

# Mis hornos solares

► ..... Texto: Maurice Chaudière

Fotografías: Louis Chaudière

Podemos concentrar los rayos del sol en un punto, y así tenemos una cocina solar o podemos calentar con sus rayos el aire contenido en una caja bien aislada, en ese caso es un horno solar. En él cocinaremos desde mermeladas y asados a postres delicados, porque cocinar con el sol es uno de los tantos recursos que explica Maurice en el libro que acaba de publicar con nosotros, *Aprovechar los recursos silvestres*. El texto que aquí te ofrece no está incluido, es inédito, pues cada día, como excelente pedagogo que es, expone nuevas ideas: es una continua invitación a descubrir ingredientes y materiales, a dar nuevos usos a los recursos silvestres de nuestro entorno

**P**ara hacer un horno solar conviene respetar esta doble evidencia: las calorías migran siempre del calor hacia el frío; el rendimiento calórico de esta manera de cocinar está en función de la superficie expuesta al sol. Se puede pues, gracias al efecto invernadero, aumentar sensiblemente la temperatura del volumen de aire que hemos atrapado con este fin bajo un cristal.

También hará falta impedir la huida de estas calorías así atrapadas. Un espejo sujeto exteriormente a las paredes del horno reenviarán tanto mejor las calorías hacia dentro que si lo protegemos de las variaciones de temperatura exterior con un aislante térmico. Será suficiente entonces con retener esos diferentes accesorios en una envoltura global, estable, hermética y duradera.

Es importante también saber que el rendimiento de este horno depende de la superficie expuesta al sol, por eso tanto al fabricarlo como a la hora de introducir recipientes en él, tener en cuenta que es mejor una superficie amplia y poco profunda.

Estos hornos se pueden hacer con materiales muy diversos, más o menos du-

ros, más o menos ligeros, más o menos sanos... Una caja cerrada con un cristal, de cartón o de madera puede ser suficiente... pero mi experiencia en este campo me ha enseñado –a mi costa– que la madera calentada una y otra vez, luego enfriada, mojada, después seca, expuesta varias veces a la lluvia y al hierro ¡“trabaja” mucho! Se agrieta o se tuerce... Prefiero la arcilla. Es “plástica”, se le

puede dar todo tipo de formas. Después de cocida se vuelve dura y sólida. Si se le impermeabiliza cociéndola como gres o esmaltándola, dispondremos entonces de un horno particularmente sólido y estable.

La arcilla al secarse se retrae de forma concéntrica. Por esto es mejor darle un volumen y una forma más o menos hemisférica.

## Un horno solar en forma de concha

Al haber soñado muchas veces de niño que daba forma al sentimiento de belleza que me inspiraban las conchas que recogía en la playa, me apliqué a hacerlas cómplices del deseo imperioso de honrar al Sol solicitando su energía.

Era confiarle los cuidados de proveerme de alimento: frutas sobre todo y particularmente, pero también verduras, pescados, que él se encargaría de cocer. Pero en estos hornos solares se pueden cocer también otras cosas, como objetos de barro y sobre todo fundir cera de abeja a 70 °C.

Es importante también tener en cuenta que este horno solar hay que poder abrirlo

sin enfriar demasiado su atmósfera, y además cuando retiras el cristal no sabes dónde apoyarlo, por eso prefiero sellarlo y hacerle una puerta en la parte de abajo o por detrás, del tamaño adecuado para introducir las bandejas o platos donde cocinar. También le preparo un reborde totalmente plano donde apoyo el cristal y también les hago un pequeño orificio en la parte más baja de la pared del





Maurice prepara hornos y colmenas de barro en su taller de Berrias (Francia)

recipiente para la salida de las aguas de condensación que resbalan bajo el cristal. La ingeniosidad de cada uno sabrá responder a cada uno de estos imperativos.

En cuanto a su orientación, en estas latitudes la inclinación del vidrio será de unos 45 grados. Como el horno puede girar sobre sí mismo lo orientaremos hacia poniente en un lugar bien soleado.

### Vajilla sin cocer de cera y arcilla

Movilizado constantemente por el deseo de proteger a la Naturaleza a la vez que consiente alimentarme, me rodeé de recipientes de arcilla de múltiples usos. Para reducir el esfuerzo que supone mi trabajo de alfarero, me apliqué a crear “matrices” o formas madre... formas –surgidas de un mismo modelo de escayola– susceptibles de prestarse, aunque sean idénticas, a usos muy diferentes. Un alza de colmena de arcilla puede ayudaros en efecto a secar frutas. El cuerpo de la colmena puede servir de jarra, de esquila, de tambor, ¡hasta de maceta donde plantar un jazmín!

Como alfarero, me gusta rodearme de vajilla rústica... es tan rústica que no está hecha más que de arcilla cruda y cera de abeja. ¡El horno solar me ha permitido esta proeza! Por decirlo así me ha sido posible en una misma mañana (¡pero empleando unas cuantas horas!) dar forma a un cuenco de arcilla, secarlo, calentarlo, inyectarle cera fundida y tomarme en él un café.

Sobre mi mesa hay dispuestos platos, jarras y utensilios diversos que me cuido muy bien de no poner en el horno de la cocina, donde la cera se fundiría rápidamente ¡inclu-

so se inflamaría! Pero hay tantos alimentos que se toman fríos o a temperaturas bajas, que la economía de energía que supone esta “cerámica” se vuelve seductora. Imaginaos tarros de arcilla cruda que permitan a la miel reencontrar el contacto de la cera protegiéndola totalmente de la luz. Añadir a esto que la cera de abeja, como otras grasas animales, fija y conserva los perfumes...

Todas estas vías de investigación, por no decir “estos hallazgos” los he evocado en el libro que acabo de publicar con *La Fertilidad de la Tierra: Aprovechar los recursos silvestres*.

