## DOCUMENT DE COURS SUR LES MÉTHODES DE CUISSON EN CAMPAGNE

La cuisson en campagne est une compétence importante pour les personnes qui se retrouvent dans une situation de survie. Puisque le corps humain a besoin de nutriments et d'énergie, la cuisson est essentielle à la destruction des bactéries néfastes. Il y a diverses autres façons de cuisiner en campagne.

### LA CUISSON DANS UN FOYER PEU PROFOND DOUBLÉ AVEC DES ROCHES

La meilleure façon de cuire en campagne est dans le sol. Quand les aliments sont enfouis, ils cuisent plus vite. Pour ce faire :

1. creuser un foyer peu profond dans le sol,

2. doubler le foyer avec des roches,

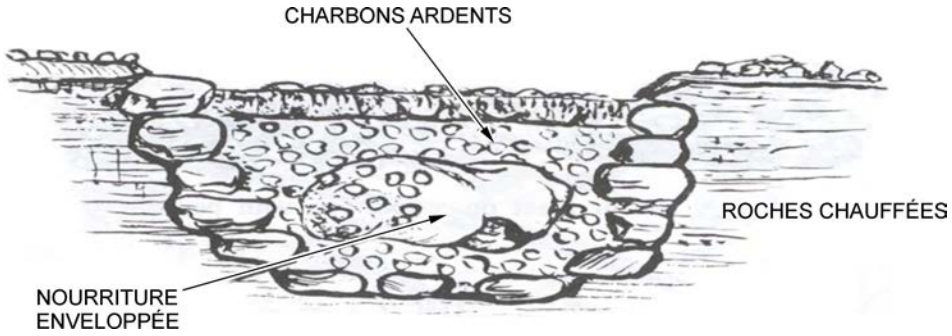
3. faire brûler un petit feu pour obtenir une couche de charbons ardents,

4. placer une couche d'herbe mouillée sur les braises quand il n'y a plus de flamme nue et qu'il ne reste que des braises chaudes et ardentes (si l'herbe est sèche, utiliser de l'eau),

5. placer les aliments (déjà préparés pour la cuisson) sur le dessus de l'herbe mouillée,

6. utiliser un bâton pour déplacer les charbons chauds pour les mettre le plus proche possible des aliments. Essayer de mettre quelques charbons sur le dessus des aliments,

7. couvrir les aliments avec la terre qui a été enlevée du foyer.




*B-GG-217-000/PT-001 (page 130)*

Figure J-1 La cuisson dans le sol



Quand on utilise cette méthode, il est très difficile de vérifier et de voir si les aliments sont cuits. Le temps de cuisson varie selon les aliments à cuire. S'assurer que la nourriture est complètement cuite avant de la consommer. Si on n'est pas certain, la remettre dans le sol pour la cuire plus longtemps.

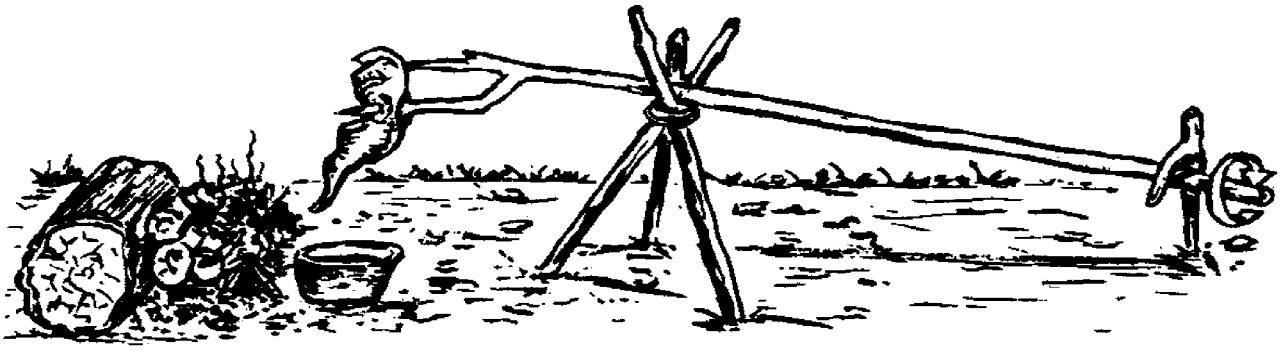
### RÔTISSAGE AVEC UN BÂTON

Le rôtissage est une méthode facile de produire des résultats savoureux. Malheureusement, il produit aussi beaucoup de graisse quand on fait cuire de la viande. Pour minimiser les dépôts, mettre une casserole ou un contenant sous les aliments qui rôtissent pour capter la graisse. Mettre le morceau qui cuit à l'extrémité d'un bâton, à côté d'un feu en plein air. Les aliments ne doivent pas être placés directement au-dessus du feu et un contact direct avec la fumée et la flamme doit être évitée autant que possible.



