



CROQUETTES DE VOLAILLE

PARMI les nombreuses recettes, également bonnes, de croquettes de volaille, nous en avons choisi une très simple et qui exige peu d'ingrédients accessoires. Les proportions que nous indiquons supposent une desserte de poulet peu importante ; nous devons ajouter qu'il est plus difficile d'arriver juste au point de réduction voulu sur une petite quantité de sauce que sur une grande : il s'en perd dans les transvasements, et sur de petites proportions, c'est tout de suite une différence.

Pour être réussies, les croquettes doivent avoir une croûte très ferme et croquante, et ne présenter aucune craquelure. Cette croûte doit être d'une jolie teinte dorée, assez claire. L'intérieur des croquettes doit être très humide, on doit y retrouver le jus qui lie les morceaux de poulet.

Ajoutons que la panure dont on se sert doit être parfaitement sèche ; c'est de la panure blanche faite avec de la mie de pain séchée très soigneusement au four.

Proportions

Pour 7 ou 8 croquettes :

150 à 175 grammes de poulet rôti, pesé sans os, ni peau.

POUR LA SAUCE

25 grammes de beurre ;
15 — de farine ;
10 — d'oignon ;
20 — de carotte ;
2 décilitres 1/2 de bouillon ;

1 cuillerée à café de madère ;
Sel, poivre.

POUR PANER

1 œuf entier ;
1 cuillerée à bouche d'eau ;
8 cuillerées à bouche de panure ;
2 — — de farine.

Sel, poivre.

Temps nécessaire : 1 h. 1/2 pour la sauce qui se prépare 2 ou 3 heures d'avance.

RÉSUMÉ

Couper le poulet en petits morceaux carrés.

D'autre part, passer au beurre, sans colorer, l'oignon et la carotte coupés en rouelles. Ajouter la farine, cuire tout doucement sans colorer.

Mouiller avec le bouillon ; laisser dépouiller en écumant souvent. Passer la sauce, la faire réduire s'il y a besoin.

Y mélanger les morceaux de poulet, ajouter le madère. Etaler sur plat beurré et laisser complètement refroidir. Former des croquettes, fariner légèrement, tremper dans l'œuf battu puis dans la panure, deux fois de suite.

Faire frire à grande friture assez chaude.

La volaille

Tous les morceaux du poulet sont bons pour cet apprêt : les blancs et les ailes sont naturellement plus délicats, mais ce ne sont pas ceux-là qu'on trouve généralement dans la desserte. De toutes façons, qu'on emploie les restes d'une volaille ou qu'on veuille consacrer tout exprès un poulet à des croquettes, il faut qu'il ait été rôti d'abord.

Enlevez les peaux qui recouvrent les différents membres, et coupez la chair en petits morceaux carrés d'un demi-centimètre de côté environ, plutôt un peu plus gros ; c'est selon les parties de poulet que

vous employez. Mais, surtout, ne les hachez pas. Vous employez, bien entendu, la chair qui recouvre les pilons, les os des ailes, de la carcasse, etc.

Mettez le poulet ainsi coupé dans une assiette couverte, pour qu'il ne dessèche pas pendant que vous préparez la sauce.

La sauce

Epluchez l'oignon et la carotte, et coupez-les en rondelles de l'épaisseur d'un gros sou.

Prenez une petite casserole en cuivre étamé, de contenance appropriée. Mettez-y tout le beurre indiqué avec l'oignon et la carotte. Posez sur un feu doux; remuez pour faire fondre le beurre et mélangez aux légumes, et laissez cuire tout doucement *sans colorer*, pendant une *vingtaine de minutes*. Remuez souvent avec la cuiller de bois. Au bout de ce temps, ajoutez la farine, d'un seul coup, et remuez encore avec la cuiller pour bien mélanger. Diminuez un peu le feu qui doit être par conséquent très doux; laissez mijoter pendant *20 à 25 minutes*, en surveillant pour que la farine ne colore pas, tout en cuisant pourtant. Avec la cuiller, retournez plusieurs fois l'espèce de pâte que produit le mélange, et étalez-la bien chaque fois au fond de la casserole pour qu'elle cuise. Elle doit avoir à peine jauni au bout du temps indiqué.

Versez alors le bouillon, froid ou tiède, petit à petit, en tournant pendant ce temps fortement avec la cuiller de bois. N'ajoutez de nouveau liquide que quand le précédent est bien mélangé en bouillie lisse.

Activez le feu quand tout le bouillon est versé, et ne cessez pas de tourner avec la cuiller, jusqu'à ce que l'ébullition commence. Retirez alors la casserole sur le coin du fourneau, de façon que le liquide ne bouille que d'un côté seulement. Nous avons maintes fois expliqué qu'on appelle

cela « faire dépouiller » une sauce. L'ébullition chasse toutes les impuretés à la surface, sur la partie qui ne bout pas; il se forme une sorte de peau grasse collante, qu'il faut enlever fréquemment, au fur et à mesure qu'elle se produit. Ne couvrez pas la casserole pendant ce temps, et comptez sur une bonne demi-heure de ce petit train régulier et très doux.

Ecumez une dernière fois, avant de passer la sauce à travers le chinois ou passoire à trous très fins. Appuyez avec le dos de la cuiller de bois pour aider la sauce à passer, sans cependant écraser les légumes qui ne doivent pas passer avec la sauce.

Vous devez alors obtenir une sauce très épaisse, de la quantité *d'un décilitre et demi*; cette réduction est produite autant par l'évaporation que par l'écumage pendant sa cuisson. Si vous aviez une plus grande quantité de sauce, elle n'aurait pas la consistance nécessaire pour lier le poulet; il faudrait alors la faire réduire. Pour cela, rincez et essuyez la casserole qui vous a déjà servi. Versez-y la sauce qui vient d'être passée. Posez la casserole découverte sur un bon feu, et faites bouillir fortement, sans cesser de remuer doucement avec une cuiller de bois, pour que la sauce n'attache pas au fond ni dans les coins.

Quand vous jugez qu'elle a réduit au point voulu, retirez du feu. Ajoutez-y, hors du feu, le poulet et la cuillerée de madère. Goûtez pour l'assaisonnement à ajouter, s'il est besoin, sel et poivre. Mélangez bien, et laissez 3 ou 4 minutes, toujours hors du feu, pour que le poulet s'imprègne bien de la chaleur de la sauce. Versez alors le tout dans une assiette ou plat, légèrement beurré. Etalez et lissez la surface avec le dos de la cuiller, et posez dans un endroit très frais pour obtenir un *refroidissement complet*. Si ce

mélange n'est pas absolument refroidi quand vous voulez l'employer, vous ne pourrez arriver à le former en croquettes; c'est donc une condition indispensable.

Les croquettes

Dans une assiette creuse, cassez l'œuf entier, blanc et jaune. Ajoutez une cuillerée à bouche d'eau froide qui empêche l'œuf d'être trop épais. Battez avec une fourchette pour délayer et rendre bien coulant. Ajoutez pincée de sel et de poivre.

