



## PARFAIT A LA FRAISE

Cours de M. A. Colombié

*Compte rendu spécial du "Pot-au-Feu"*

MESDAMES,

Il y a plusieurs manières de préparer les glaces désignées sous le nom de « parfait ». Nous avons jadis confectionné un parfait au moka en faisant prendre une crème ordinaire au moka à laquelle nous avons ensuite incorporé une certaine quantité de crème fouettée. Aujourd'hui nous ferons un parfait à la fraise d'après une formule plus généralement adoptée et qui consiste à former une crème en battant d'abord des jaunes d'œuf simplement avec du sucre et un peu d'eau. On obtient ainsi une glace plus légère, plus moelleuse et beaucoup moins froide que les glaces ayant pour base une crème ordinaire ou un sirop de fruits. Ce procédé est plus délicat; mais, d'autre part, il n'y a pas à travailler la crème dans la sorbetière, on la verse directement dans un moule que l'on met dans la glace où on la laisse prendre toute seule.

### Proportions

Pour un moule d'une contenance d'environ 1 litre 1/2 convenant pour 12 à 15 personnes :

- 200 gr. de sucre semoule;
- 6 beaux jaunes d'œuf;
- 1 décilitre de vin blanc;
- 2 décilitres d'eau;
- 1/4 de litre de crème à fouetter;

250 gr. de fraises;

Une très faible pincée de zeste de citron.

### La crème

J'ai dit de « beaux » jaunes. S'il sont petits, les proportions se trouvent notablement changées, la glace sera plus lourde et plus froide.

Il est à peu près indispensable, pour bien réussir, d'employer une bassine sphérique en cuivre, qui doit, d'ailleurs, figurer dans toute cuisine bien organisée. Car, outre qu'il faut battre les œufs sur le feu jusqu'à ébullition, la forme sphérique se prête mieux au travail des œufs qu'une terrine où l'on promène moins facilement le fouet dans les angles; elle assure un chauffage plus régulier et un refroidissement plus rapide.

Je mets donc dans la bassine les jaunes et le sucre, et je bats avec le fouet jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse. C'est l'affaire de 5 ou 6 minutes. J'ajoute alors le vin blanc et l'eau, et une petite pincée de zeste de citron râpé. Je mets la bassine sur le feu, et je tourne sans discontinuer la crème avec le fouet. Je laisse l'ébullition se déclarer franchement. Il ne suffit pas que la crème bouille sur les bords; le milieu doit bouillir aussi. Sans cela, la crème ne se lie pas et elle sera moins légère. Mais il ne faut pas prolonger au-delà de l'ébullition franchement déclarée.

Je retire aussitôt la bassine du feu, je la plonge dans l'eau froide et je continue à tourner la crème avec le fouet pour la refroidir et la rendre mousseuse. Il est bon



de renouveler l'eau froide pour aller plus vite. La crème doit être amenée à peu près à consistance d'une pâte de gênoise, c'est-à-dire rester assez coulante, très légère et mousseuse. La crème, à ce point, peut attendre au frais une heure ou deux sans inconvénient.

#### **Les fraises et la crème**

Mais il ne faut ajouter les fraises et la crème fouettée qu'au moment de la glacer

Je prends des fraises bien parfumées, et, après les avoir lavées et essorées sur un linge, je les écrase sur le tamis de crin. J'attends pour ajouter la purée aux œufs que la crème fouettée soit prête; car si j'ajoutais la purée de fraises longtemps avant la crème fouettée, la mousse se décomposerait. Il est essentiel d'avoir d'excellente crème, bien fraîche, sans le moindre goût aigre.

Donc, la crème étant fouettée, j'ajoute la purée de fraises aux œufs, par cuillerées, en mélangeant légèrement à chaque cuillerée. J'ajoute ensuite la crème fouettée que je mêle avec la spatule, en coupant la crème et en ramenant dessus celle du dessous. La crème doit aussitôt être versée dans le moule qui a dû être préparé d'avance.

