



Il "Gruppo Scout Racconigi 1" presenta:

Alla scoperta della Cucina Trapper:

Trapper: era così chiamato l'uomo di frontiera; quello che viveva lontano dalla civiltà, ai confini con mondi nuovi e selvaggi. L'amore per l'avventura guidava i passi di questi uomini che si spostavano verso orizzonti nuovi dove, forse, avrebbero trovato fortune: oro, pelli pregiate...

La loro era una vita pericolosa, solitaria, isolata. I loro vestiti erano di colori che si mimetizzavano nel bosco, fatte con pelli di animali. Il loro equipaggiamento era composto da: un fucile per la caccia e la difesa, polvere da sparo, pallottole, un coltello a serramanico, un'accetta, la borraccia, una coperta, una bisaccia contenente corda, padella e pietra focaia, una bussola e un quaderno per riportare gli appunti di viaggio. Trapper: era così chiamato l'uomo di frontiera; quello che viveva lontano dalla civiltà, ai confini con mondi nuovi e selvaggi. L'amore per l'avventura guidava i passi di questi uomini che si spostavano verso orizzonti nuovi dove, forse, avrebbero trovato fortune: oro, pelli pregiate...

Anche nel mangiare erano pratici e semplici; non sempre usavano la padella, preferivano il fuoco vivo e la brace. Per questo la cucina alla brace è nota come cucina trapper.

La tecnica della cucina trapper è essenziale, semplice e veloce. Non deve essere fatta su fiamme ma solo su braci ardenti (molte braci). Non dovrebbero usare utensili, ma solo materiale fornito dal bosco. Si possono cucinare: pane, bistecche, cipolle, spiedini, salamini, uova, banane, mele, patate, pesce...



Prepariamo le braci:



Per produrre le braci adatte alla cucina trapper è necessario accendere un fuoco, avendo l'accortezza di scegliere particolari tipi di essenze. C'è quella, la cui brace dura molto; e quella, la cui brace dura meno. Ci si procura della legna secca, stagionata, evitando quella verde che brucia male e produce fumo. Si utilizzano legni duri, quelli degli alberi a crescita lenta come: faggio, quercia, carpino... Le loro braci dureranno a lungo e permetteranno una cottura completa degli alimenti. Si devono evitare i legni teneri come: pioppo, pino, abete... La loro brace si consuma presto ed è necessario procurarne una gran quantità se si vuol mantenere costante la temperatura di cottura dei cibi.

Per ottenere un buon letto di brace ci vuole almeno mezz'ora; ed è meglio lavorare su 3 fuochi separati. La brace è pronta quando la fiamma è rossa e sulla legna compare una leggera velatura bianca. Il letto della brace deve essere più largo dell'alimento che si cucina, e deve avere lo spessore ridotto al centro e più spesso ai lati così da produrre un calore avvolgente.



Il fuoco:

- Deve essere abbastanza largo (circa 50 cm. di diametro);
- Circoscritto da grosse pietre per non farlo propagare;
- Deve avere braci in abbondanza (i cibi trapper non si cucinano mai sulla fiamma);
- Deve essere riparato dal vento e lontano dagli alberi, sterpai, pagliai;
- Per estinguerlo, prima versare l'acqua, poi coprirlo con la terra (se ci si trova su un prato ricoprire con le zolle tolte precedentemente);
- Divisa in gruppi per grandezza, così da essere disponibile per ogni occasione (per accendere, utilizzare sterpi e rametti; per la brace, grossi rami).

La legna:

- Deve essere ovviamente ben secca;

Spiedini e Molle da fuoco:

- Rami verdi appuntiti e ben scortecciati, su cui cucinare salsicce, scamorze e pane.
- Puoi fabbricarti delle molle da fuoco utilizzando un ramo verde e facendovi alcune incisioni nella parte di mezzo.

Carta argentata:

- è l'unico "mezzo artificiale" che useremo, ci consente di non far sporcare i cibi.

Come misurare la temperatura?



Accosta il palmo della mano nel punto dove deve cuocere il cibo. Controlla quanto riesci a stare con la mano in quella posizione, contando lentamente i secondi e dicendo: milleuno, milledue, millete e così via. La tabella qui sotto ti indica la temperatura approssimativa del tuo fuoco.

