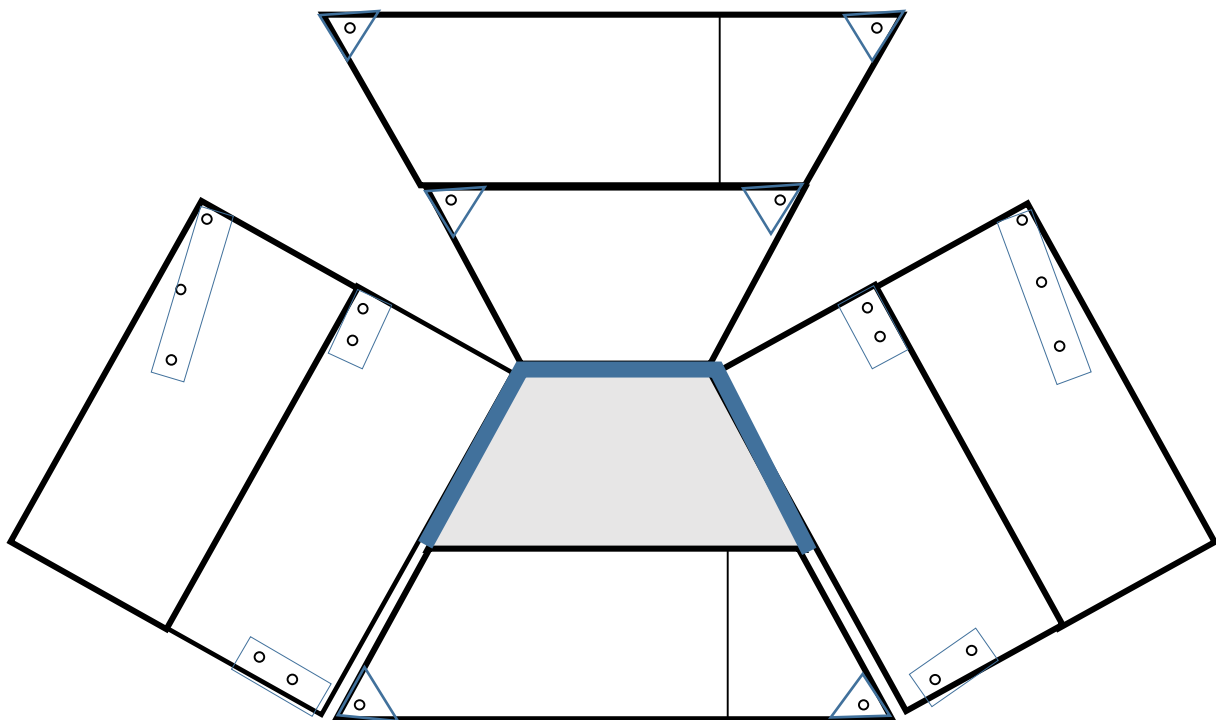
### MATERIAL NECESARIO

- Recuperación
  - Laminas con revestimiento reflectante, recuperadas de las cajas de vacunas.
  - Puertas de plástico transparente de lavadoras recicladas.
  - Cuerda o cordón.
- Compra.
  - Cinta americana.
  - Celo.
  - Lapiceros o rotuladores
- Cesión
  - Herramientas. Cúter.
  - Recipientes metálicos oscuros para la cocción, mejor negros.
  - Mesas 10.
- Anexo 1 Explicación somera de la Cocina Solar, instrucciones de montaje y uso. En DIN-A4 para que se lleven los grupos participantes y en DIN-A1 para las vallas.

## Anexo 1 Cocina Solar, instrucciones de montaje.

### CONSTRUCCION DE CONCENTRADOR SOLAR.

- Utilizaremos 8 piezas para hacer el sistema de concentración. los bordes largos tienen aproximadamente el doble de longitud que los cortos.
- 4 piezas serán rectangulares.
- 4 piezas serán trapezoidales. 2 de ellas obtenidas cada una de una pieza rectangular y otras 2, cada una obtenida de 1 pieza rectangular y un trozo de otra.
- Recortaremos cada pieza de una lámina revestida de material reflectante con forma rectangular con longitud doble que anchura.
- Las piezas se unen en 2 piezas cuadradas iguales y 2 piezas trapezoidales iguales. La unión se sujeta con cinta adhesiva transparente por el lado solar y cinta americana por el otro, sin haber separación entre los bordes.
- Colocamos las distintas piezas según la figura.
- Unimos los bordes que contactan con una cinta adhesiva transparente por el lado solar y cinta americana por el otro, manteniendo una separación de un cm para permitir el abatimiento de las piezas.
- Reforzamos las zonas donde coinciden las esquinas de las piezas, con la misma cinta y realizamos un orificio.
- Unimos las piezas por el borde superior pasando un cordón a través de los orificios para mantenerlas unidas



