

Comida primitiva

Se conoce con este nombre al conjunto de técnicas empleadas para cocinar los alimentos sin usar los utensilios de cocina habituales, tales como ollas, sartenes, espátulas, bol, etc.

Estas comidas son tan nutritivas y apetitosas como las preparadas con métodos más cotidianos, y de hecho pueden constituir una alternativa para enriquecer el

menú. Además de ser una experiencia muy entretenida para realizar al aire libre.

*A continuación alguna de las recetas más comunes de ese tipo de comidas, pero recuerda que **esto es sólo a manera de sugerencia**, por lo que te recomendamos que ahondes más en el tema, a través de la consulta de material con respecto al tema, o en conversaciones con viejos scouts de mayor experiencia.*

Pan de Cazador

PREPARACIÓN

Amasa la harina con el agua la sal, la levadura y la margarina, hasta formar una pasta suave y fácil de moldear.

Es muy importante que el pan sepa un poco salado, de lo contrario quedará desabrido.

Corta una rama verde y recta de dos a tres centímetros de grueso; quítale la corteza y caliéntala hasta que le salgan burbujas de savia por uno de sus extremos, esto indicará que ya se a cocido por dentro (fíjate que provenga de un **árbol que no contenga sustancias tóxicas o amargas en su savia**)

INGREDIENTES

400 gramos de harina
leudante de trigo

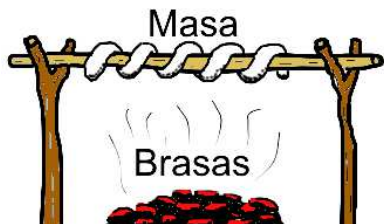
10 gramos de
levadura

10 gramos de sal

2 cucharadas de
margarina

1 cucharadita de
azúcar

Agua



Haz una tira de de masa de un centímetro de espesor por 3 centímetros de ancho y enróllala en la vara dejando espacio entre las vueltas.

Cocina a la brasa en dos horquetas dándole vueltas constantemente, hasta que el pan este dorado (Ver figura).

Para saber si el pan está listo, toma una astilla de madera y pínchalo, si sale seca ya esta en su punto.

Pan de ceniza

PREPARACIÓN

La masa se prepara igual que en la receta anterior, luego se toma un pedazo del tamaño de dos puños y se le da forma ovalada.

Se remueven las brasas y se coloca la bola sobre ellas, luego se cubre con carbones incandescentes por todos lados y se cocina por 15 minutos.

Se quemará, pero solo la capa exterior, luego se corta y queda adentro el pan comestible.

INGREDIENTES

Por persona

150 gramos de
carne en trozos

1 papa mediana

1 cebolla

½ pimentón

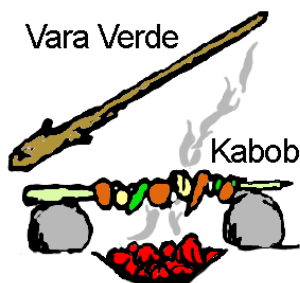
Sal y pimienta

Una vara de 50 cm
aprox. de madera
dulce

Kabob o Shij Kabob

PREPARACIÓN

Encuentra una
vara de 50 cm
aprox., que
provenga de un
árbol que no
contenga
sustancias
tóxicas o
amargas en su
savia, ya que
esto le daría un mal



sabor a la comida

Luego afina una punta y quita totalmente la corteza; finalmente lo lavas muy bien.

También hay que preparar dos piedras grandes a unos 40 cm. de distancia.

En medio de ellas, dispón las brasas que vas a usar para cocinar.

En la vara afilada, coloca en forma alternada, la carne cortada en cubos de no más de cuatro centímetros, cubos de papa, cuartos de la cebolla, pedazos de pimentón.

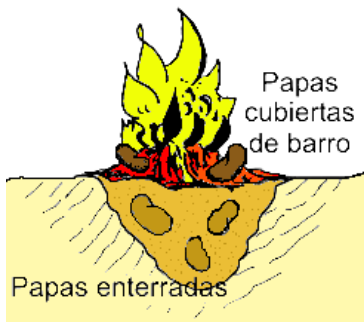
Cuando esté listo, sazónalo con sal y pimienta.