Secondi	Calore	Temperatura
6-8	Basso	120°-175°C
4-5	Medio	175°-200°C
2-3	Alto	200°-230°C
1 o meno	Molto alto	230°-260°C

Per la cucina trapper ti occorre un calore medio alto.

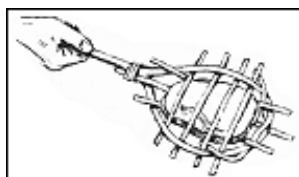
Il cibo e il tempo!

Questi sono alcuni tempi di cottura di alcuni cibi:

Cibi	Tempo in minuti
Carne	15/20
Pollo	20/30
Patate	40/60
Pesce	15/20
Granoturco	10/12
Mele	20/30

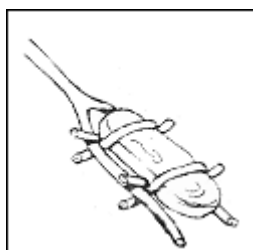
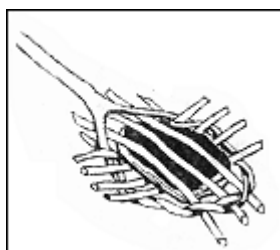
È meglio iniziare con la brace a calore medio-alto, che poi diminuirà durante la cottura ma senza abbassarsi troppo.

Utensili di cottura



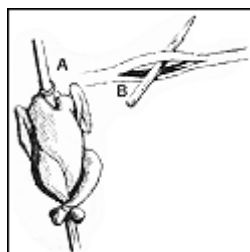
Sappiamo che con la cucina trapper non si possono usare pentole e tegami, ma come cuciniamo allora? Semplicemente usando quello che ci offre la natura. Il più semplice utensile da costruire è il classico bastoncino o toffoletta come lo chiama qualcuno; cercate un ramo verde abbastanza dritto e spesso (7mm, 1cm di diametro) e spellatelo con il coltellino (fate attenzione); poi appuntitelo e infilateci le vostre cibarie.

Un consiglio: lasciate la corteccia solo sul "manico" per evitare che vi scivoli quando lo maneggiate. Non utilizzate la legna degli alberi amari o aromatizzanti: tiglio, betulla, salici... Perché possono rendere cattivo il sapore dell'alimento cucinato. Se siete fortunati da scovare un ramo che si biforca potreste sempre usarlo per cuocere le salamelle in maniera più ordinata (vedi il disegno ad inizio capitolo). E i tempi di cottura? beh essenzialmente dipende dai vostri gusti. Personalmente preferisco la carne ben cotta e croccante per cui la lascio abbrustolire ben bene; c'è anche chi la mangia appena scottata. La risposta a questa domanda dovete chiederla al vostro palato. Se avete tempo, magari mentre il fuoco produce le braci, potete cimentarvi nella costruzione di utensili un po' più complessi; ad esempio grigliette fatte con rami verdi intrecciati. Le foto qui sotto ne mostrano solo alcuni tipi, occorre avere un po' di fantasia e di inventiva.



Cucinare il pollo

Da esperienza personale, cucinare il pollo non è la cosa più semplice da fare quando si mangia alla trapper. Gli inconvenienti emergono essenzialmente quando si arriva alla fase di cottura; i tempi per cuocere un pollo sono molto labili. Mi è capitato di mangiare polli di tutti i tipi: fuori ben cotti e croccanti, dentro crudi al massimo, o viceversa stracotti dentro ma con la pelle cruda. Il pollo comunque richiede molto più tempo di qualsiasi altro cibo cotto alla trapper (fatta eccezione per il maiale). Secondo me ci vogliono due elementi per cuocere bene un pollo: una buona dose di fortuna e il saper stimare perfettamente i tempi di cottura, oltre a verificare ogni 20 minuti lo stato del volatile. Nella pratica, dopo aver pulito il pollo, spennatolo e tolto le interiora (magari potete anche aromatizzarlo con qualche ripieno alle erbe), date un'occhiata ai disegni sottostanti che vi illustrano uno dei migliori modi (oltre al classico bastoncino) per cuocere un pollo.