### PREPARACION DEL HORNO.

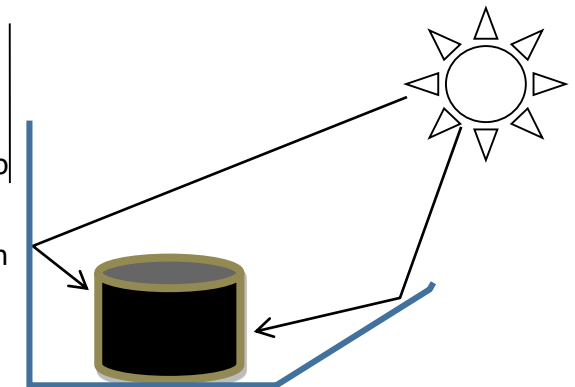
- Se pueden unir dos piezas transparentes de dos puertas de lavadoras retiradas para reciclaje.
- Se puede utilizar también un recipiente de cristal con tapa de cristal.
- Dentro se coloca un recipiente negro y ya tenemos el horno.



## Anexo 2 Funcionamiento de la Cocina Solar y alguna receta sencilla.

### COLOCACION DE LA COCINA AL SOL.

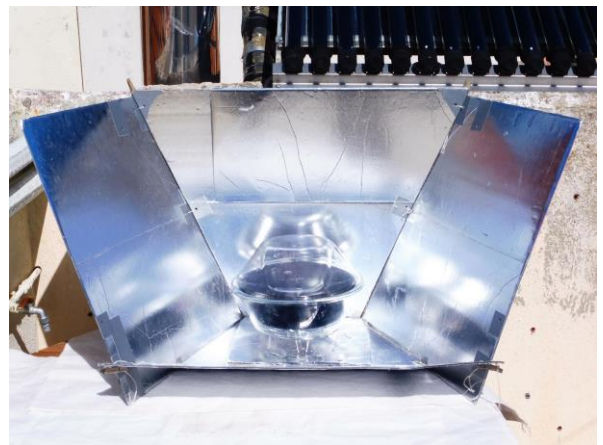
- Poner el concentrador orientado al sol.
- Marcar vuestro nombre en el concentrador
- Poner dentro el horno transparente y dentro el recipiente negro.
- Añadir agua y medir la temperatura en media hora
- Se puede cocer un huevo durante 1 hora.



### BIZCOCHO DE YOGOURT Y MANZANA 4 personas

#### • INGREDIENTES.

- 1 yogurt natural (el envase servirá como medidor)
- 2 envases de harina
- 2 envases de azúcar
- ½ envase de aceite de girasol
- 2-3 huevos
- ½ paquete de levadura.
- 1 manzana cortada en trocitos



#### • COCINADO.

- Colocar el recipiente de color negro que hará de molde dentro del recipiente de cristal con un poco de aceite de girasol y todo dentro del concentrador durante media hora para precalentar.
- Añadir los ingredientes bien mezclados con los trozos de manzana repartidos y mantener una hora y media al sol.
- Mover cada 30 min el concentrador para orientarlo al sol hasta 1 hora 15 m.



### FLAN

#### • INGREDIENTES

- 3 huevos.
- 1/2 litro de leche entera.
- 12 cucharadas de azúcar blanca, 6 para el caramelo, y 6 para la leche.
- 1 sobre de azúcar de vainilla.
- 2 trozos de cáscara de limón, rallado.

#### • COCINADO

- Calentar el recipiente con el azúcar para caramelizar.
- Añadir el resto de ingredientes batidos.
- Ponerlo en el horno con algo de agua en el fondo (Baño María) durante 1 hora 15 min
- Mover cada 15 min el concentrador para orientarlo al sol.