Journée du 28 novembre

Par Anastasiya Stepanova

Aujourd'hui, je vais répondre aux deux questions qui m'ont    
majoritairement été posées, qui ne concernent pas la science et    
l'espace. La première question était : « Comment est-ce d'être la seule    
fille dans l'équipage? ». C'est fantastiquement agréable d'être avec    
cinq garçons dans une équipe. Ils sont directs, simples, responsables    
et faciles à vivre. De plus, ils cuisinent bien mieux que certaines    
femmes et vous allez comprendre pourquoi plus loin. Certains peuvent    
penser que j'aime être avec les gars parce qu'ils me traitent en    
princesse. Jamais! Dans cette mission, il n'y a aucune différence,    
nous sommes tout unis par un but et nous ne nous voyons pas comme de    
magnifiques garçons ou de jolies filles. C'est pourquoi je ne ressens    
aucun stress quand nous sommes proches les uns des autres. Nous    
pouvons parler de problèmes familiaux ou des problèmes gastriques,    
pratiquement de tout, alors qu’à la maison je serais gênée d'en    
parler avec des garçons. Je ne pourrais jamais m'imaginer marcher avec    
des hommes ou des gens de façon plus générale avec mes cheveux sales    
de plus de sept jours. Tout le monde se préoccupe plus de la    
personnalité des autres et des projets de recherche, plutôt que de quoi    
nous avons l'air. Je trouve que c'est de plus en plus rare dans le    
monde moderne, d'être dans un milieu ou l'habit de fait pas le moine.    
Je suis heureuse d'être dans le même équipage si intéressant, créatif,    
agréable et intègre.  
  
La seconde question était : « Qu'est-ce que vous avez fait là-bas,    
avez-vous été affamée? «  Autre surprise, la nourriture était savoureuse    
et nous n'avons pas été affamés du tout. Les expériences n'étaient pas    
les seules sciences de laboratoire au MDRS, la cuisine aussi l'a été.    
Nous avons appelé cela les expériences culinaires utilisant de la    
nourriture déshydratée. Sécher de la nourriture est une méthode de    
conservation qui empêche la croissance de bactéries, de levures et de    
moisissures par l'absence d'eau. Pourquoi cuisinons-nous avec de la    
nourriture déshydratée? Parce que c'est ce type de nourriture que nous    
aurons dans les vraies missions martiennes. La nourriture déshydratée    
est beaucoup moins lourde, sans mentionner qu'elle peut être    
préservée pour une longue période de temps. Comment avons-nous cuisiné    
avec de tels ingrédients inhabituels? Et bien, premièrement vous    
devez réhydrater la nourriture, simplement en ajoutant de l’eau    
chaude ou froide. Ce n'est pas important si c'est de la viande ou des    
légumes, vous pouvez tous les faire cuire en quelques minutes. Les    
fruits peuvent être mangés tels quels ou hydratés. Par contre, les    
fruits déshydratés peuvent être nutritionnellement inférieurs au    
produit naturel. Il a été démontré que les raisins déshydratés    
contiennent moins d'antioxydant et de vitamines B. Deux livres de    
cuisine (« The Joy of cooking » et « Mars Home cooking ») et nos    
talentueux membres de l'équipage ont fourni la plus grande partie de    
l'inspiration. Vous serez surpris de savoir ce que l'équipage à    
cuisiné sans avoir une grande diversité d'ingrédients : pain fait    
maison pour le diner et souper, croustade aux pommes, galette de    
saumon avec patates et champignons, gâteaux aux carottes, pizza    
maison, des crêpes aux bacons, différent type de soupes, des muffins    
aux brisures de chocolat et des quesadillas. Cela ressemble à un menu    
de restaurant, n'est-ce pas? Le seul inconvénient de ce type de    
nourriture est l'adaptation que nos estomacs demandent. Maintenant,    
nous comprenons pourquoi il y a autant de pilules contre les gaz dans    
l'habitation. L'équipage a particulièrement aimé préparer et partager    
les repas. C'était parmi les meilleurs moments de liaisons, agréables    
et créatifs.