Dans une autre assiette plate, étalez la moitié seulement de la panure. Il vaut mieux l'ajouter progressivement, elle reste plus légère.

Enfin, dans une troisième assiette, étalez un peu de farine.

Votre mélange de poulet et de sauce étant bien refroidi, vous le formez alors en croquettes de la façon suivante.

Prenez-en la valeur d'une cuillerée à bouche, avec une cuiller de bois ou de métal. Tassez-le un peu en boule; roulez ensuite légèrement dans la farine. Le farinage vous permet ensuite de façonner la croquette sans qu'elle colle et s'attache aux doigts. La forme la plus simple est celle d'un gros bouchon, qu'on roule avec les doigts de la main droite dans la paume de la main gauche.

Trempez ensuite la croquette dans l'œuf battu, en l'y faisant rouler pour que l'œuf l'atteigne partout.

Glissez une fourchette dessous pour l'égoutter, et transportez-la dans l'assiette à panure où vous la roulez également.

Trempez-la une deuxième fois dans l'œuf, égouttez, et roulez de nouveau dans la panure, puis mettez de côté.

Opérez de même pour toutes les croquettes au fur et à mesure. Ayez bien soin, en formant les croquettes, d'éviter des fentes à la surface; l'extérieur doit être aussi uni que possible, parce que, si

vous laissez une fente, à la cuisson dans la friture, cette fente laissera entrer la graisse et la croquette sera craquelée et inégale. Il faut y veiller, aussi bien en roulant la croquette dans la farine qu'au moment où on la passe dans l'œuf, parce que le liquide peut, en l'amollissant un peu, provoquer cet effet.

Il ne faut pas préparer les croquettes trop à l'avance parce que l'œuf sèche et que la croûte est ensuite moins bonne: une demi-heure d'avance, au plus; il faut avoir soin de tenir les croquettes panées au frais et dans un endroit pas trop sec.

La friture

Elle doit être assez abondante pour que les croquettes baignent bien à l'aise, et au point de chaleur où elle commence à fumer: c'est ce qu'on appelle friture chaude. En effet, les croquettes étant cuites à l'intérieur ont besoin seulement d'être saisies pour que la croûte se forme très vite, tandis que l'intérieur reste bien humide.

En jetant gros comme une noisette de mie de pain dans la friture, vous devez la voir entourée d'un bouillonnement prononcé. C'est alors le moment d'y plonger les croquettes, en les faisant glisser doucement. Avec l'écumoire en fil de fer étamé, retournez-les à mesure qu'elles jaunissent, et ne les laissez pas trop colorer foncé.

Au bout de 2 à 3 minutes, elles doivent avoir la croûte dorée. Retirez-les à mesure qu'elles jaunissent, et posez-les sur un vieux linge bien propre pour les égoutter, ou à défaut un papier léger.

Pour servir

Dressez-les sur un plat garni d'une serviette, et servez-les ainsi comme hors-d'œuvre chaud. Si vous voulez leur donner plus d'importance, il faut ajouter une sauce quelconque, servie à part, en saucière: Périgueux, Soubise, tomate, etc.

LA VIEILLE CATHERINE.



Filets de Sole en paupiettes

Cours de M. A. Colombié

Compte rendu spécial du "Pot-au-Feu"

MESDAMES,

Les filets de sole en paupiettes, que l'on sert sous des noms aussi ronflants que variés, constituent un mets de luxe, fort délicat, pouvant très bien remplacer une timbale dans un dîner de cérémonie. Nous nous contenterons, comme garniture, de champignons et de quelques quenelles faites avec une partie de la farce de poisson dont nous garnirons les filets. On peut y ajouter des queues d'écrevisses, des crevettes et des lames de truffe. De même, il est loisible de remplacer la sauce au vin blanc que nous indiquerons par une sauce au beurre de crevettes ou d'écrevisses.

La préparation, assez longue, est, en somme, facile. En outre, on peut tout faire d'avance, le matin pour le soir, de façon à n'avoir plus qu'à cuire les paupiettes et à préparer la sauce une vingtaine de minutes avant de servir.

Proportions

Pour 8 personnes :

POUR LES PAUPIETTES ET LEUR CUISSON
2 soles d'environ 350 grammes chacune;
2 décilitres d'eau;

1 décil. 1/2 de vin blanc;
1 bouquet garni (persil, thym, laurier.

POUR LA FARCE

125 grammes net de chair de merlan, soit un merlan d'environ 250 grammes ou deux merlans moyens;

130 grammes de beurre;

60 — de farine;

1 bel œuf.

POUR LA GARNITURE

125 gr. de champignons;

10 — de beurre;

3 cuillerées d'eau et autant de vin blanc.

POUR LA SAUCE

15 gr. de farine;

80 — de beurre;

1 jaune d'œuf;

2 décilitres de la cuisson des soles et des champignons.

POUR L'ENSEMBLE

Sel, poivre, muscade;

1/2 citron.

La panade

Je commence par préparer la panade pour la farce, afin de la laisser refroidir pendant que je m'occuperai du poisson.

Je mets dans une petite casserole 30 gr. de beurre, 3 cuillerées d'eau ou de lait, je chauffe lentement pour que le beurre fonde bien. A l'ébullition, je retire du feu, j'ajoute 60 grammes de farine d'un seul coup; je mélange et je remets un instant sur le feu, triturant vigoureusement jusqu'à ce que la pâte soit bien unie et un peu sèche.

J'étale la panade sur un plat où je la laisse refroidir jusqu'au moment de l'employer.

Les filets

Maintenant, je lève les filets des soles et du merlan afin de pouvoir commencer tout de suite le bouillon de poisson.

Après avoir levé les filets des soles que j'ai dû d'abord écorcher, je pare le tour de façon à les avoir réguliers, je les cisèle légèrement et je les laisse étendus sur la table jusqu'au moment de les farcir.

Quant aux filets de merlan, c'est seulement après les avoir détachés que j'enlève la peau. Pour cela, je pose les filets la peau touchant la table et, insinuant le couteau, je le fais glisser tout du long.

Le bouillon de poisson

Je mets dans une casserole toutes les arêtes et parures avec 2 décilitres d'eau et 1 décilitre et demi de vin blanc. J'ajoute une brindille de thym, un quart de feuille de laurier, quelques grains de poivre, 1 cuillerée à café de jus de citron, et deux ou trois branches de persil. Je couvre la casserole et je laisse mijoter pendant une demi-heure. Il faut surveiller attentivement, car le liquide a tendance à monter comme du lait.

Au bout de ce temps, je retire du feu, je passe et je mets de côté. Ce bouillon servira pour pocher les filets, puis pour préparer la sauce.

La farce

Pendant ce temps, je prépare la farce. Je pile la chair du merlan avec une pincée de gros sel qui facilite le déchirement. Il faut piler ferme, au moins une dizaine de minutes, pour obtenir une purée très fine. J'ajoute alors la panade, puis un œuf entier, et je continue à piler pour bien amalgamer, en assaisonnant de sel, poivre, muscade. Enfin, j'ajoute le reste du beurre non fondu, soit 100 gr., et je mêle bien.