Trucchi del vecchio trapper

Il vecchio trapper ci svela una serie di consigli su come rendere i nostri cibi più gustosi ed evitare dei guai col fuoco... vediamo cosa dice:

- Ricordate che l'olio e l'acqua non vanno d'accordo, specialmente alle alte temperature. Non versate acqua sull'olio bollente.
- Lasciate le cose che si deteriorano col caldo (frutta, formaggi) al fresco nell'acqua corrente o fuori dalla tenda di notte.
- Per rendere più gustosa la carne di pollo, infilateci dei pezzetti di lardo alternandoli a quelli di carne.
- Quando cuocete le uova con la carta stagnola, assicuratevi di averle ben ricoperte e che non sia rotte. Il risultato, vi assicuro, che sarebbe disastroso (uovo carbonizzato).
- Le patate alla brace non vanno mai spelate; avvolgetele così come sono nella carta stagnola.
- Per cuocere al meglio i volatili, usate dell'argilla se potete. Non spennate l'uccello perché dopo la cottura, l'argilla si sarà attaccata alle piume e, aprendo l'involucro, le penne si staccheranno come niente.
- Ricordatevi sempre di praticare dei fori sulla pellicina che ricopre gli insaccati. Questo per assicurare una buona cottura anche all'interno della carne.

Piccole ricette di base

Cibi da cuocere con la brace:

1. Uova con un piccolo foro in alto (calore basso).
2. Mele intere con la buccia (calore medio).
3. Patate intere sotto le braci (calore medio).
4. Patate svuotate e, quando cotte, riempite con uova sbattute e zuccherate (calore medio-basso).
5. Cipolle svuotate e, quando cotte, riempite con uova non sbattute (calore medio).
6. Bistecche (calore medio-forte).
7. Wurstel o salsicce (calore basso).
8. Pesce (calore medio).
9. Twist, Pane arrotolato su uno stecco (calore medio-forte).

Direttamente dai nostri quaderni di caccia, ecco a voi una serie di prelibate ricette trapper apprese o inventate lungo gli anni di riparto:

Banane al cioccolato

Praticate dei fori quadrati nella buccia della banana, estraetene la polpa e sostituirla con dei pezzettini di cioccolato. Dopodiché richiudete le finestrelle con i quadratini di buccia ed avvolgete la banana nella carta stagnola. Mettete il frutto sotto la brace e lasciate cuocere.

Patate all'uovo

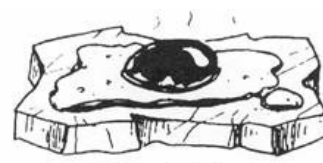
Prendete una grossa patata, tagliatene la parte superiore a mo' di coperchio e con un cucchiaino, pazientemente svuotatela dalla polpa (che potrete riutilizzare). Rompete un uovo e versatelo nella vostra patata. Prendete il tappo e infilateci uno stuzzicadenti come manico, indi tappate la patata. Avvolgetela nella carta stagnola e mettetela sotto le braci. Ogni tanto controllate lo stato dell'uovo, alzando il "coperchio" che avete fatto; fatela cuocere finché l'albume non è bianco.

Salamelle al rosmarino

Quando cuocete le salamelle, salamini o luganeghe, dovete avere la accortezza di bucare lo strato di pellicina che ricopre la carne per assicurare una buona cottura anche all'interno. Praticate dei leggeri tagli su questa pellicola, alzatela quanto basta per infilarci delle foglie di rosmarino. Dopodiché infilzatele pure nei vostri bastoncini e scoprirete che le vostre salsicce avranno un buon sapore di spezie.

Uova alla piastra

Si tratta semplicemente di far cuocere un uovo all'occhio di bue su di una piastra di pietra refrattaria, cosparsa di aromi. La piastra poggerà su di un buono strato di braci cosicché il calore si diffonderà su tutta la superficie della piastra, assicurando una cottura uniforme.



Uova al piatto

Mele zuccherate

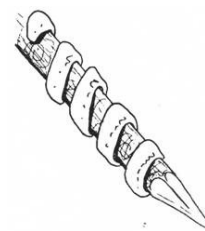
È una delle ricette più classiche e diffuse nella cucina trapper. Infilate due mele su di un ramo a forcola (o una se vi basta ;]), togliendo il picciolo e praticando dei buchi quadrati profondi circa 2cm. Infilateci delle zollette di zucchero o dello zucchero sciolto e mettetele a cuocere sul fuoco. Il calore scioglierà lo zucchero che impregnerà la vostra mela. È veramente buona ragazzi, parola di scout!