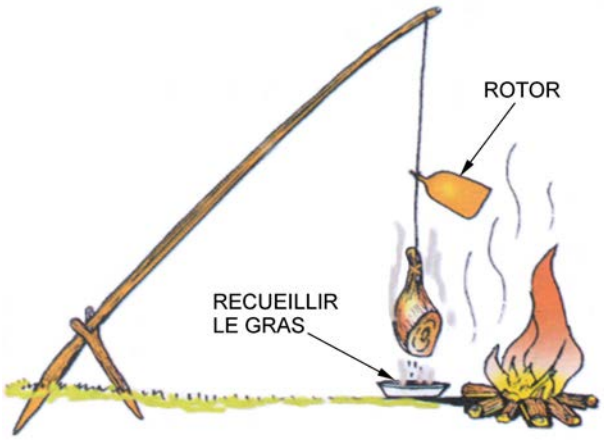
Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

On doit tourner les aliments pour s'assurer qu'ils sont bien cuits. Si l'on suspend les aliments au-dessus du feu, on peut attacher un rotor, fait de plastique ou de papier épais (voir figure J-2). Le rotor attrape le vent qui le fait tourner, tournant les aliments.



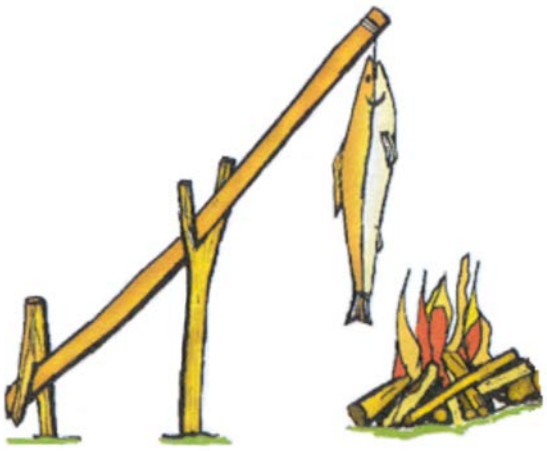
*B-GG-217-000/PT-001 (page 129)*

Figure J-2 Le rôtissage sur un bâton




*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)*

Figure J-3 Le rôtissage avec un rotor



*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 448)*

Figure J-4 Le rôtissage d'un poisson

**LA CUISSON À L'EAU DANS UN CHAUDRON**

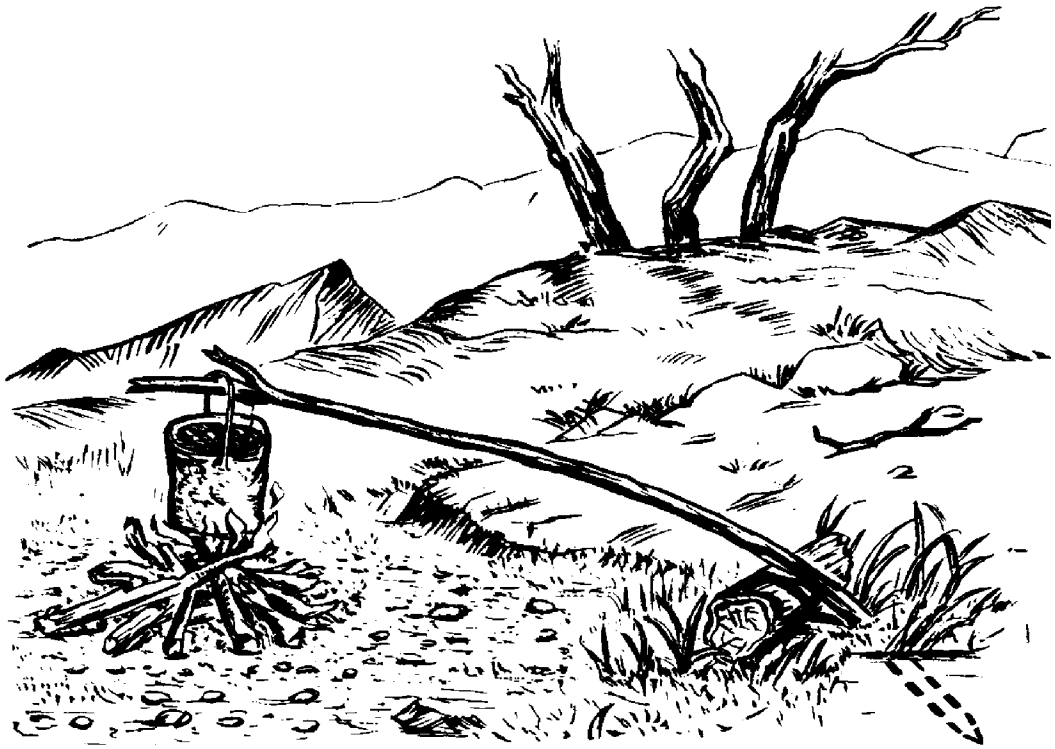
La cuisson à l'eau dans un chaudron peut se faire par-dessus un feu en plein air, tout comme sur un réchaud. Lorsqu'on fait bouillir dans un chaudron, s'assurer que le chaudron est bien droit sur le feu. Cela peut se faire en utilisant une grille, en le coinçant entre deux morceaux de bois épais ou en plaçant des roches autour pour le stabiliser. Il y a de nombreuses façons de placer un chaudron sur un feu en utilisant du bois (voir les figures J-5 à J-8). Il est important de s'assurer que le chaudron est stable et qu'il n'y a aucun risque qu'il tombe dans le feu.