La farce doit être alors à l'état de purée très fine, assez épaisse; je la passe au tamis métallique pour la rendre encore plus fine. Autant que possible, je la laisse raffermir au frais, pendant une demi-heure, avant de garnir les filets de sole.

Les paupiettes

J'ai mes filets de sole, comme nous l'avons vu tout à l'heure, étendus sur la table, les uns à côté des autres et dans le même sens. Le côté du filet qui touchait l'arête, doit toucher maintenant la table : c'est donc le côté qui était garni de la peau qui va recevoir la farce. Si les filets étaient tournés autrement, la paupiette aurait tendance à s'ouvrir à la cuisson. Je les sale légèrement et les asperge de quelques gouttes de jus de citron et de vin blanc.

Il s'agit d'appliquer dessus une couclè de farce. On peut le faire à l'aide d'une petite cuiller, mais on opère beaucoup plus vite et plus régulièrement en employant une poche à douille (douille d'environ 1 centimètre de diamètre) ou, à défaut, un cornet en papier dont je coupe la pointe de manière à former une ouverture ayant également 1 centimètre de diamètre.

Je mets à peu près les trois quarts de la farce dans la poche ou dans le cornet; puis, pressant dessus progressivement en promenant la pointe d'un bout à l'autre de chaque filet, je fais sortir une traînée de farce couvrant tout le filet sauf une petite bande de la largeur d'une allumette le long des bords.

Je roule alors les filets sur eux-mêmes, en commençant par le bout le plus pointu. Il faut faire cela délicatement, mais c'est beaucoup plus facile qu'on ne suppose; l'enroulement se fait très bien sans que la farce s'écrase et déborde. J'ai ainsi mes paupiettes qui ont la forme d'un gros bouchon. Je les pose debout sur la table.

Maintenant, je coupe des bandes de papier de la hauteur des paupiettes et un peu plus longues que ce qu'il faut pour en faire le tour. Je les beurre fortement avec du beurre non fondu et j'en entoure cha-

que paupiette ; puis j'assujettis avec un fil légèrement serré.

Les paupiettes ainsi préparées peuvent attendre plusieurs heures. Je les tiens au frais, ainsi que le reste de la farce avec lequel je ferai des quenelles au dernier moment.

Les champignons

Quelques instants avant de pocher les paupiettes, je prépare les champignons.

Je prends seulement les têtes, je les pèle, les passe à l'eau et les mets dans une petite casserole avec 3 cuillerées d'eau, autant de vin blanc, 10 gr. de beurre, une pincée de sel et quelques gouttes de jus de citron.

Je couvre et fais bouillir. Dès que l'ébullition est déclarée, je retire sur le coin du fourneau et je tiens au chaud. Au bout de 3 ou 4 minutes je puis prendre les trois quarts de la cuisson pour pocher les paupiettes.

Pour pocher les paupiettes

Un quart d'heure environ avant de servir, je prends une casserole basse ou un plat creux de dimensions convenables pour contenir les paupiettes. Je beurre le fond avec du beurre non fondu, et j'y pose les paupiettes debout. Elles ne doivent pas se toucher, mais le plat ne doit pas être trop grand, afin qu'elles baignent au moins à mi-hauteur.

Je verse dessus le bouillon de poisson, la cuisson des champignons, je couvre avec un papier beurré et je mets au four ou sur le fourneau. Je laisse bouillir tout doucement pendant 10 minutes. Je retire alors sur le coin du fourneau.

Les quenelles

Pendant que les paupiettes cuisent, je fais pocher les quenelles. Je beurre le fond d'une casserole basse dite « sautoir ». Je mets le reste de la farce dans la poche

à douille, et je fais sortir des petits bouts de pâte sur le fond de la casserole. Je puis les faire assez rapprochés les uns des autres, se touchant presque.

Quand cela est fait, je verse dans la casserole un litre d'eau bouillante légèrement salée, je fais reprendre l'ébullition, puis je couvre et retire la casserole sur le coin du fourneau pour que l'ébullition cesse. Au bout de 10 minutes les quenelles sont cuites et nagent.

La sauce

Il ne reste plus qu'à préparer la sauce.

Je fais fondre dans une casserole 30 grammes de beurre que j'amalgame avec 15 gr. de farine sans laisser prendre couleur. Je mouille avec 2 décilitres de la cuisson des paupiettes et je chauffe jusqu'à ébullition, en fouettant.

Je délaie un beau jaune d'œuf dans un bol, avec gros comme un œuf de beurre, une cuillerée de sauce et quelques gouttes de jus de citron. Quand tout est un peu trituré, je verse doucement à peu près le quart de la sauce en mêlant rapidement avec le fouet. Puis je reverse dans la casserole, je mêle, et je chauffe jusqu'à ébullition en vannant comme une crème. Je retire alors du feu et je goûte pour l'assaisonnement, puis j'ajoute le reste du beurre, soit 50 gr., que je fais fondre en agitant doucement la casserole.

Pour dresser

J'enlève le papier qui entoure les paupiettes, après avoir coupé le fil avec des ciseaux. Je les pose sur un plat bien chaud, debout, en couronne, de façon à former un puits.

Dans ce puits, je mets les quenelles bien égouttées, et les champignons, et je couvre de sauce les paupiettes et la garniture.

MAZARIN.



* Menus *

ŒUFS A LA CHRISTIANIA
BLANQUETTE DE VEAU
ROSBIF FROID ET SALADE
TARTE AUX CERISES



POTAGE AUX CAROTTES GLACÉES
AU TAPIOCA-BOUILLON BOUDIER
COTELETTES DE VEAU A LA ZINGARA
CANETON ROTI
PAIN MOUSSELINE AUX TOMATES
COMPOTE DE FRUITS FRAIS

ŒUFS BROUILLÉS AUX TOMATES
NAVARIN JARDINIÈRE
FRICANDEAUX NIMOIS
FROMAGE A LA CRÈME AUX FRAISES



POTAGE SAINT-GERMAIN
PETITS SOUFFLÉS DE CREVETTES
LANGUE DE BŒUF A LA DEMIDOFF
POULET ROTI
PETITS POIS A LA PARISIENNE
PUDDING AUX CERISES A L'ANGLAISE

OMELETTE AUX HARICOTS VERTS
MOULES A LA MARINIÈRE
GATEAU DE POMMES DE TERRE
CHARLOTTE RUSSE



POTAGE AUX HERBES
TOURTE PÉRIGOURDINE
HARICOTS VERTS A L'ANGLAISE
CARPE A L'ALSACIENNE
CRÈME BAVAROISE A LA PURÉE DE FRAISES

FILETS DE MAQUEREUX A LA VÉNITIENNE
POULE AU POT FARCIE FROIDE
SALADE DE LÉGUMES
PUDDING ALSACIEN AUX CERISES



POTAGE A LA TOMATE
FILETS DE SOLE EN PAUPIETTES
JAMBON AUX ÉPINARDS
DINDONNEAUX ROTIS
MOUSSE DE FOIE GRAS A LA GELÉE
SALADE RUSSE
GLACE AUX FRAISES

Racahout Delangrenier
Le meilleur aliment des enfants



Sirop de Framboises

LE sirop de framboises se fait rarement pur ; on y ajoute d'ordinaire, dans la proportion d'un quart, du jus de cerises *aigres* ou de groseilles. Cette proportion de jus acide empêche le développement des germes de fermentation qui peuvent rester dans le sirop après cuisson ; en outre, elle fait assez bien ressortir le parfum de la framboise.