Altre Ricette Sfiziose

Pane "twist"

Occorrente: farina, acqua, sale.

Mescolare bene gli ingredienti fino ad ottenere una pasta omogenea ed elastica, farcire a piacere (con olive, salame ...), prendere uno spiedino e "arrotolare" come un'elica la pasta, porlo sulla brace (per controllare la cottura del pane vedere bene la parte interna).



Kabob

Occorrente: Carne, pancetta e pane.

Taglia la carne e la pancetta in quadratini di 4-5 cm di lato e fai a fette il pane. Scorteccia un ramo verde, appuntiscilo ad una estremità e infila prima una fetta di carne, e così via. Cuoci sulla brace, girando di tanto in tanto il bastone. Puoi variare questa ricetta a tuo piacimento, mettendo sullo spiedo pomodori, peperoni, salsiccia, cipolle, ecc... Se aggiungi patate ricordati che hanno di bisogno di una cottura molto lunga.

Patate alla brace

Occorrente: Patata.

Metti le patate con tutta la buccia nella brace e lasciale per circa 30 minuti. Poi taglia ogni patata a metà e mangiala con un cucchiaino, aggiungendo un po' di sale ed un eventualmente un po' d'olio o di burro.

Melanzane alla brace

Occorrente: Melanzane spezie e aromi.

Taglia le melanzane a metà e toglì i semi. Cospargi ogni metà con sale, pepe, olio e mettile sulla brace, con la buccia verso il basso. Cuocile per 10-15 minuti.

Tramezzino trapper

Occorrente: Pane, prosciutto e formaggio.

Prepara un tramezzino con il pane, il prosciutto e il formaggio. Avvolgilo in un foglio di alluminio e mettilo nella brace. Fallo cuocere per 5 minuti per lato. .

Pesce trapper

Occorrente: Pesce.

Dopo aver pescato, pulito e salato il pesce può essere cotto su una graticola oppure può essere infilato in uno spiedino con l'accortezza di usare un legnetto scortecciato trasversale per tenere aperto il pesce.

Cipolle ripiene

Occorrente: Cipolla, tritato.

Taglia a metà la cipolla e scava la parte centrale. Riempi le due metà con l'impasto dell'hamburger. Poi uniscile e avvolgile in un foglio di alluminio. Cuoci nella brace per 15-20 minuti.

Salsicce e patate

Occorrente: Patate, salsiccia e cipolla

Taglia le patate in quattro, la cipolla in fette circolari. Infila sullo spiedino alternando: cipolla, salsiccia, patata, cipolla, ecc... Ungi con l'olio.

Salsicce con pancetta e formaggio

Occorrente: Salsiccia, formaggio e pancetta.

Taglia la salsiccia in senso longitudinale, ma non completamente. Riempila con il formaggio. Chiudi la salsiccia, avvolgi intorno ad essa la pancetta e fissala con due stuzzicadenti. Metti la salsiccia su uno spiedino.

Hamburger al pomodoro

Occorrente: Pomodoro, cipolla, prezzemolo, carne tritata e uovo.

Schiaccia a pezzetti il pomodoro, trita la cipolla e il prezzemolo e impastali insieme alla carne tritata, all'uovo, al sale e a un po' di pepe. Fai due polpette piatte e avvolgi ciascuna in un foglio di alluminio sul quale avrai spalmato del burro. Lascia cuocere sotto la cenere per 6-7 minuti.

Polpette al formaggio

Occorrente: Tritato, formaggio e sottaceto.

Con l'impasto dell'hamburger prepara alcune mezze polpette. Metti su ciascuna di esse una fetta di formaggio e una di sottaceto. Chiudi con l'altra mezza polpetta. Avvolgi ogni polpetta in un foglio di alluminio e metti a cuocere nella brace.

Petti di pollo alle erbe o Pollo intero

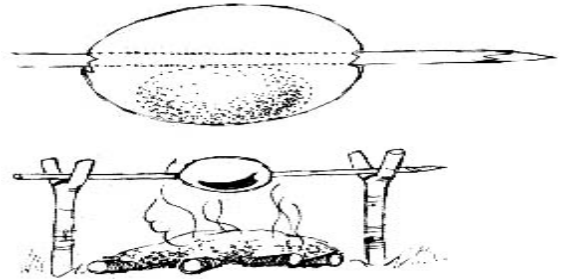
Occorrente: Petto di pollo, aromi e spezie

Taglia a metà il petto di pollo e toglì tutte le ossa. Condiscilo con sale, pepe, succo di limone e cospargilo con le erbe tritate. Metti il pollo in un foglio di alluminio che avrai imburrato e aggiungi qualche pezzetto di burro.