#### **Le moule**

J'emploie un moule conique uni. Un moule cannelé ne peut pas être garni du papier nécessaire pour démouler sans tremper le moule dans l'eau tiède, ce que l'on doit éviter avec une crème aussi délicate.

Je coupe deux ou trois bandes de papier souple et résistant. Le papier d'office est trop épais; il faut du papier écolier mince et souple. Je mets un peu de beurre sur chaque bande, que je fixe contre la paroi du moule, de façon à habiller celui-ci complètement, les bandes chevaillant légèrement l'une sur l'autre.

#### **Pour sangler**

Il faut « sangler » le moule, c'est-à-dire l'incruster dans la glace, avant d'y verser la crème, afin que le papier, bien refroidi, ne s'imbibe pas de crème.

Le sanglage doit être fait très minutieusement. Il faut 4 à 5 kilos de glace et 800 à 900 grammes de sel. Je casse la glace en morceaux de la grosseur d'un petit œuf, et j'en mets une couche de deux doigts d'épaisseur au fond d'un seau de bois. Je saupoudre de sel. Je pose dessus le moule avec son couvercle et garni de papier, comme je viens de l'indiquer; puis je remplis l'espace vide de trois couches de glace séparées par trois couches de sel. Bien entendu, il ne faut pas dépasser le moule, car, en enlevant son couvercle, on pourrait y faire tomber du sel.

J'ouvre alors le moule, j'y verse la crème qui doit, autant que possible, arriver jusqu'au bord. Sinon le parfait peut s'affaisser au démoulage. En tout cas, si le moule n'est pas plein, il est indispensable de rogner le papier au ras de la crème; sans cela, en démoulant, le papier qui dépasse s'aplatit sous le parfait et il devient difficile de l'enlever sans déformer le parfait.

Je couvre le moule d'un disque de papier un peu plus large que le moule, et j'applique le couvercle, emprisonnant entre le moule et le couvercle le bord du papier. J'obtiens ainsi une fermeture hermétique qui empêche l'eau salée de pénétrer dans le moule.

Je couvre maintenant le couvercle du moule avec de la glace et du sel, je pose dessus un linge mouillé et je mets au frais.

Il faut laisser ainsi au moins 2 heures. Au bout de ce temps le parfait doit être pris; on peut d'ailleurs s'en assurer en ouvrant le moule.

Si le parfait n'est pas pris ou si, étant



pris, il ne doit pas être servi immédiatement, il faut faire couler l'eau du seau et la remplacer par de nouvelle glace et du sel. Le parfait peut alors attendre encore une heure. Au bout de ce temps, si on ne le resangle pas, il fond ; si on le resangle, il durcit.

#### Pour démouler

Pour démouler, après avoir lavé le moule à l'eau froide (à cause du sel) et l'avoir bien essuyé, je passe un couteau à lame fine entre le papier et le moule et je renverse sur un plat garni d'une serviette.

MAZARIN.



## ROUENNAIS FARCIS

Nos abonnés peuvent continuer à nous demander des canetons rouennais farcis.

Ces canetons, que nous livrons tout prêts à mettre à la proche, doivent être rôtis à feu un peu moins vif qu'une pièce non farcie :

40 à 45 minutes pour le type moyen.

45 à 50 — gros.

La meilleure façon de les servir est de dresser les morceaux en couronne autour du plat, avec la farce au milieu. Garnir le bord du plat de rondelles de citron.

Servir le jus dans une saucière, après y avoir délayé un peu de farce.

Nous pouvons livrer à Paris le jour même de a commande ; mais à cause du grand nombre des demandes, nous saurons gré à nos abonnés de vouloir bien, autant que possible, nous les adresser la veille.

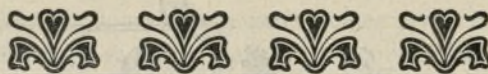
#### Prix

Moyen, pour 8 couverts : 7 fr. 50.

