



Idee per attività all'aperto

# Cucinare sul fuoco senza pentole



MARTINA HENZI / WWF SVIZZERA

Non c'è niente di più bello che cucinare o grigliare il proprio pranzo sul fuoco durante gite ed escursioni. Ecco alcune alternative alle solite salsicce grigliate.

## Uovo nel sacchetto

### Occorrente:

Uova, sale, pepe o spezie in polvere, carta da forno, rametto

### Preparazione:

Rompete l'uovo al centro di un foglio quadrato di carta da forno. Quindi, infilate con un ramo i quattro angoli del foglio di carta da forno.

Tenete il sacchetto sopra la brace finché l'uovo non è cotto. Attenzione: non tenere il sacchetto a contatto diretto con il fuoco, altrimenti la carta potrebbe infiammarsi.

Togliete l'uovo dalla carta da forno e insaporite a piacere.

## Ciotola di pane

### Occorrente:

- Pasta per pane (preparata in precedenza) o pasta per pizza
- Ramo grosso (ca. 7–12 cm di diametro)

### Preparazione:

Con una porzione di pasta formate una pallina e premetela su un'estremità del ramo. Il bordo deve essere sufficientemente alto in modo da evitare che la pasta cada.

Tenete il ramo con la pasta sulla brace e cuocetela finché non assume una colorazione bruna su tutti i lati.

La ciotola di pane è pronta quando si stacca facilmente dal ramo.

Nella ciotola di pane è possibile mettere, ad esempio, l'uovo cotto nel sacchetto.



© Martina Henzi/WWF Svizzera



© Martina Henzi/WWF Svizzera

## Hot dog al cioccolato

### Occorrente:

- Pasta per pane (già preparata in precedenza) o pasta per pizza
- Bastoncini di cioccolato
- Ramo (del diametro pari almeno a quello del bastoncino di cioccolato)

### Preparazione:

Lavorate una porzione di pasta dandole la forma di una salsiccia lunga. Iniziando dalla punta, attorcigliate la pasta attorno al ramo. La punta del ramo dovrà essere ricoperta completamente dalla pasta.

Tenete il ramo sopra la brace finché la pasta non sarà perfettamente cotta. Il pane è pronto quando si stacca facilmente dal ramo. Ora è il momento di riempire il pane con il bastoncino di cioccolato.

**Consiglio:** la pasta già spianata e tagliata a striscio-line è più facile da attorcigliare attorno al ramo.



© Daniel Espinoza/ WWF Svizzera