Voir des bulles d'air est une façon facile de constater que l'eau bout.



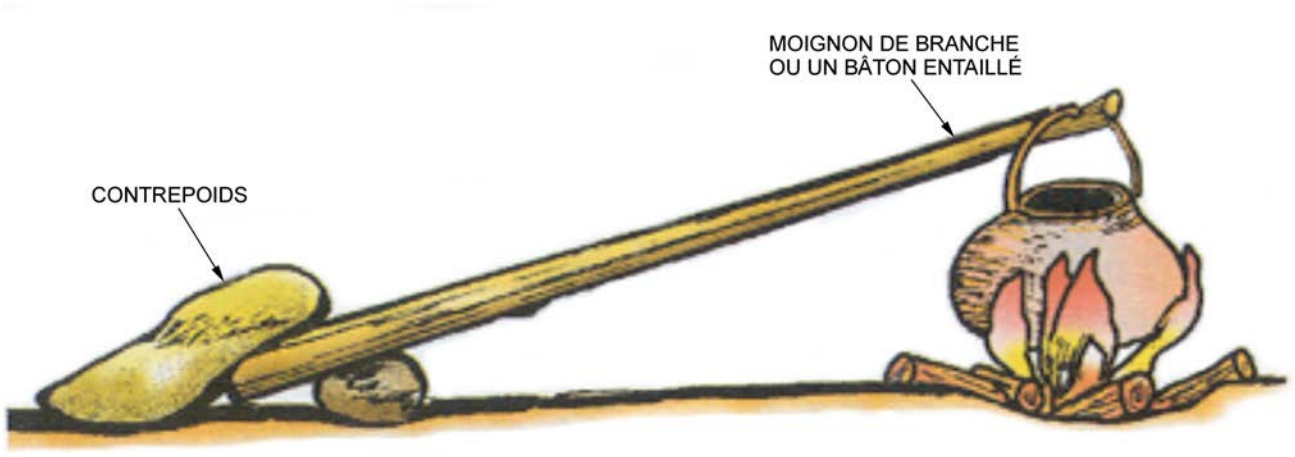
Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Le débordement par l'ébullition sur un feu en plein air produit normalement une formation de suie à l'extérieur du chaudron. Une couche d'eau savonneuse sur l'extérieur du chaudron facilite le nettoyage.