Prende el fuego y ásallo sobre él haciéndolo rotar varias veces hasta alcanzar la cocción que te guste.

Papas Asadas

PREPARACIÓN

Existen dos formas de asar papas sin utensilios:



Forma 1:

Cubre las papas con una capa de aproximadamente 1 centímetro de barro arcilloso, y luego colócalas directamente sobre las brasas. Sabrás cuando estén listas cuando puedas hundir un palito fácilmente en la papa.

Forma 2: Haz un hoyo donde quepan cómodamente las papas a cocinar, enciende un fuego dentro durante unos 30 minutos, retira las brasas. Coloca las papas en el hoyo y entiérralas. Prende nuevamente un fuego sobre el hoyo tapado. Espera una hora y desentierra las papas. En ambos casos, una vez cocidas, las puedes sazonar con margarina y sal.

Nota: esta misma técnica es válida para asar batatas y plátanos.

INGREDIENTES

Papas grandes
Huevos
Sal

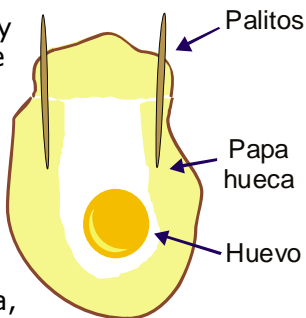
Huevo en una Papa

PREPARACIÓN

Toma la papa y córtale uno de los extremos, el cual debes con-

servar pues te servirá de tapa.

Luego con un cuchillo vacía un poco el interior de la papa, rompe el huevo por un extremo y vacíalo dentro de la papa, luego pon el pedazo que quitaste a manera de tapa, fijándolo con dos palitos.



Finalmente asa la papa con alguno de los dos métodos explicados más arriba.

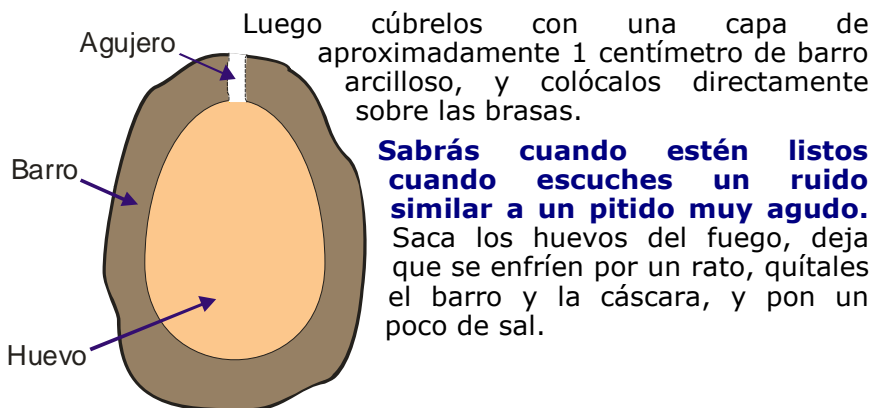
Huevo en Barro

PREPARACIÓN

Haz un pequeño agujero en el extremo superior del huevo para evitar que explote al calentarse en seco.

INGREDIENTES

Huevos
Sal



Sabrás cuando estén listos cuando escuches un ruido similar a un pitido muy agudo.

Saca los huevos del fuego, deja que se enfíen por un rato, quítales el barro y la cáscara, y pon un poco de sal.

INGREDIENTES

Por persona

200 gramos de carne

Sal y pimienta

Una laja de piedra pizarra de 30 cm aprox.

Carne a la Piedra

PREPARACIÓN

Coloca sobre el fuego una laja de piedra pizarra o similar, de aproximadamente 30 cm de diámetro y 1 centímetro de grosor, ayudándote para ello de otras piedras grandes.

Mientras la piedra se calienta, corta la carne en lonjas de unos 10 cm de largo y un espesor de $\frac{1}{2}$ cm aproximadamente.

Luego sazona la carne con sal y pimienta y colócala sobre la laja de piedra ya caliente, voltea las lonjas para que se cocinen por ambos lados.