Gros, — 10 — 9 —

Emballage : 50 centimes pour 1, 2 ou 3 canetons.

Port en sus : colis postal de 3 kilos pour 1 caneton. Colis postal de 5 kilos, pour 2 canetons.



## \* Menus \*

ŒUFS A LA CHRISTIANIA  
ROULETTES DE VEAU  
SALADE DE LÉGUMES  
TARTE AUX CERISES



POTAGE OX TAIL  
CANAPÉS DE KILKYS  
JAMBON AUX ÉPINARDS  
TURBAN DE RIS DE VEAU RÉGENCE  
CANETONS ROUENNAIS  
LANGOUSTE EN BELLE-VUE  
SALADE RUSSE  
PARFAIT A LA FRAISE

SALADE DE POISSON  
VEAU FRICASSÉ  
PURÉE DE CHICORÉE  
CERISES JUBILÉ



POTAGE AUX HERBES  
CULOTTE DE BŒUF A LA CARÈME  
POULET ROTI  
CAROTTES A LA VICHY  
BAVAROIS AU CAFÉ

OMELETTE AUX CROUTONS  
MAQUEREUX AUX GROSEILLES  
POMMES DE TERRE NOUVELLES SAUTÉES  
CRÈME A LA VANILLE



POTAGE PARMENTIER  
CROUTES AUX ŒUFS  
COLIN SAUCE REMOULADE  
HARICOTS VERTS SAUTÉS  
PUDDING DE CERISES A L'ANGLAISE

ŒUFS A LA POLIGNAC  
HOMARD A L'AMÉRICAINE  
PIGEONS AU SAUTERNES  
GALANTINE DE CANETON  
SALADE ROMAINE  
MACÉDOINE DE FRUITS GLACÉS



POTAGE CRÈME DE CHICORÉE  
TRUITE SAUMONÉE SAUCE CREVETTES  
FILET DE BŒUF RENAISSANCE  
DINDONNEAU ROTI  
MOUSSE DE JAMBON  
SALADE RUSSE  
GLACE PRALINÉE

L'EXTRAIT  
DE  
VIANDE **LIEBIG** est INDISPENSABLE  
dans  
TOUTE BONNE CUISINE





## MAQUEREaux

AUX GROSEILLES VERTES

**C'**EST une recette de très vieille cuisine, dont plusieurs formules figurent dans les recueils du dix-huitième siècle. Elle est surtout appréciée maintenant dans les pays du Nord. En Angleterre, les groseilles vertes accompagnent le maquereau bouilli et l'oie ; elles prennent même leur nom «gooseberries» de ce dernier animal.

La sauce aux groseilles vertes que nous donnons ici est, en somme, une sauce au beurre, plus vulgairement appelée de nos jours sauce blanche, à laquelle on ajoute des groseilles passées à l'eau bouillante et écrasées en purée. Il y a plusieurs façons de faire la sauce aux groseilles, mais celle-ci est une des meilleures. Elle offrira, de plus, aux personnes qu'effraierait l'introduction des groseilles dans un plat de poisson, l'avantage de pouvoir supprimer ce fruit, et de remplacer la sauce par un filet de vinaigre et des câpres.

Quant au maquereau, c'est une bonne façon de le faire cuire, le fenouil étant un accompagnement presque indispensable. On remarquera que le poisson, ici, est mis à l'eau bouillante, au lieu, comme nous l'avons expliqué pour les cuissous au court-bouillon, de le mettre dans le liquide froid qu'on porte ensuite à l'ébullition. C'est la façon toute simple employée sur les côtes ; elle est surtout bonne pour les poissons

petits ou moyens, car un très gros poisson ne cuirait pas assez bien ainsi. Elle offre surtout l'avantage de conserver au poisson des chairs très fermes.