*B-GG-217-000/PT-001 (page 128)*

Figure J-5 La cuisson à l'eau

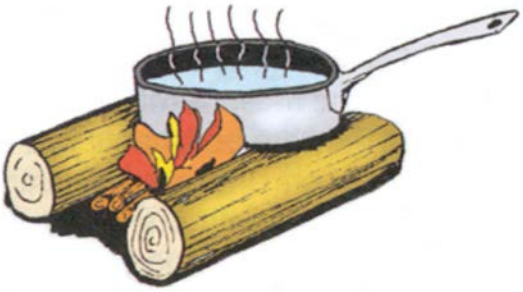



*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)*

Figure J-6 La cuisson à l'eau en utilisant un contrepoids



Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 444)*

Figure J-7 La cuisson à l'eau sur une flamme nue avec du bois

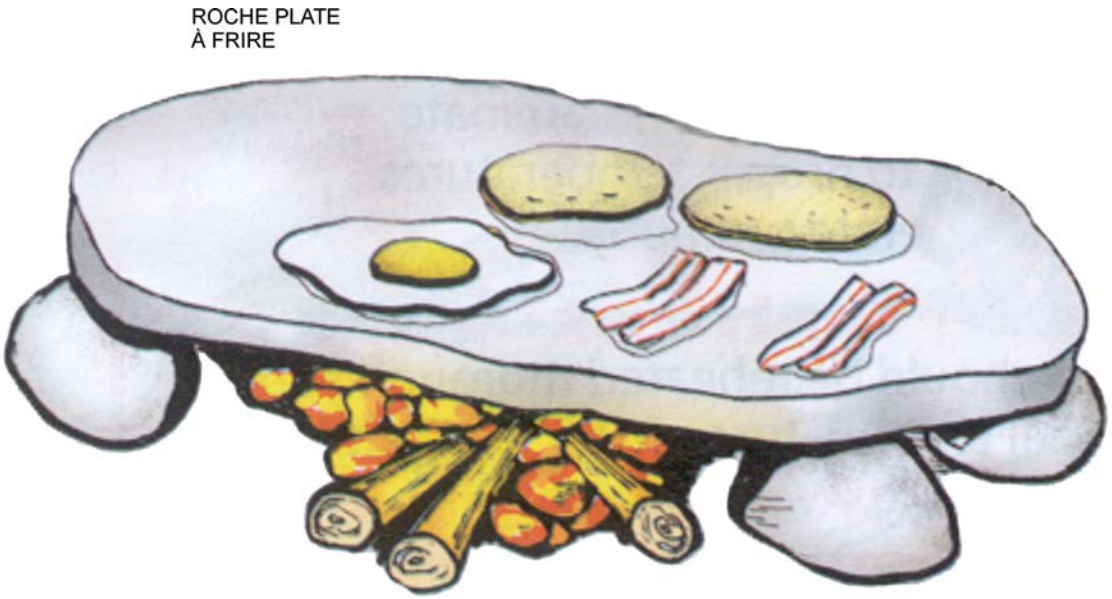


*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)*

Figure J-8 La cuisson à l'eau sur une flamme nue avec des roches

**LA FRITURE**

On peut facilement frire des aliments sur une roche ou une feuille de métal. Une roche retient beaucoup de chaleur pendant une longe période de temps. En utilisant cette méthode de cuisson, les aliments peuvent facilement coller s'il n'y a pas une quantité suffisante de graisse.

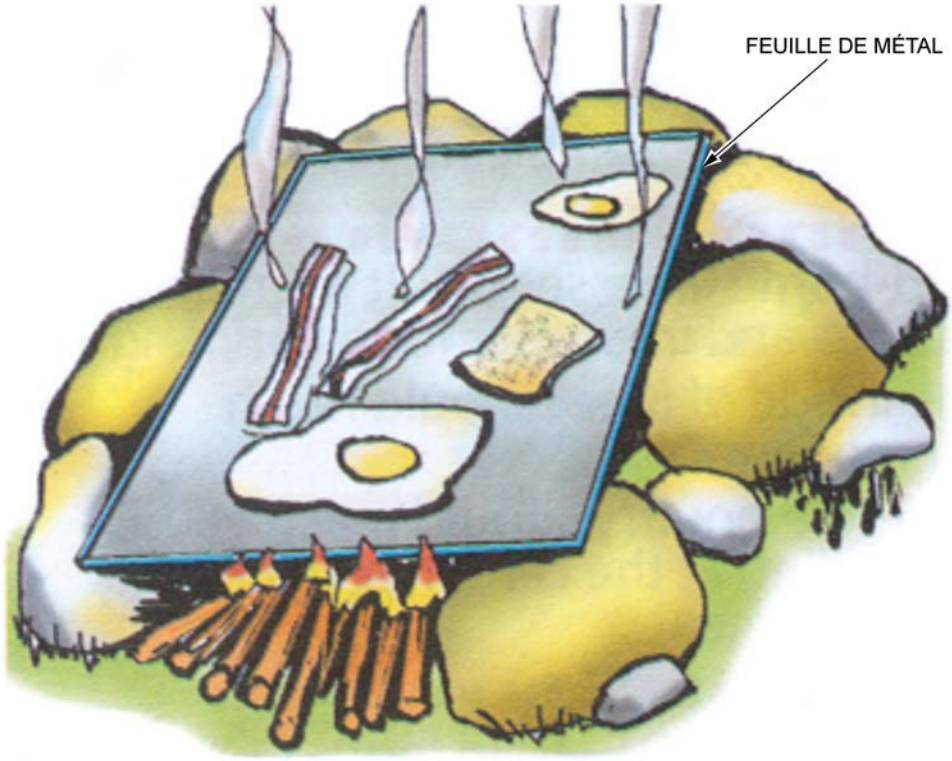



*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)*

Figure J-9 La friture sur une roche plate



Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.




*Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)*

Figure J-10  La friture sur une feuille de métal



Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC



Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-703/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-703-PF-002/A-CR-CCP-703-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.