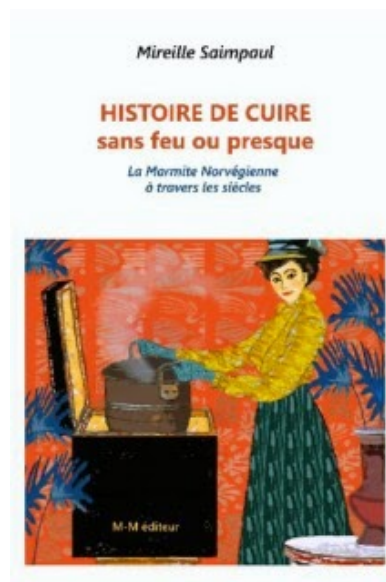


# Atelier: La marmite norvégienne, késako?

Samedi 4 mars 2023

Entre 14H et 17H

Marie-Hélène vous propose un moment de convivialité autour des méthodes de fabrication de la marmite norvégienne.



» Histoire de cuire sans feu ou presque... La Marmite Norvégienne à travers les siècles  
» sur le site <http://www.marmite-norvegienne.com/>

La marmite norvégienne est un système de cuisson qui permet d'économiser jusqu'à 70% de l'énergie (gaz, électrique, bois,

soleil, fusion).

Plus de détails avec les liens en bas de page.

Ce système de cuisson est très vieux et peut se présenter sous des formes très différentes: la fabrication d'une marmite norvégienne s'accommode aux circonstances et à nos compétences;

ce peut être:

un caisson en bois super bien isolé,

un sac en tissus très isolant pour ta casserole, facile à ranger,

même ta couette.

Les matériaux nécessaires, de préférence en récup et selon le détail de ton projet:

Pour faire l'enveloppe: tissus, caisson, carton, vieux frigo

Pour l'isolation: Tissus, vieux habits, isolant type liège( ex bouchons) laine, laine de bois, paille, vieilles couvertures, cartons, vieux coussins, rubans pour la fermeture tissus, colle etc.

Outils: de menuiserie pour le caisson, ou bien outils de couture.



retrouver tous les modèles sur [marmite-norvegienne.com](http://marmite-norvegienne.com) pour piquer des idées!!

Moi, j'aime bien les ciseaux, la colle, les agrafeuses et meme les emballages de chips pour l'isolation, c'est refractaire, oui.

Notre inspiration et imagination sont des elements utiles a toute œuvre.

Plus d'info et réserver ta place:

ateliers@laressourcerieverte.com ou Marie-Helene 0782 979938

Quelques ressources de la Toile

[https://fr.wikipedia.org/wiki/Marmite\\_norvégienne](https://fr.wikipedia.org/wiki/Marmite_norvégienne)<https://plane-tezerodechet.fr/marmite-norvegienne-cuisson-low-tech-tuto/>[https://wiki.lowtechlab.org/wiki/Marmite\\_norvégienne](https://wiki.lowtechlab.org/wiki/Marmite_norvégienne)  
<http://www.marmite-norvegienne.com/>