On peut, encore, n'employer que du jus de framboises et l'acidifier, *avant de le cuire*, avec 1 gramme d'acide citrique par litre. Le sirop, ainsi préparé est généralement plus doux, car l'acide citrique continue à produire son effet préservateur, bien que son goût ne soit guère sensible quand le sirop est terminé. L'acide citrique se trouve chez tous les pharmaciens.

Proportions

On emploiera, en conséquence, les proportions suivantes :

3/4 litre de jus de framboises ;
1/4 — de jus de groseilles ou de cerises aigres ;

1 kilo 800 grammes de sucre.

Ou bien :

1 litre de framboises ;
1 kilo 800 grammes de sucre ;

1 gramme d'acide citrique.

Ces proportions s'entendent du jus mesuré quand il est clarifié.

4 livres de framboises ou de groseilles fournissent, en moyenne, 1 litre de jus tiré à clair.

La clarification

Il est essentiel, avant tout, d'obtenir un jus de fruits bien clair.

Les fruits contiennent à leur surface des levures spéciales. Ces levures, ainsi que les matières mucilagineuses qui se trouvent en suspension dans un jus de fruits au moment où on vient de les presser, sont très fermentescibles. Il faut donc en débarrasser le sirop pour assurer sa conservation.

Il faut encore enlever la *matière pectique* contenue dans le jus de certains fruits et qui le fait prendre en gelée quand on le cuit.

Pour obtenir ce résultat, on laisse le jus fermenter à l'air libre de la façon suivante.

La fermentation

Pressez les framboises — et les groseilles, si vous en mettez — dans un torchon dit « étamine », de façon à en extraire le plus de jus possible.

Recueillez ce jus dans une terrine. Gardez-vous bien de le recueillir dans un vase en métal : le jus noircirait et se décomposerait.

Recouvrez ensuite la terrine avec un linge, pour empêcher les poussières d'y tomber, et laissez-la à la température ordinaire.

Les matières en suspension dans le jus se coagulent peu à peu, formant à la surface une couche épaisse d'écume. Ce dépouillement se fait plus ou moins vite, suivant la température, la maturité des fruits et la quantité de jus ; mais on peut compter sur la moyenne de 24 heures. On reconnaît qu'il est suffisant quand, sous la

couche d'écume, le jus est bien clair.

Enlevez alors cette écume avec l'écumoire en cuivre non étamé ou avec une cuiller d'argent. Puis, pour achever de clarifier le jus, passez-le rapidement à travers une étamine très fine, en le laissant couler naturellement, sans presser.

La cuisson

L'emploi du sucre cristallisé présente plus de sécurité.

Comme nous l'avons déjà fait observer, le sucre raffiné contient très souvent une certaine proportion de bleu d'outre-mer destinée à masquer la teinte jaune que laisse un raffinage imparfait. Or, cet outre-mer, en présence de l'acide des fruits, produit de l'hydrogène sulfuré qui communique au sucre le goût d'œufs pourris.

Mettez le sucre dans la bassine en cuivre et versez-y le jus de fruits. Ne vous effrayez point de la proportion de sucre qui vous paraîtra peut-être énorme.

Chauffez à feu modéré, en remuant de temps à autre avec l'écumoire de cuivre.

Au bout de 7 ou 8 minutes, généralement, le sucre est fondu. Laissez alors bouillir, en surveillant attentivement le moment où l'écume sera assez épaisse pour être enlevée facilement. Recueillez-la vivement et avec soin, de manière à ne pas emporter avec elle une trop grande quantité de jus. Il est même bon de la poser sur un tamis de crin placé au-dessus d'un plat dans lequel coulera le jus qu'elle contient, et que vous pourrez reverser dans la bassine.

Il importe d'aller vite, car le degré du sucre monte rapidement, et le degré nécessaire est souvent atteint après 5 ou 6 minutes d'ébullition.

Le pèse-sirop

Il est indispensable, si l'on veut opérer à coup sûr d'employer le pèse-sirop.

Ayez donc près de vous une éprouvette, sorte de grand tube en verre que l'on vend pour cet usage. Avec une cuiller d'argent, remplissez-la de sirop bouillant et plongez-y aussitôt le pèse-sirop — qui ne cassera pas. Le sirop doit marquer 32 *degrés Beaumé*. Au-dessous de 31 degrés, il ne se conserve pas ; au-dessus de 32 ou 33, l'excès de sucre peut favoriser la fermentation. C'est donc une grave erreur de croire qu'en cuisant davantage le sirop, il se conserve mieux.

On se tiendra dès lors aussi près que possible de 32 degrés ; en remarquant que, pendant que l'on pèse le sirop, celui qui est dans la bassine continue à cuire si on ne le retire pas du feu.

Pour mettre en bouteilles

Dès que le sirop est à point, retirez la bassine du feu, videz-la dans une terrine que vous couvrez bien, et laissez refroidir. On croit, en effet, avoir remarqué que si on remplit les bouteilles de sirop avant que celui-ci soit refroidi, il est sujet à fermenter. On n'a pas bien donné jusqu'ici la raison de ce phénomène.

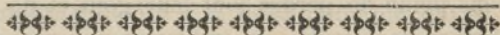
Il semble qu'on peut l'expliquer ainsi : il reste souvent dans le sirop des matières albuminoïdes qui se déposent au fond, comme la lie du vin. Ces matières favorisent la fermentation. En laissant reposer le sirop avant de le mettre en bouteilles, ces matières se déposent et on ne les verse point dans les bouteilles.

Le sirop étant refroidi, filtrez-le en le versant dans un entonnoir garni de papier à filtrer, et en ayant soin de ne pas verser le fond. Mettez ensuite le sirop dans des bouteilles bien propres, préalablement passées à l'eau bouillante, et remplissez-le de façon à ne pas laisser plus d'un centimètre de vide entre le liquide et le bouchon.

Enfin, choisissez d'*excellents* bouchons, sans trous, que vous aurez passés 5 minutes dans l'eau bouillante pour les stériliser. Bouchez bien et cachez à la cire.

Conservez les bouteilles couchées dans un endroit sec et frais, à la cave de préférence. La fermentation est favorisée par l'élévation de la température, et l'humidité peut amener la moisissure.