Uova allo spiedo

Occorrente: Uovo.

Per cuocere un uovo allo spiedo è fondamentale la delicatezza: prendete l'uovo tra due dita in orizzontale, in modo che il tuorlo, per gravità, si depositi nella parte bassa del guscio. Prendete uno spiedino e con molta delicatezza bucate il guscio nella parte superiore. Ponete lo spiedino con l'uovo sulla brace.



Uova sotto la cenere

Occorrente: Uovo.

Perfora la sacca d'aria dell'uovo e mettilo sotto la cenere per circa due minuti.

Uovo al piatto

Occorrente: Uovo.

Scegli una pietra piatta e infuocala sotto la brace ardente. Quando è rovente, togtila dal fuoco con un bastone, puliscila rapidamente e rompi l'uovo sopra di essa. La cottura sarà quasi istantanea.

Uovo e patata

Occorrente: Uovo e patata

Vuota una grossa patata, alla quale avrai precedenza tagliato via la parte superiore. Rompi un uovo e sbattilo per fare amalgamare il tuorlo con l'albume. Introduci l'amalgama nel buco della patata e copri con la parte superiore che avevi tagliato. Eventualmente fissa il "tappo" con alcuni stuzzicadenti. Metti a cuocere nella brace per 20-30 minuti.

Patate ripiene

Occorrente: Patata, mozzarella e salsiccia.

Tagliare un'estremità della patata, "scavare" la polpa, unire la mozzarella e la salsiccia tritata e condita, farcire le patate, chiuderle con l'estremità tagliata, avvolgerle nella carta argentata, porle nel punto fuoco, erette, coprendole di brace.

Si possono usare al posto delle patate, anche zucchine, peperoni, cipolle, arance farcendole con altri ingredienti.

Zucchine ripiene

Occorrente: Zucchine, tritato e formaggio.

Pulisci e vuota dai semi 4-6 zucchine. Prepara un impasto come per gli hamburger aggiungendo formaggio grattugiato e riempi con esso le zucchine. Metti del formaggio grattugiato anche sulle zucchine e avvolgi ciascuno in un foglio di alluminio. Cuoci nella brace per 20-25 minuti.

Peperonata alla trapper

Occorrente: Peperoni, cipolle, pane, carne tritata e aromi.

Pulisci e lava le verdure poi tagliale a pezzetti. Taglia la carne a pezzetti e il pane a cubetti. Trita le cipolle. Metti tutti questi ingredienti in una ciotola, condiscili con olio, sale e pepe e mescolali bene. Mettili in un foglio di alluminio ben chiuso e fai cuocere 35-40 minuti.

Mele ripiene

Occorrente: Mela, zucchero, uva passa e burro.

Scava la mela al centro e riempi con lo zucchero, l'uva passa e il burro. Avvolgilo in un foglio di alluminio, chiudi bene e cuoci sotto la brace per circa 15-20 minuti.

Macedonia cotta

Occorrente: 1 banana, 1 arancia, 1 mela, prugne secche, uva passa, zucchero, un po' di cannella. Se preferisci, puoi cambiare il tipo di frutta. Sbuccia la frutta e tagliala in pezzi, aggiungi zucchero e, se ti piace, un pizzico di cannella. Chiudi accuratamente in un foglio di alluminio e metti nella brace per 5-10 minuti.



Banane alla trapper

Metti una banana matura a cuocere nella cenere, con tutta la buccia. Dopo circa 15-20 minuti sarà diventata nera. Apri la banana, cospargila di zucchero e succo di limone e mangiala con un cucchiaino.

Ringraziamenti

Per questo manuale di cucina alla trapper, dobbiamo ringraziare i gruppi scout Palermo 21, Nichelino 1, Novi ligure 1, da cui abbiamo preso spunti, esempi ed immagini.

Edito da **"Gruppo Scout Racconigi 1"**