### Proportions

Pour deux maquereaux moyens :

250 grammes de groseilles à maquereau ;

60 — de beurre ;

20 — de farine ;

5 — de sel ;

2 décilitres d'eau chaude ;

1 cuillerée à café de feuilles de fenouil haché ;

Gros poivre moulu, pincée de muscade.

Temps nécessaire : 1/2 heure.

### RÉSUMÉ

Cuire les maquereaux à l'eau salée bouillante. Les servir masqués de la sauce.

*Sauce.* — Blanchir les groseilles à l'eau bouillante. Les passer en purée. Mélanger farine et le tiers de beurre indiqué. Mouiller d'eau chaude. Ajouter la purée, l'assaisonnement. Terminer hors du feu avec reste du beurre, fenouil haché.

### Les maquereaux

Choisissez de préférence le maquereau de Dieppe qui est le meilleur ; il est plus délicat quand il n'est pas trop gros. Il est donc toujours préférable de prendre, à poids égal, deux maquereaux moyens plutôt qu'un seul gros. Qu'ils soient surtout d'une fraîcheur parfaite, ce que vous reconnaissez beaucoup plus au brillant et à la transparence des yeux, qu'à la couleur rouge des ouïes.

Videz-les par la tête, pour ne pas les déformer. Quand on les vide par le côté, on est obligé de pratiquer une fente qui, à la cuisson, s'agrandit et déforme le poisson. Laissez leur le foie, ne retirez que les intestins. Avec des ciseaux, coupez-leur la queue et les nageoires. Fendez-les un peu sur le dos, en appuyant la lame d'un petit couteau le long de l'arête, sur une longueur de 4 à 5 centimètres. Cette fente permet à la chaleur de l'eau de pénétrer mieux à l'intérieur des chairs qui sont très



épaisses et longues à cuire dans cette partie. Passez une ficelle autour de la tête, que vous nouez légèrement sur le corps, pour qu'elle ne se détache pas à la cuisson. Lavez et essuyez le poisson.

Faites bouillir de l'eau dans une poissonnière ou une très grande casserole, selon la grandeur du poisson. Salez-la à raison de 10 gr. par litre. Ajoutez-y une branche de fenouil.

Quand l'eau bout, mettez-y le poisson. Il faut simplement qu'il baigne. Laissez sur le feu soutenu, jusqu'à ce que le liquide recommence à *frémir*, mais non pas bouillir franchement. Laissez alors pendant un quart d'heure, sur un *feu doux*, pour que ce frissonnement de l'eau se maintienne, sans qu'elle arrive à bouillir franchement, à bouillons déclarés. Si l'eau bout trop fort, le poisson est coriace, sans goût.

Quand vous employez une casserole, couvrez-la de son couvercle, dès que le poisson est au feu. Si c'est une poissonnière, couvrez le poisson avec un linge propre quelconque, dont vous rabattez l'excédant dans la poissonnière même. Ceci pour rabattre la buée sur le poisson qui flotte à la surface du liquide et pour éviter d'avoir à le retourner, ce qui n'est pas aisé et risque toujours de l'endommager.

Au bout d'un quart d'heure de ce mijotement presque imperceptible, le poisson doit être cuit.

Il faut alors retirer la casserole ou la poissonnière du feu, jusqu'au moment de servir, et tenir la casserole simplement au chaud.

#### Pour servir

Cinq minutes avant d'envoyer le poisson, enlevez-le de l'eau et égouttez-le avec le plus grand soin. Généralement le poisson bouilli est servi avec la sauce à part, et on le dresse sur un plat couvert d'une ser-

viette qui absorbe l'excès du liquide. Mais ici, on couvre le poisson même avec la sauce. Il faut donc que le poisson soit parfaitement épongé; sans cela l'eau de sa cuisson, s'il en restait, diluerait fâcheusement la sauce qui deviendrait claire et mal liée. Ayez donc soin d'éponger vos poissons sur un linge doux, et de vous assurer qu'ils ne contiennent plus d'eau à l'intérieur.