MAZARIN.



LA PROPORTION DU SUCRE

DANS LES CONFITURES ET LES SIROPS

LA plupart des personnes qui préparent des confitures ou des sirops de fruits se préoccupent surtout de la proportion de sucre. Les unes, par exemple, sont fort perplexes de savoir si l'on doit faire la gelée de groseilles « livre pour livre », ou s'il suffit de trois quarts de sucre par livre ; d'autres trouvent ruineux d'employer plus d'un kilo de sucre par litre de jus de fruits pour faire du sirop.

Or, c'est un point sur lequel nous ne saurions trop insister : en matière de sirops ou de confitures, la proportion du sucre n'a, en quelque sorte, aucune importance : on n'économise absolument rien en la diminuant.

Les confitures et les sirops doivent, en effet, pour se conserver, être amenés à 32 degrés Beaumé.

Si l'on fait cuire 1 litre de jus avec 3 livres de sucre, on arrivera au degré voulu en cinq ou six minutes, et l'on n'aura presque point perdu de jus par l'évaporation. Si on n'emploie que 2 livres de sucre, il faudra cuire plus longtemps afin de concentrer le sirop en évaporant une grande quantité de jus et l'on aura finalement

moins de sirop que dans le cas précédent.

Le second sirop reviendra ainsi au même prix que le premier ; il reviendra même plus cher, puisqu'on aura perdu tout le jus de fruits qu'on aura dû évaporer.

On peut, il est vrai, pour les confitures, varier un peu la proportion de sucre suivant la nature des fruits, qui n'exigent pas tous le même temps de cuisson. Ainsi, les fraises devant cuire très rapidement, sous peine de perdre tout leur goût et de tomber en bouillie, on emploiera une proportion de sucre permettant de les amener le plus vite possible au degré voulu. Avec les abricots, qui sont plus longs à cuire, on pourra, s'ils ne sont pas trop acides, diminuer un peu le sucre pour éviter que le degré se trouve trop dépassé quand les abricots sont assez cuits.

Mais, encore une fois, un pot de confitures ou un litre de sirop doit toujours contenir finalement la même proportion de sucre. C'est donc une absurdité de diminuer la proportion de sucre que l'on met dans la bassine, dans la pensée de faire une économie.

M.



POULETS EN GELEE

PRIX

FR.

Poulet moyen, pour 5 ou 6 personnes... 5 50
Poulet extra, pour 6 à 8 personnes.... 7 50

Ajouter le coût du colis postal en gare ou à domicile et 30 cent. pour emballage.

Nota. — La boîte moyenne pèse environ 1 kil. 500 ; la boîte extra, 2 kilos.

Ces poulets se gardent très bien plusieurs mois dans leur boîte de fer blanc.

Pour avoir la gelée plus ferme, faire tremper la boîte dans l'eau fraîche une heure ou deux avant de l'ouvrir.



LA SALADE

Un jour, lorsque j'étais étudiant, je me souviens d'avoir, dans un examen d'hygiène, entendu le regretté professeur Ball poser la question suivante à un de mes camarades :

« Qu'y a-t-il de nutritif dans la salade ? »

La question embarrassant le pauvre candidat, le brave Ball lança cette boutade : « Eh ! monsieur, il n'y a de nutritif que le pain que l'on mange avec. »

L'auditoire sourit. Il y avait de quoi, car le piège avait réussi.

Et cependant ? Est-il bien exact que le pain seul que l'on mange avec la salade soit la seule matière qui contribue à la nutrition générale, et ne doit-on pas tenir compte de la salade elle-même en tant qu'herbage et surtout des condiments ? Je crois qu'il faut faire une certaine part à ces deux choses.

Moindre à coup sûr, pour la première, car les végétaux verts sont très pauvres en suc nutritifs. On y trouve bien du glucose, et même des matières albuminoïdes ; mais, ces dernières surtout, en très faible quantité et d'une élaboration digestive très difficile. Il suffit, pour s'en rendre compte, de comparer les rapports de la longueur du tube digestif au corps chez les animaux carnivores et chez les herbivores. Ce rapport, de 3 chez le lion, est de 28 à 32 chez le mouton. Preuve que les végétaux sont d'une digestion beaucoup plus lente et plus difficile que les aliments animaux.

Quant aux condiments habituels de la salade, il est incontestable que leur rôle est assez important comme valeur alimentaire

L'huile, par exemple, comme tout corps gras, a une valeur nutritive des plus importantes, peut-être aussi grande que celle du beurre, mais elle est moins digestible. Le vinaigre joue également un rôle par son acidité qui excite la sécrétion des sucs de l'estomac et de l'intestin.

On ne doit point oublier, non plus, les essences particulières qui existent dans la plupart des salades. Tout le monde a entendu parler des propriétés dépuratives et antiscorbutiques extraordinaires attribuées au cresson. Sans chercher ce qu'il y a de vrai dans ces affirmations, il est indéniable que le cresson possède une essence quelconque digestive et excitante comme semble, du reste, l'indiquer son nom botanique : *nasturtium*, de *nasus*, *tortus*, nez tordu, picoté, par la saveur piquante qu'il dégage. Les graines du céleri sauvage étaient autrefois utilisées contre les indigestions comme excitantes et carminatives. Les feuilles du céleri à côtes participent également de cette propriété, quoique à un degré inférieur. La laitue pommée et la laitue romaine, quand on les laisse monter, contiennent un suc légèrement narcotique et calmant. Le pissenlit vulgaire, d'après quelques auteurs, posséderait dans ses feuilles non seulement des propriétés nutritives mais même des vertus toniques. Enfin, n'oublions pas le genre chicorée, dont les nombreuses espèces, la chicorée sauvage, la barbe de capucin, la scarole et l'endive, méritent d'être considérées comme alimentaires.

Nous voilà donc singulièrement loin de l'attestation de Ball. Cependant, étant donnée la faible valeur alimentaire de la salade à côté des mets qu'elle accompagne au cours du repas, on peut, d'une façon générale, admettre sa théorie. Evidemment, la salade aide peu la nutrition d'une façon directe. Quel est donc son vrai rôle dans le repas ?



Je n'ai jamais vu cette question tranchée d'une façon catégorique. Me fondant donc sur ce que j'ai dit plus haut, je dirai que la

salade a un double rôle : excitant de la digestion et laxatif.

Elle excite la digestion par l'apport des acides : acide acétique du vinaigre et acides nombreux des végétaux qui la constituent. Au moment où on la mange, l'estomac est déjà las sous l'accumulation des aliments, la plupart alcalins ; son avidité est épuisée temporairement ; ces acides, irritant légèrement sa surface, excitent sa sécrétion pour le moment insuffisante, et ajoutent par leur propre présence à la lutte chimique qui se fait contre l'alcalinité.

Nous avons parlé des essences diverses des plantes constituant nos salades. Ces essences sont toutes apéritives et digestives, et leur effet, s'ajoutant à celui des acides, se poursuit même dans l'intestin.