En cuanto al recurso silvestre evocado en el capítulo “El bosque frutal” encuentra aquí otras justificaciones, puesto que no se había valorado que –desde el secado a las cocciones– no se usan más que energías renovables, los eternos tres elementos que me llenan de respeto: La Tierra, el Sol, el Agua.

### Vamos a cocinar con el Sol

Para invitar al lector a volver a ponerse al sol para sacar partido de sus cosechas voy a evocar algunas preparaciones...

Las frutas más azucaradas si son además de color oscuro y están provistas de pectinas os darán confituras tanto más sabrosas si las hacemos sin añadir nada de azúcar. Es el caso de las ciruelas, los higos, los albaricoques, las uvas. Pero no vayáis a ponerlas tal cual en vuestro horno. No conseguiríais nada bueno. Los frutos así expuestos se apergaminan y se vuelven incomedibles. Imperativamente hay que



.....  
Puerta posterior para introducir o retirar los platos cocinados sin perder calor

triturarlas, con su piel si está libre de toda contaminación o tratamiento químico...

Después de quitarles los rabos y las pepitas las pasaremos por un pasapuré y las reduciremos a una pasta más o menos líquida. Entonces la expondremos al sol, bastante tiempo está claro, en recipientes poco profundos, ocupando todo lo que sea posible la superficie útil del horno. Si el espesor de la pasta a cocer es delgado, y la fuente muy grande, la confitura podrá hacerse en algunas horas. Si por el contrario tiene más de 5cm de espesor, sólo se cocerá la parte superficial. En ese caso tendremos que mezclar con una cuchara la parte ya cocida inundándola o mezclándola con el jugo y la parte no cocida. Esto se hace por la tarde, cuando se pone el sol. Repetiremos esta operación hasta que toda la confitura tenga la misma consistencia. Entonces sólo tendremos que ponerla en un tarro y guardarla.

Pero sin duda tendréis el deseo de cocer en el horno otras frutas menos azucaradas... tomates por ejemplo. En este caso, después de haberlos triturado los pasaremos por un tamiz para retirar todas las pepitas y la piel. Si lo creemos necesario añadiremos azúcar, blanca o roja ¡según vuestra religión! Sin ella el jugo obtenido tiene riesgo de fermentar, sobre todo si falta Sol. Se procede como hemos dicho antes: cada tarde removemos la mezcla. Cuando está cocida tiene un hermoso color de un rojo oscuro y un aroma y sabor generosos.

Esto vale para toda clase de frutas. Pero hay que saber que todas las frutas no tienen la misma cantidad de pectina, de azúcar o de acidez. La calabaza por ejemplo puede ser azucarada, pero le falta pectina y acidez. Tendremos que añadirle entonces zumo de naranja o, mejor todavía, de limón. De esta manera podréis –dosificando convenientemente vuestras mezclas– hacer confituras de toda clase de frutas, incluso de hortalizas y de hierbas silvestres. Lo

esencial es acordarse de que la confitura perfecta es la miel: un equilibrio juicioso entre el agua, el azúcar y la acidez. Podéis además, como última precaución antes de cerrar la tapa del tarro, poner miel sobre la confitura que hemos introducido en él.

Para que os hagáis una idea de todo lo que es posible cocer en un horno solar, voy a contaros algunas de mis experiencias.

### Mermeladas de flores

He hecho confitura de calabacines tiernos, con 500gr de azúcar por kilo de pulpa triturada (con su piel) y un poco de jengibre en polvo. Lo mismo con las berenjenas... con un poco de miel añadida después de la cocción, ¡pues sería una lástima cocerla!

He hecho incluso confituras de hierbas... con los brotes tiernos de las hojas de la branca ursina falsa (*Heracleum sphondylium* L.) antes de que terminen de formarse y se vuelvan fibrosas. Obtendréis así una confitura verdosa, pero deliciosa.

¡Y no digamos lo maravillosas que pueden ser las confituras de flores! Me gusta particularmente la de rosas. Para hacerla comienzo por triturar cerezas, después de haberles retirado los huesos. En esa pulpa así obtenida sumerjo pétalos de rosa, elegidos de entre las más olorosas y lo mezclo todo. En este caso hace falta azúcar porque las cerezas pueden que estén poco azucaradas.

Una confitura de diente de león no está tampoco nada mal. Hay que añadir agua a las flores para poderlas triturar en la batidora, también azúcar y zumo de limón pues no tienen acidez.

### Cocinar otros alimentos: la leche

Después de algunas experiencias ya no tendréis dudas al lanzaros a aventuras en las cocciones solares. Podréis pasar del vegetal al animal... Comenzar por la leche. Primero hay que quitarle la nata, después añadirle según vuestro gusto vainilla o caramelo y darle la cantidad de azúcar que os parezca conveniente.

Asaremos así de bien el pescado, pero sin azúcar esta vez y sin sal. Previamente lo cortaremos en filetes, pues si lo dejamos entero el pescado, con su piel de espejuelos se cocería muy mal, mientras que al abrirlo por la mitad, se asa en muy poco tiempo, sin frituras ni salsas.

Se sazona después de asado. Añadiéndole un poco de menta, zumo de limón y aceite de oliva, es una delicia.

Cada uno podrá así ponerse a su manera a “cocinar” su entorno con tal de que sepa y reconozca sus recursos silvestres. El Sol mismamente ¡no es acaso un recurso silvestre? Lo olvidamos, ¡como si no fuera necesario para la más mínima existencia! ■

**Cocino con el sol mermeladas, sopas, asados... Un pescado en lonchas o abierto por la mitad se asa en muy poco tiempo, sin frituras ni salsas**