

Effet de l'utilisation du sac-miracle sur la conservation d'énergie, de l'eau et du temps pendant la cuisson des aliments

Ndayikengurukiye, S.¹ Nibasumba, A.² Kamana, A.² Nusura, H.¹

¹ Université du Burundi, Faculté d'Agronomie et de Bio-ingénierie (FABI)

² Institut des Sciences Agronomiques du Burundi (ISABU)

Résumé

Une comparaison a été réalisée entre l'utilisation des techniques classiques de cuisson au Burundi et l'utilisation du sac miracle du point de vue préservation du temps, de l'eau et de l'énergie. Les résultats ont montré que l'utilisation du sac miracle a permis de sauver entre 79 % et 50 % du temps de cuisson, entre 47 % et 26 % d'eau. Les valeurs les plus élevées ont été observées pour le haricot. Cette technique a permis de sauver 50 % du charbon. Ainsi, l'utilisation de cette technologie facilite la cuisson et préserve l'environnement par la réduction du charbon utilisé.

Mots clés: Cuisson, conservation de bois, eau, temps

Introduction

L'introduction de l'élevage de porc dans les sites HumiTropics de Carire et Murayi a augmenté le travail des femmes qui étaient surtout chargées de leur alimentation. Pour réduire le temps imparti à la cuisine, à la recherche de l'eau et du bois de chauffage, un nouvel matériel de cuisson a été testé dans ces sites. Il s'agit du «sac miracle» qui est fait de petites particules isolantes contenues dans un tissu.

L'objectif était de mener une expérimentation participative et comparative sur les bénéfices de l'usage du sac miracle par rapport à la technique classique de cuisson.

Matériels et méthodes

Les aliments utilisés pour tester l'efficacité du sac miracle étaient le haricot, le riz, la patate douce, la viande et le poisson. Pour chaque type d'aliments, deux techniques de cuisson ont été utilisées à savoir le sac miracle et la cuisson ordinaire. Trois répétitions ont été effectuées et les données récoltées concernent le temps utilisé pour la surveillance de la cuisson, la quantité d'eau et la quantité de charbon consommée lors de la cuisson. L'utilisation du sac miracle se résume dans les trois étapes suivantes:



1. Vue de l'intérieur du Sac-miracle



2. Après avoir porté le tout à l'ébullition, la casserole couverte a été mise dans le sac-miracle



3. Le tout a été fermé hermétiquement dans le sac miracle pour cuire pendant un temps proche de la durée de cuisson ordinaire

Résultats et Discussions

L'utilisation du sac miracle a permis de préserver tous les facteurs qui entrent dans la cuisson des aliments comme le temps, l'eau et l'énergie (Figure 1). L'utilisation du sac miracle dans la cuisson du haricot a été plus bénéfique car ça a permis de sauver plus de temps et d'eau que la cuisson des autres aliments. Pour les aliments à cuisson rapide comme le riz, la patate douce, la viande et le poisson le temps et l'eau sauvés étaient les plus bas.