La salade a, en outre, une qualité bien précieuse ; c'est un laxatif naturel. J'ai déjà dit combien peu directement alimentaire elle était. C'est qu'en effet la gangue, la charpente qui soutient dans la contexture de la plante la partie alimentaire, est, par rapport à celle-ci, dans une proportion considérable. Or, cette gangue, cette charpente, formant corps étranger, doit être éliminée et chassée de l'intestin. Qui n'a entendu parler de ces fameuses « pilules perpétuelles » du siècle dernier, composées exclusivement de métaux inattaquables aux liquides digestifs. Eh bien ! la charpente de la plante constituant la salade forme un véritable corps étranger destiné à être éliminé comme ces pilules.

De tout cela il ressort que la salade est excellente pour les personnes à appétit paresseux à digestions lourdes, et aussi pour les anémiques, les chlorotiques et les constipés, pourvu qu'on sache bien s'inspirer de la réelle valeur de son rôle qui, après tout, est secondaire. Evidemment, une personne qui se contentera de manger un peu de salade aux repas, sans l'accompagner d'une nourriture suffisante et plus solide, ne fera que se délabrer l'estomac, et, par l'irritation continue de cet organe, amènera l'atrophie de ses glandes.

Un mot pour finir. La salade étant mangée crue — c'est la seule que j'ai visée — apporte sur elle tous les germes qui y ont été déposés pendant sa croissance. Or, il arrive souvent que les maraîchers versent sur les jeunes plants des gadoues, afin de les faire prospérer plus rapidement. Il en résulte souvent des accidents sérieux, comme celui signalé en 1897 à l'Académie de Médecine par M. le médecin principal Guéehwind, de l'hôpital militaire de Bayonne : cinq sous-officiers du 49^e de ligne, frappés de fièvre typhoïde à la suite d'absorption de salade, sur les débris de laquelle il fut possible de découvrir le bacille d'Eberht-Gaffky. Ce qui démontre combien il est important de bien laver la salade.

D^r E. DARBOUET.

CONSERVATION DES FORCES

La dépense incessante de l'énergie vitale n'est pas seulement réparée par l'alimentation qui agit à la manière du charbon ; il est surtout indispensable de conserver la souplesse et l'intégrité de nos organes, de les entretenir en parfait état, de maintenir leur résistance. C'est ce rôle d'excitateur et de protecteur que remplit à merveille le Vin Mariani. Lorsque l'usure de nos rouages amoindrit ou paralyse leur activité, le tonique Mariani les restaure, les régénère, et tout en épargnant leur fatigue, augmente leur ressort. Les effets dynamogéniques du Vin Mariani sont donc progressifs et constants. De là son influence à la fois conservatrice et stimulante, avec un bénéfice chaque jour accru de santé et de force.



ALIMENT DES ENFANTS



Cabines de Plages

Peur de stations en plein air réclament aussi impérieusement que la plage un asile contre les inégalités de la température. A la mer, rares sont les après-midi où le soleil soit assez réservé pour réchauffer sans brûler, où la lumière soit assez discrète pour éclairer sans fatiguer la vue ; heureux encore, si, par un brusque revirement, la brise, d'abord douce et calme, ne devient pas tout à coup un vent cinglant, décoiffant, aveuglant.

Ces jours-là, falaises escarpées des plages de galets, hautes dunes des plages de sable, seront aussi insuffisantes les unes que les autres, pour abriter les promeneurs que l'hygiène aura mis hors de chez eux et qui, de gré ou de résignation, iront alors se réfugier au Casino. Derrière la baie vitrée seulement chacun reprendra son aplomb et sa respiration et pourra jouir enfin, et sans être forcé de tenir à deux mains sa robe ou son chapeau, de la vue de la mer.

Bien que les petits trous pas chers soient devenus introuvables, il reste sur les côtes de notre belle France quelques coins retirés et charmants où les casinos n'ont point encore trouvé place. Ici, les quatre toilettes par jour sont remplacées par une précieuse liberté d'allures ; les petits chevaux, par des parties de croquet ou de ten-

nis en petit comité ; les cent pas sur la terrasse, par une saine promenade sur la grève ou dans les champs ; et, dans ces paisibles retraites, le temps n'étant pas forcément plus favorable que dans les bains de mer en vogue, au banal salon appartenant à tout le monde où l'on se retire quand la bise souffle trop fort, est substituée la cabine de plage. Il va de soi que celle-ci n'a rien de commun et ne remplace nullement la cabine de bain, bien qu'elle soit de construction presque aussi primitive : une douzaine de planches adossées à la dune ou à la falaise, à volonté une fenêtre ou non selon le prix à consacrer à cette cabine, une porte à deux battants dont les parties plus ou moins ouvertes donneront une ombre qui permettra aux enfants de jouer sur le sable même, et nous voilà propriétaires d'une de ces petites bâtisses.

L'extérieur est primitif ; en revanche, l'intérieur de ces façons de roulotte n'est pas dépourvu d'une certaine coquetterie : tout est prévu pour y pouvoir passer confortablement et agréablement plusieurs heures de suite, aussi bien entre soi qu'avec des amis.

Les parois et les plafonds de notre maisonnette sollicitent de prime abord un moment d'attention : les tendre de nattes, de cretonne d'andrinople de toile bise bordée d'une bande de nuance vive, est fort joli, à moins qu'il n'ait été fait choix pour la construction de bois vernissé qui ne demande pas à être dissimulé. Un canapé, des sièges d'osier capitonnés de coussins assortis à la tenture y font merveille. Au centre une table, de préférence à deux étages, où petits et grands déposeront livres et ouvrages.

Si l'espace ne vous fait pas défaut, meublez votre cabine de quelque buffet breton ou normand : vous y rangerez tricots et broderies, images et jouets, ainsi qu'un plumé et un petit balai, car, chaque jour, il faut faire le ménage et se débarrasser du sable apporté par le vent et par de petits pieds peu soigneux. Sur une étagère, quelques livres faciles à lire, dialogues dans le goût du jour, courtes nouvelles, théâtre

amusant, tout ce qui se prend pour un instant et s'abandonne aisément.

Nous sommes devenues tellement américaines que le thé fait désormais partie du programme de nos journées. Une planche de notre armoire sera donc réservée aux accessoires requis pour le préparer, avec la boîte de pâtisseries sèches qu'il serait fastidieux d'apporter chaque jour.

Une glace de bonne dimension est indispensable ; il faut penser non seulement aux baigneuses qui ne seront pas fâchées de rétablir l'harmonie de leur toilette avec d'autres ressources que celles de leur cabine, mais aux simples promeneuses dont la coiffure aura été dérangée par le seul fait d'une journée en plein air et qui aimeront à s'assurer de la pose de leur chapeau avant de rentrer chez elles.

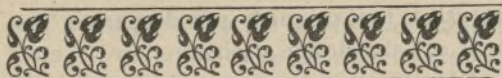
Un porte-manteau pour suspendre les vêtements sans lesquels on ne passe guère de journée à la plage, un tube pour les cannes et les ombrelles, seront également utiles.

