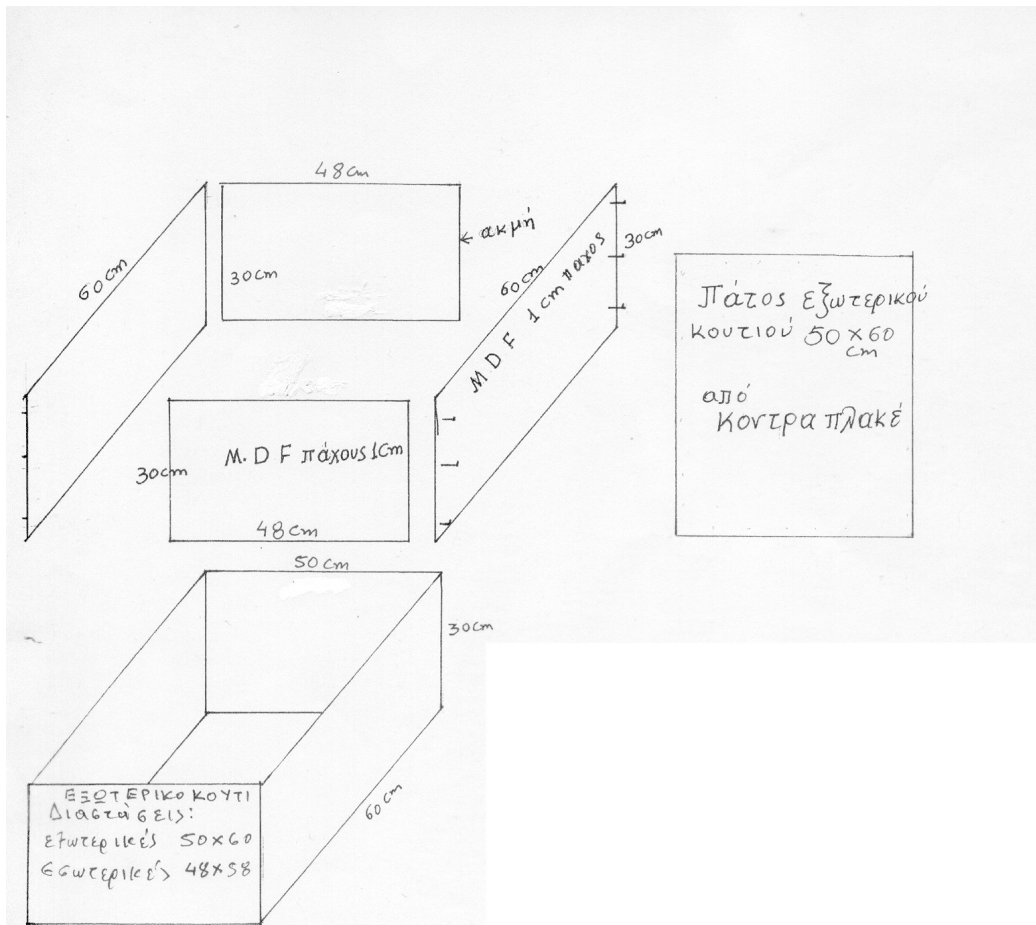


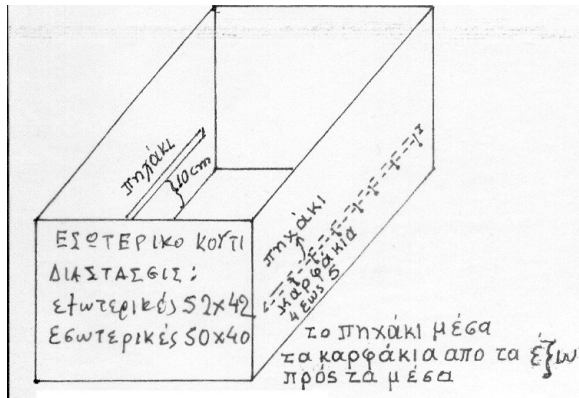
# ΜΑΓΕΙΡΕΥΟΝΤΑΣ ΣΤΟΝ ΗΛΙΟ: ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ ΗΛΙΑΚΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ

1. Κατασκευάζουμε ένα εξωτερικό κουτί από κομμάτια MDF πάχους 1cm. Θα χρειαστούμε 2 κομμάτια διαστάσεων 48cm x 30cm και 2 κομμάτια διαστάσεων 60cm x 30cm.