Alors vous les posez sur le plat et vous les masquez avec la sauce préparée de la façon suivante, et que vous avez mise en train en même temps que la cuisson du poisson.

#### La sauce

Les groseilles d'abord. Elles doivent être à moitié mûres; c'est-à-dire cueillies au moment où elles sont déjà d'une certaine grosseur, mais encore bien vertes, au point où elles commencent à « tourner », ce qui signifie s'éclaircir, comme le raisin blanc quand il devient transparent en prenant de la maturité.

Enlevez la queue et la petite pointe de l'extrémité. Jetez-les dans une casserole remplie d'un demi-litre d'eau bouillante. Posez sur un feu doux, et, dès que les groseilles montent à la surface et deviennent jaunâtres, retirez-les à mesure pour les égoutter dans une passoire. Il faut bien éviter de faire bouillir l'eau à gros bouillons parce que les groseilles éclatent; alors elles absorbent de l'eau, perdent leur jus, et le résultat est tout à fait différent et mauvais. Surveillez donc bien ce moment-là. Il n'est du reste pas long à se produire.

Jetez les groseilles *bien égouttées* sur le tamis de crin. Le tamis métallique ne serait pas assez fin. Avec le champignon de bois écrasez et frottez. Recueillez la purée pour l'ajouter tout à l'heure à la sauce. Vous devez en obtenir un décilitre; il n'en



faut pas davantage pour les proportions de sauce indiquées plus haut.

#### La sauce au beurre

Prenez une petite casserole de la contenance d'un demi-litre, et, si possible avec le fond arrondi légèrement, comme certains poêlons en cuivre étamé. C'est beaucoup plus facile pour délayer et remuer avec la cuiller les sauces qui ne doivent presque plus bouillir après qu'elles sont mélangées : on atteint mieux toutes les parties, et la farine ne se loge pas dans l'angle du fond.

Mettez-y la farine et le tiers du beurre soit 20 gr. de l'une et 20 gr. de l'autre. Posez sur feu doux. Faites fondre et remuez avec la cuiller de bois jusqu'à ce que le tout soit bien amalgamé en pâte très unie, mais *sans cuire*, par conséquent en ne chauffant que juste le temps de mélanger les deux choses.

Retirez du feu, ajoutez le sel, une pincée de poivre, un *souçon* de muscade rapée. Puis versez l'eau *chaude*, petit à petit, en délayant fortement avec la cuiller de bois. Ne remettez pas d'autre eau avant que la quantité précédente soit bien délayée, si vous n'avez pas l'habitude des sauces. L'eau doit être vraiment chaude, presque bouillante. Posez sur le feu, et ne cessez pas de tourner jusqu'à ce que la sauce commence à bouillir. Ajoutez alors la purée de groseilles, et laissez chauffer de nouveau jusqu'à ce que l'ébullition reprenne. Ne laissez bouillir qu'une seconde, retirez du feu. Ajoutez *hors du feu* le reste du beurre qui ne doit pas bouillir, et le fenouil haché, après avoir été passé deux minutes à l'eau bouillante et bien égoutté.

Tournez fortement la sauce avec la cuiller pour bien mélanger et la rendre lisse, et versez-la sur les poissons au moment de servir, après avoir goûté pour le sel.

LA VIEILLE CATHERINE.

## VEAU FRICASSÉ

RECETTE DE MÉNAGE



EST une si simple façon de préparer le veau, que beaucoup de cuisinières exercées ne comprendront pas qu'elle puisse faire le sujet d'une recette. Toutefois, mesdames, je suis sûre que celles d'entre vous qui forment des filles inexpérimentées seront enchantées de la connaître. On remarquera qu'il n'y faut point de bouillon, c'est une économie en même temps qu'une facilité, car toutes les cuisines n'en ont point en réserve. La cuisson s'opère sur n'importe quel fourneau, et ne nécessite ni four, ni feu sur le couvercle, chose appréciable en cette saison. Enfin les préparatifs sont aussi simples et expéditifs que possible, et la surveillance est des plus sommaires.