D'être si pratiques ne doit cependant pas nous faire perdre de vue le plaisir des yeux ; puisque notre cabane est par moments le salon où nous recevons une visite, il nous faut la décorer d'une affiche artistique, d'un crayon, d'un fusain ; suspendre au plafond, et en guise de lustre, un parasol ou une lanterne japonaise ; accrocher au-dessus de la porte une touffe de feuillage ou de ces gros chardons bleu pâle chantés par les poètes, et qui poussent dans les dunes même ; en un mot parer sans encombrer.

Et cette fragile installation, en assurant un abri contre une bourrasque ou une averse, fournira un agréable prétexte pour retarder le moment, toujours trop vite venu, de quitter le bord de la mer, où les journées d'automne ne sont pas les moins belles.

E. K.

FOURNEAUX DE CUISINE
BRIFFAULT, 74, avenue Parmentier, Paris
Demandez le catalogue.



CHIFFONS

La mode, pour les en-cas : de longs manches droits en bois foncé brillant et jaspé comme de l'écaille, cerclés de cinq ou sept bagues dorées, ou bien encore entourés d'un léger croisillon Louis XVI. Imaginez un petit ruban doré pas même aussi large qu'un ruban comète, entrelacé tout le long du manche, de façon à se croiser régulièrement sur lui même en figurant des losanges ; et chaque croisement du ruban est marqué par un nœud lilliputien, avec ses coques et ses pans ; il faut prendre son lorgnon pour bien voir le nœud, tant c'est petit et délicat.

Avec cela, du taffetas foncé, et, au bord, plusieurs rangs de petits plis lingerie ; ou, encore, des lignes de piqures à la machine. Cependant, bien que les piqures à la machine soient, pour les robes et les chapeaux très « grande maison » depuis quelque temps, il me semble que les petits plis sont plus soignés et garnissent mieux.

Pour les ombrelles, beaucoup de blanc, presque exclusivement, même : du taffetas, de la moire, du pékin ; peu de garnitures, pas de grands volants retombants, ni de fanfreluches, mais un petit bord de guipure incrustée, un étroit ruchon de mousseline de soie, ou bien un mignon volant tout court haut de deux doigts, ourlé d'un picot ; ou tout simplement encore les petits plis de lingerie comme aux en-cas. Point de pompons au manche, et à la place de l'élastique, le large anneau en cordonnet attaché à une ganse. Au résumé, un ensemble très net et pratique. N'allez pas déduire de ceci, Mesdames, que ce soient là de petites ombrelles bon marché. On y met des poignées qui sont des bijoux véritables, entre lesquels je vous signale le cristal à sertissures d'or ciselé. Cette disposition a remplacé les incrustations qu'on a déjà beaucoup faites

également sur émail et sur pierres de fantaisie. Le relief de la ciselure protège avec plus d'efficacité le cristal contre les chutes et les heurts en lui substituant son contact immédiat, car c'est bien réellement le métal qui porte en premier. On en est, de la sorte, arrivé à faire des béquilles, serties d'une ciselure à chaque extrémité, dont la fragilité se trouve relativement fort atténuée. La boule de cristal se voit moins cette année ; l'ultime élégance, c'est la grande poignée toute droite, prolongeant la ligne du manche ainsi que pour une canne, en cristal serti d'une guirlande Louis XVI en or vert. Cette poignée doit être assez forte, à peine évasée vers la base ; on l'emmanche sur un gros jonc qui achève de lui donner tout à fait l'allure dix huitième siècle en rappelant les belles cannes de cette époque.



Pour les petites filles jusqu'à huit ou dix ans, un costume d'été bien pratique, en piqué ou en toile est celui-ci : une jupe plissée à gros plis ronds ; veste droite devant et derrière, à peine cintrée par la couture du dos, et des côtés avec un seul bouton à l'encolure et s'ouvrant largement sur une chemisette bouffante en batiste. La veste n'a ni col ni revers. La chemisette a un col rabattu, souple, garni d'un plissé, avec patte de devant encadrée d'un semblable plissé ; poignets semblables au col, se rabattant sur les manches. Cet arrangement est presque classique et n'a rien de nouveau ; pourtant on ne le voit guère que dans les maisons spéciales pour enfants, et comme tous les articles, très soignés, y sont généralement assez coûteux, ils ne tombent pas dans la banalité. Lorsque le piqué est de couleur, ou à dessins, on met une chemisette blanche. Au contraire, avec le costume tout blanc, il est plus joli, plus gai, de choisir une chemisette en batiste à dessins sur fond blanc, ou ton sur ton ; en tous cas, pour des enfants, une étoffe à dispositions est préférable à de la batiste unie : c'est jeune, plus amusant, et moins fragile aussi.

Comme robe plus « habillée », pour fil-

lette, en lainage, en foulard ou en crêpon, j'ai noté la façon suivante : Corsage à manches longues largement décolleté sur une guimpe. Les devants très amples, croisent l'un sur l'autre dans la ceinture, sur le côté, mais le corsage agrafe au milieu du dos. Une berthe en guipure d'Irlande tourne autour du décolleté en simulant deux revers par devant ; ces revers ne descendent pas le long de la croisure ; ils sont égaux et se rejoignent juste au milieu de la poitrine à la façon d'un col plutôt. Ceinture ronde, fixée derrière sous un chou. Jupe droite, avec plusieurs rangées de petits plis, ou de ruchés de mousseline de soie, selon l'étoffe employée pour la robe.

Surtout, gardez-vous des inspirations de la mode actuelle pour introduire quelque fantaisie dans les vêtements des petites filles : volants en forme, jupes ajustées et biaisées, que sais-je encore ? Tout cela est laid autant que vulgaire.

A. DE BOURGEOISIE.

Préservez vos lainages et vos fourrures, parfumez votre linge avec la **Lavande Ambrée de Bourbon**, envoyée franco aux lectrices du *Pot-au-Feu* en boîtes 500 gr. 3 fr. 50 ; 250 gr., 2 fr. ; 125 gr. 1 fr. 25, et en sachets 0 fr. 75, 8 fr. la douz. pour parfumer les armoires à linge. — Chez HENRY à la Pensée, 5, faubourg St-Honoré, Paris.



A partir
du 15 juillet prochain
les bureaux du
POT-AU-FEU
seront transférés
14, rue Duphot.



COURRIER

Villa de Montagne meublée à louer. Près sapins. S'ad. M. Bourdin, 4, rue du Lycée, Dijon.

G. B. — Verjus : remplir une bouteille de raisin non mûr, boucher solidement, exposer un mois au soleil. — Bisque d'écrevisses : recette parue.

Athènes. — C'est une spécialité de préparation assez compliquée et dont les détails ne sont pas connus.