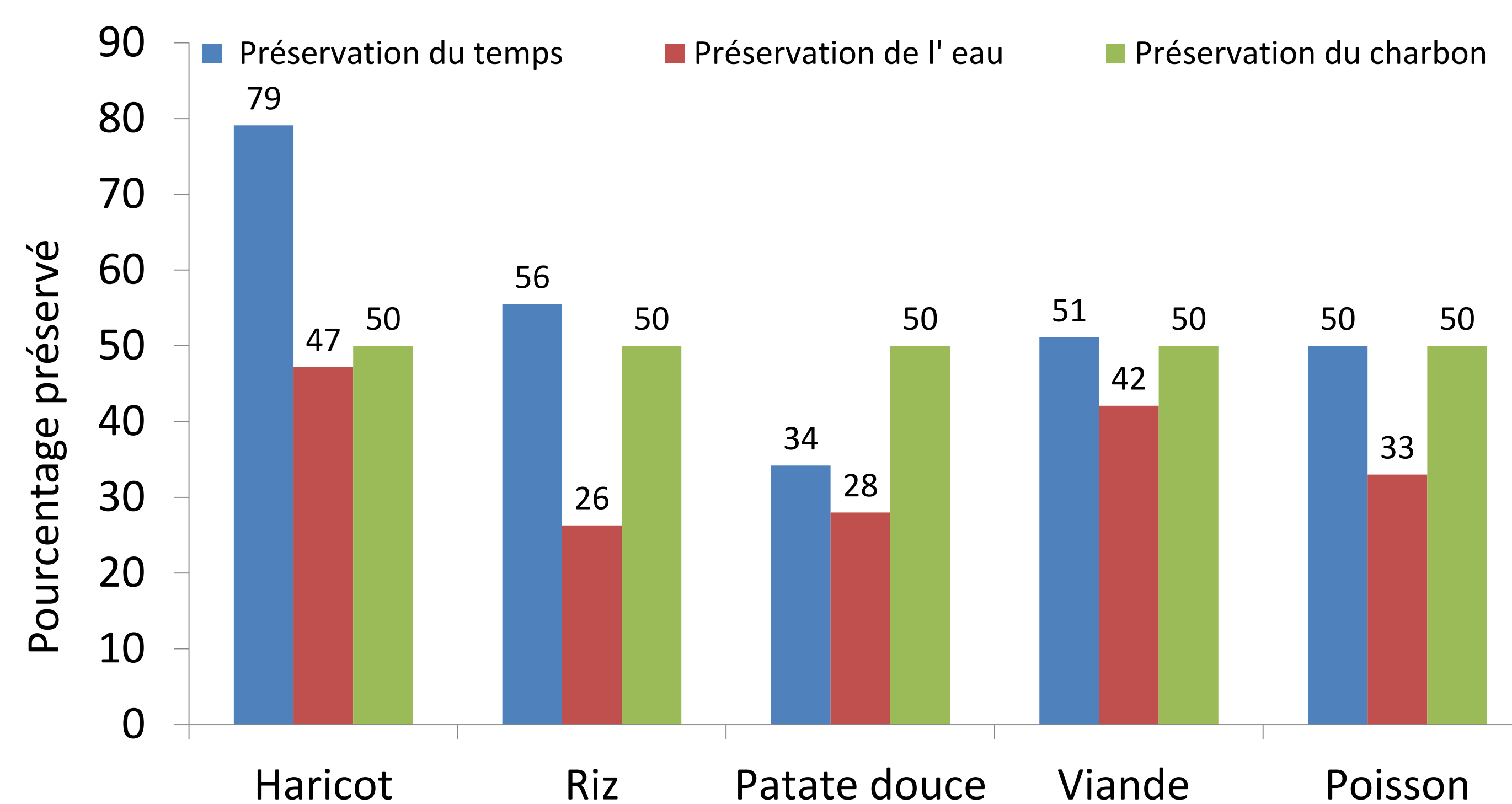


Figure 1: Pourcentage de temps, d'eau et de charbon sauvé en utilisant le sac-miracle

Les avantages de l'utilisation des sac-miracle en milieu rural

1. On peut préparer les aliments qui vont continuer à cuire la nuit sans surveillance pour les manger encore chaud le matin. C'est facile pour les enfants qui vont à l'école
2. Pour les travaux en champ, on y va avec le sac miracle, les aliments continuent à cuire et on va manger sans retourner à la maison ou sans avoir quelqu'un qui laisse de travailler pour préparer les aliments
3. La qualité nutritionnelle des aliments est préservée car l'utilisation du sac-miracle évite le sur-cuisson qui détériore surtout les vitamines
4. Les mamans ne sont pas obligées de rester à la maison pour préparer les aliments pour les enfants qui sont à l'école. Mis dans le sac miracle les enfants vont venir et se servir eux-mêmes et le repas sera bien cuit et chaud

Conclusion

Le sac miracle est un outil de cuisson très utile car il permet de sauver le temps de cuisson, l'énergie de cuisson et l'eau. La réduction du temps de cuisson est importante surtout pour les aliments à longue durée de cuisson comme le haricot. Cela réduit le temps de travail surtout pour les femmes et les enfants en milieu rural car ces derniers sont impliqués dans la recherche du bois de chauffage, de l'eau et dans la préparation des aliments. Au niveau global, l'utilisation des sacs miracle préserverait l'environnement en réduisant de moitié la destruction des boisements pour avoir le bois de chauffage.

Remerciements

Cette activité a été réalisée avec le financement de HumidTropics et de FARA