Comme cette recette est destinée surtout aux débutantes très inexpérimentées dans les choses de la cuisine, je donne des explications circonstanciées qui s'appliqueront aux cuissons du même genre.

#### Proportions

Pour 5 ou 6 personnes :  
1 kilo tendrons de veau ;  
50 gr. de beurre ;  
10 — de sel ;  
2 décilitres d'eau ;  
6 petits oignons ;  
Pincée de poivre ;  
Une demi-cuillerée à café de fécule, soit 5 grammes, facultative.  
Temps nécessaire : 1 h. 1/4.

#### Le veau

Faites couper en morceaux grands comme la moitié de la main 1 kilo de tendrons. Ce sont bien des tendrons et non



pas de la poitrine qu'il faut prendre ; je fais cette recommandation, car les bouchers ont tendance à toujours vous donner l'une pour les autres, bien que ce ne soit pas la même chose. La poitrine comprend le haut des côtes où il y a trop d'os. Tandis que les tendrons sont les cartilages rattachant les fausses côtes aux côtes. On n'y doit donc pas trouver d'os, mais seulement des cartilages croquant plus ou moins, selon que la bête était plus ou moins jeune.

#### Pour revenir

Prenez une casserole en cuivre étamé ou bien une simple cocotte en fonte étamée qui garde bien la chaleur.

Mettez-y tout le beurre, soit 50 gr. pour 1 kilo de veau. Posez sur un bon feu, et, dès que le beurre est chaud, sans le laisser colorer du tout, mettez-y les morceaux de veau, les uns à côté des autres.

Si tout ne peut pas tenir dans la casserole, ne le mettez pas maintenant, vous l'ajouterez après. Si les morceaux étaient pour l'instant empilés, ils ne coloreraient pas bien, parce que la buée de ceux qui sont dessus, empêcherait ceux qui sont dessous de brunir.

Comptez 1/4 d'heure pour que toute la quantité soit colorée à point. Il faut un feu soutenu surtout au début, parce qu'ensuite la casserole et les viandes sont échauffées. Avec une cuiller de bois remuez les morceaux pour qu'ils soient partout de même couleur ; en les piquant avec une fourchette vous en feriez sortir le jus.

Naturellement, toute la surface des morceaux ne peut pas être uniformément dorée parce que les saillies seules des morceaux portant sur le fond de la casserole peuvent brunir. Le reste ne peut être qu'à peine doré. Retirez les morceaux bien atteints pour les remplacer par le reste du veau encore crû et faites revenir et colo-

rer de la même façon. Vous pouvez encore laisser tout ensemble dans la casserole, en relevant les morceaux déjà rissolés sur le côté, pour qu'ils tiennent moins de place. Et, surtout, pas trop de chaleur vers la fin, qui ferait brûler le beurre. Quand tout est doré, salez et poivrez.

#### La cuisson

Versez l'eau indiquée, 2 décilitres, chaude ou froide. Faites bouillir bien franchement une minute, seulement, en remuant les viandes afin que le liquide détache le gratin qui s'est formé au fond de la casserole. Ce gratin est produit par le jus des viandes qui fait caramel.

Dès que l'ébullition s'est déclarée, retirez tout de suite sur un feu doux. Ajoutez les petits oignons, épluchés pas trop près de leur tige, pour qu'ils ne s'effeuillent pas dans la cuisson. Nichez-les au fond de la casserole. Couvrez complètement la casserole et laissez-la mijoter sur feu très modéré, plutôt ce qu'on appelle un feu doux, pendant 1 heure. Tous les quarts d'heure, à peu près, découvrez la casserole juste le temps de remuer les morceaux et faites reprendre le petit train de cuisson.