P. D. — Canard faubonne : faire dorer avec une mirepoix de légumes, mouiller avec environ 3 décil. vin et bouillon, et faire mijoter jusqu'à réduction à demi-glace. — Beignets à la moelle : faire dégorger la moelle à l'eau froide : couper en rondelles, et frire après avoir panné ou trempé dans de la pâte à friture ou de la pâte à beignets soufflés.

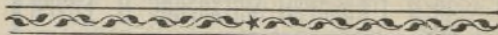
L. V. — Vous pouvez employer la rhubarbe en tartes et compotes.

C. M. Bellevue. — Nous comptons traiter longuement cette question incessamment.

Vanves. — Confiture d'abricots : 375 gr. sucre par livre de fruits pesés sans noyaux. Alternier dans une terrine des couches de sucre et d'abricots coupés en deux, laisser macérer 24 heures. Cuire à petit feu, retirer les abricots et ramener le sirop à 32 degrés Beaumé.

Calvados — Biscuits à la cuiller : 125 farine, 125 sucre semoule, 6 œufs. Battre jaunes et sucre, ajouter les blancs montés et la farine, dresser sur plaque, saupoudrer de sucre glace. Four doux.

D. — Gelée de fraises : 1 kilo fraises, 500 gr. groseilles, 200 framboises ; préparer comme la gelée de groseilles.



VELOUTINE Poudre de Riz Spéciale
préparée au Bismuth.
CH. FAY Hygiénique, Adhérente, Invisible.
inventeur, 9, Rue de la Paix, Paris.

BUREAU DE L'ASSOMPTION

45, rue Boissy-d'Anglas, coin du boulevard Malesherbes
(précédemment, 36, boulevard Malesherbes)

Directrice : **M^{me} MORLAND**

Les maîtresses de maison sont assurées de trouver dans ce bureau des domestiques recommandables.

Le bureau de l'Assomption s'occupe aussi du placement des institutrices et gouvernantes étrangères.

JUILLET GASTRONOMIQUE

POISSON

Le saumon arrive enfin aux prix doux. Saumons entiers de 2 à 3 kilos : 6 fr. à 6 fr. 50 le kilo ; au-dessus de ce poids : 7 fr. à 7 fr. 50. Le saumon coupé se tient toujours entre 8 fr. et 8 fr. 50.

La truite saumonée varie de 6 fr. à 7 fr. 50 le kilo. Les plus petites pèsent environ 1 kilo.

Petite truite de rivière : 8 à 9 francs le kilo. La sole est chère : 5 fr. 50 à 6 francs le kilo ; les hôtels des villes d'eaux l'accaparent, et elle ne va guère diminuer avant l'automne.

Le bar et le mulot arrivent toujours fort irrégulièrement : de 4 fr. à 5 fr. 50 le kilo.

Turbot et barbut : 3 fr. 75 à 4 fr. 50 le kilo ; les petites pièces sont plus chères que les grosses.

Le rouget barbet n'est pas cher : 4 fr. 25 à 4 fr. 50 le kilo.

La saison du maquereau s'avance mais va durer encore quelque temps : 70 et 80 centimes.

Merlans : 2 francs à 2 fr. 50 le kilo.

La saison de l'aloise est à peu près finie. D'ici quelques jours, ce poisson aura complètement disparu.

Langouste : 4 fr. 25 à 4 fr. 50 le kilo. Homard : 3 fr. 50 à 4 francs.

Les écrevisses sont toujours fort chères. A 20 francs le cent, elles sont très petites ; et à 30 francs, pas très grosses. Il semble que les rivières russes commencent à se dépeupler.

VOLAILLE, GIBIER & DIVERS

Nous voici au moment où les poulets nouveaux ont toutes leurs qualités.

Poussins de Hambourg : 2 fr. 50 et 2 fr. 75.

CAUSERIE DU FOYER

La soif est la plus commune des maladies de l'été.

Presque toutes les indispositions de l'été, et principalement les accès de fièvre, les accidents si complexes des fièvres intermittentes, maux de tête, courbature, insomnies, etc., les accidents du côté de l'estomac et de l'intestin, etc., sont la conséquence d'une soif immodérée, qui a fait ingérer à ceux qu'elle tourmente les boissons les moins en rapport avec la santé et le tempérament du sujet.

Il est un moyen bien simple de modérer la soif, de la rendre normale, c'est-à-dire de la réduire à la réparation des pertes subies par la transpiration et la res-

piration : c'est de boire après chaque repas un verre à bordeaux de Vin Désiles pur et, si la soif est trop ardente, entre les repas, il faut ajouter au Vin Désiles de l'eau minérale appropriée à l'état thérapeutique du patient : Mattoni, Evian, Vals, Vichy, etc.

Sous l'influence du Vin Désiles, la soif se calme, s'éteint, un sentiment de bien-être se répand dans l'organisme. C'est que le Vin Désiles, activant la circulation, apporte rapidement à tous les tissus le liquide sanguin qui leur est indispensable pour fonctionner, et combat ainsi l'action de la chaleur qui, dilatant les vaisseaux, ralentit naturellement le cours du sang et fatigue le cœur.

AMÉDÉE MOREAU.

VOTRE EAU
devient saine et agréable à boire
en la gazéifiant avec
l'Appareil Seltzogene D. Fèvre
APPAREIL SELTZOGÈNE, 2 Bouteilles. 42^{fr} »
10 CHARGES pour le gaz 1^{fr} 50
E. THESSIER, seul fab., 8, rue Castex, Paris
Maison fondée en 1835, rue Saint-Honoré, 398.

NEURALGIES MIGRAINES. - Guérison
immédiate
par les **Pilules Antinévralgiques du**
D^r CRONIER
Boîte : 3 fr. (envoi f^o). — Ph^o 23, Rue de la Monnaie, Paris.

P^r MAIGRIR PORTER PENDANT LA NUIT LA
CEINTURE ISMAEL
A BASE DE PLANTES AROMATIQUES
M^{rs} Ismael, 41, Faub. Montmartre, Paris.

Le Gérant : A. DESBOIS

LES CÉLÈBRES VERRES
ISOMÉTROPE
6 fr. la paire f^o. — Seul Dépôt à Paris :
Vérifier la Marque \$ sur chaque verre. **FISCHER, 19, Av. de l'Opéra.**

Anc^{re} Librairie **E. FLAMMARION et A. VAILLANT**
ERNEST MARTIN Succ^r
3, faubourg Saint-Honoré, 3
Téléphone 228-38

Ouvrages de Luxe, Reliures, Livres Classiques
LITTÉRATURE, DROIT ET JURISPRUDENCE,
HISTOIRE, MÉMOIRES, VOYAGES, MUSIQUE, BEAUX-ARTS,
MÉDECINE, PHILOSOPHIE
BEAUX OUVRAGES POUR CADEAUX ET ÉTRENNES
La Maison se charge de fournir les ouvrages de tous les
Éditeurs avec de très importantes remises

PARIS. — IMP. CHARLES SCHLÄPHER, 27, RUE SAINT-HONORÉ.