Τοποθετούμε με καρφιά στο κάτω μέρος πάτο από κόντρα πλακέ, διαστάσεων 50cm x 60cm.

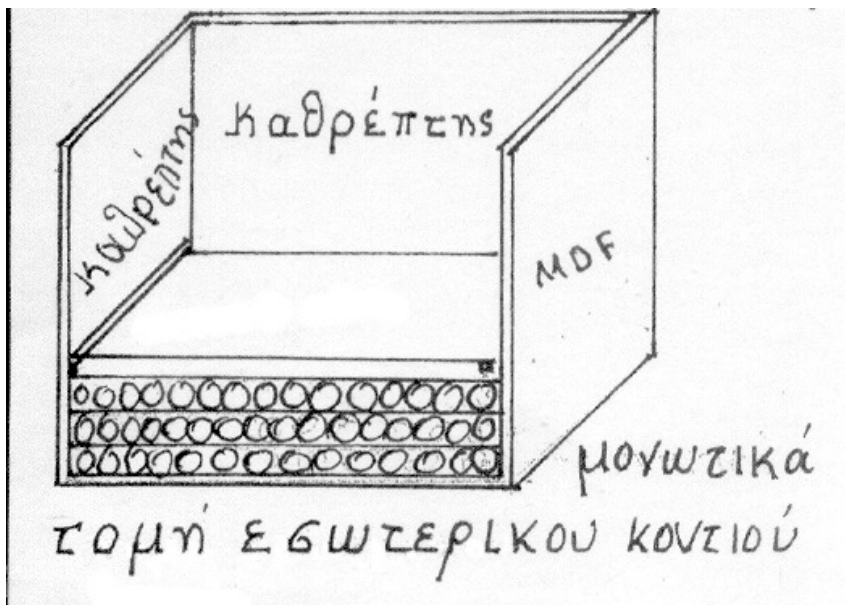
2. Κατασκευάζουμε ένα εσωτερικό κουτί από κομμάτια MDF πάχους 1cm. Θα χρειαστούμε 2 κομμάτια διαστάσεων 52cm x 30cm και 2 κομμάτια διαστάσεων 40cm x 30cm. Θα χρειαστούμε ακόμη 2 πηχάκια 48cm το καθένα. Αυτά θα τα καρφώσουμε στα κομμάτια με διαστάσεις 52cm x 30cm, κατά μήκος τους και σε απόσταση 10cm από το κάτω μέρος.



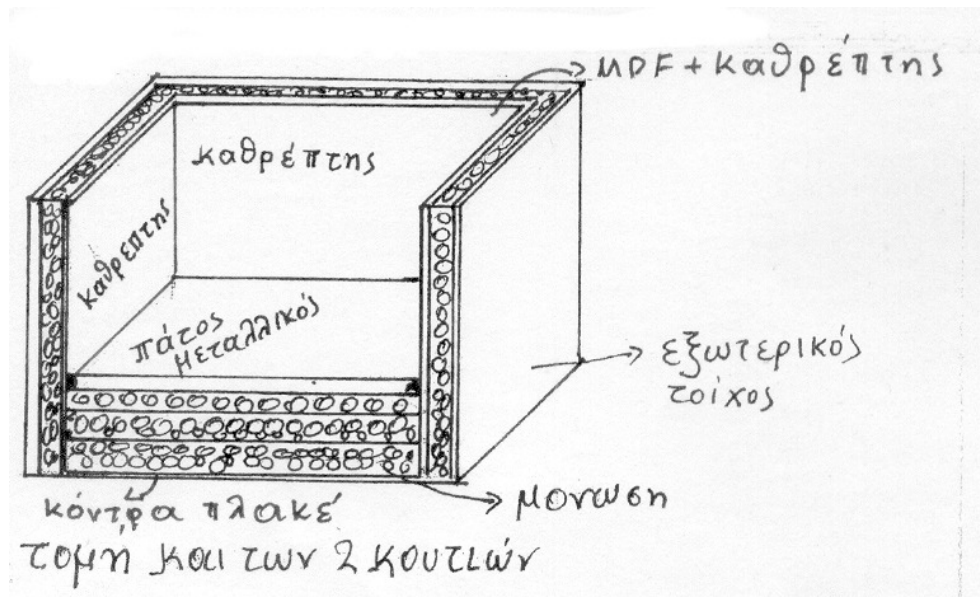
3. Τοποθετούμε στο εσωτερικό του εσωτερικού κουτιού μεταλλικό πάτο 50cm x 40cm που στηρίζεται στα δύο πηχάκια που έχουμε καρφώσει.

