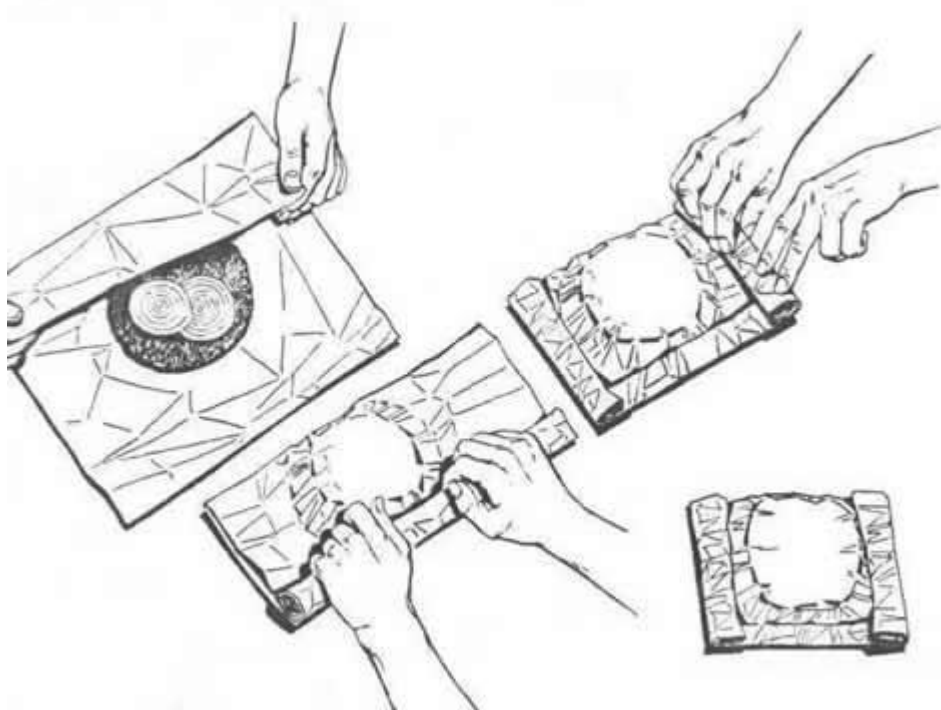


Cucina al cartoccio

ovvero la cucina all'alluminio

Con un rotolo di alluminio si possono cucinare diversi piatti sulla brace, l'importante è:

1. Mettere i cibi da cuocere al centro del foglio di alluminio (due fogli sovrapposti se si usa il tipo più sottile).
2. Dopo aver piegato il foglio a metà ripiegare su se stesso ogni lato del pacchetto.
3. Accartocciare bene ogni lato accertandosi che sia perfettamente sigillato per mantenere l'umidità all'interno del cartoccio.
4. Per i biscotti tieni presente che devi avvolgere senza stringere per permettere la lievitazione della pasta.
5. Sistemare i pacchetti sulle braci voltandoli ogni tanto con un bacchetto evitando di bucare l'alluminio.
6. Terminata la cottura toglierlo dal fuoco, aprire il pacchetto e usarlo come piatto.
7. Consumato il pasto non lasciare tracce di alluminio sul posto!



Tempi di cottura:

Cibo	Tempo (min)	Cibo	Tempo (min)
pollo	20-30	biscotti	6-10
carne	8-12	granturco	6-10
agnello	20-30	patate	40-60
maiale	30-40	mele	20-30
pesce	15-20		

Ed ecco alcuni piatti da preparare:

Piatto unico - per 1 persona

150 g. di bistecca di manzo salata e cosparsa di tuorlo d'uovo, una patata tagliata a cubetti, una carota tagliata a fettine molto sottili, un pizzico di sale. Mettere tutti gli ingredienti nello stesso pacchetto. Cuocere sulla brace per 20 minuti.

Spezzatino in umido - per 1 persona

150 g. di spalla di vitello tagliata a cubetti di 1 cm, una patata tagliata a cubetti, una cipolla sbucciata e tagliata a spicchi sottili, una carota tagliata a fettine sottili, un pizzico di sale. Chiudere gli ingredienti in un unico pacchetto e cuocere sulla brace per 20 minuti.

Pesce al Prosciutto

Per preparare semplicemente il pesce, avvolgi attorno una o due fette di prosciutto. Sigillare molto strettamente e cuocere sulla brace per 18 minuti.

Patate

Pelate e avvolgete nella stagnola. Poi cuocetele nelle braci per mezz'ora o più. Mangiatele con burro o formaggio.

Granturco arrosto

Togliere la seta che avvolge la pannocchia, strofinare quest'ultima di burro e avvolgerla nell'alluminio, cuocere sulla brace per 8 minuti.

Mela allo zucchero

Pulire con uno strofinaccio la mela, toglierle il torsolo e mettervi al suo posto qualche zolletta di zucchero. Avvolgere nell'alluminio e cuocere per 20 minuti.