4. Γεμίζουμε το κάτω μέρος μεταξύ του μεταλλικού πάτου του μικρού κουτιού και του πάτου του μεγάλου με μονωτικό τοιχοποιίας.

5. Τοποθετούμε περιμετρικά στο εσωτερικό του εσωτερικού κουτιού καθρέπτες.



6. Τοποθετούμε το εσωτερικό κουτί μέσα στο μεγαλύτερο κουτί και προσαρμόζουμε περιμετρικά ανάμεσα στα 2 κουτιά μονωτικό τοιχοποιίας.

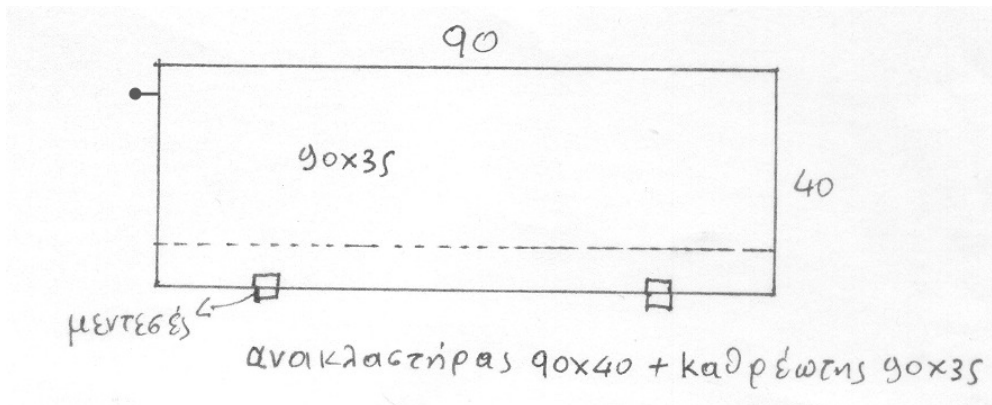


7. Καλύπτουμε με λωρίδες κόντρα πλακέ το χώρο ανάμεσα στα 2 κουτιά



8. Τοποθετούμε γυάλινο καπάκι πάχους 5mm διαστάσεων 50cm x 60cm.

9. Κατασκευάζουμε ανακλαστήρα από MDF διαστάσεων 90cm x 40cm. Τοποθετούμε στο πάνω μέρος του ανακλαστήρα καθρέπτη 90cm x 35cm. Στο κάτω μέρος προσαρμόζουμε 2 μεντεσέδες που συνδέουν τον ανακλαστήρα με το πάνω μέρος της μεγαλύτερης πλευράς του φούρνου.



Στο πάνω, πλαϊνό μέρος του ανακλαστήρα τοποθετείται άγκιστρο ώστε με τη βοήθεια ενός μικρού πήχη να παίρνει την κατάλληλη κλίση που επιθυμούμε.

## ΧΡΗΣΗ

Τοποθετούμε εντός του φούρνου μεταλλικό σκεύος, κατά προτίμηση σκουρόχρωμο, και μέσα σε αυτό βάζουμε τα υλικά του μαγειρέματος χωρίς νερό (βάζουμε λίγο λάδι αν χρειάζεται). Το σκεύος πρέπει να έχει άμεση επαφή με τον Ήλιο.

Τοποθετούμε το γυάλινο καπάκι. Κατόπιν, με τη βοήθεια των μεντεσέδων, τοποθετούμε τον ανακλαστήρα και τον στηρίζουμε έτσι ώστε να ανακλά τον Ήλιο πάνω στο σκεύος.

Περιμένουμε περίπου 4 ώρες και ελέγχουμε το φαγητό.

## ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

1. Πρέπει να υπάρχει ηλιοφάνεια
2. Σε περίπτωση απώλειας θερμότητας προσαρμόζουμε περιμετρικά του φούρνου μονωτικό λάστιχο παραθύρων και εκεί εφαρμόζει το γυάλινο καπάκι.
3. Χρειάζεται σωστός προσανατολισμός του φούρνου προς τον Ήλιο και φυσικά ρύθμιση του ανακλαστήρα.

Καλή επιτυχία.

Η Περιβαλλοντική Ομάδα του 50<sup>ου</sup> Γυμνασίου Αθηνών

Υπεύθυνοι Καθηγητές: Νικολόπουλος Νίκος

Βρεττός Κωνσταντίνος