De simplement dorés qu'ils étaient sur leurs angles et leurs reliefs, les morceaux ont dû prendre une belle couleur brun clair que leur a donnée le jus de la cuisson.

Au bout du temps indiqué, le liquide a dû réduire de près de moitié. Un décilitre de jus est suffisant pour le service, cette quantité s'applique au jus après qu'il est dégraissé.

#### Pour servir

Avec une fourchette, piquez les morceaux pour les dresser sur le plat chauffé ; mettez-y aussi les petits oignons. Dégraissez le jus. Ce jus doit, quand on en arrose le veau, le glacer comme d'un vernis. Toutefois, certaines viandes produisant



des effets différents, si vous voyez que le jus semble clair, vous pouvez le lier avec un peu de fécule dans une cuillerée d'eau froide, que vous versez en filet dans le jus dégraissé, dans la casserole même. Posez sur le feu et faites chauffer en remuant doucement jusqu'au moment où il va bouillir; même avant ce moment la liaison doit être suffisante. Versez alors sur les morceaux de veau, à travers une passoire fine.

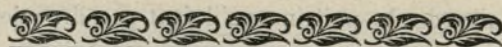
#### Observations

Si le jus est plus abondant que ce que nous avons indiqué, il n'y a qu'à le faire bouillir fortement, la casserole découverte, après qu'il est dégraissé.

Si, au contraire, on n'en trouve pas la quantité voulue, il faut la parfaire avec un peu d'eau chaude, et faire bouillir ensuite quelques secondes pour que le mélange soit parfait.

Enfin si, la période de cuisson achevée, on ne trouvait pas de jus, mais seulement de la graisse, c'est que la casserole aurait chauffé trop fort. Comme le fait arrive beaucoup aux cuisinières inexpérimentées qui ne savent pas apprécier le degré, il est à noter. Elles vous servent alors le veau tel quel, tandis que la chose est bien simple à arranger. Il faut verser dans la casserole un décilitre d'eau chaude, faire donner une minute d'ébullition, retirer du feu, laisser reposer une autre minute et dégraisser. Si l'on dégraisse tandis que le liquide est encore bouillant, la graisse est trop mêlée au jus pour s'enlever facilement. Si l'on fait couler la graisse de la casserole avant d'y verser l'eau chaude, il y reste encore trop de parcelles de jus épaissi qu'on ne peut pas en séparer, et ce sont justement ces parcelles de jus épaissi, coagulé, qui font le bon jus liquide.

LA VIEILLE CATHERINE.



## SALADE DE BŒUF



Les salades sont toujours appréciées dans la saison chaude où nous entrons. Celle-ci est des plus simples, bien qu'elle soit présentée dans de bons restaurants sous le nom de salade à l'Américaine, à cause tout bonnement de la tomate. On y ajoute même souvent de l'oignon émincé finement; mais nous ne l'avons pas fait figurer dans les proportions, car c'est un peu spécial comme goût.

#### Proportions

Pour 200 gr. de bœuf bouilli net :  
 200 gr. de pommes de terre bouillies épluchées;  
 150 gr. de tomate tout épluchée;  
 60 — de feuilles de cresson;  
 10 — de sel;  
 1 cuillerée vinaigre;  
 4 cuillerées d'huile;  
 1 cuillerée d'estragon et de cerfeuil hachés;  
 Poivre moulu;  
 Pincée de Cayenne à volonté;  
 2 œufs durs.

#### Le bœuf

Le bœuf du pot-au-feu, quand il est pris dans les plates-côtes, fournit une salade excellente. La viande est tendre, juste « persillée de graisse » comme il convient pour cet apprêt froid. Coupez-le en tranches minces d'un demi-centimètre, plutôt moins si possible. Supprimez les parties de graisse seule, les peaux, les muscles et tout ce qui est dur et séché à l'air.

#### Les pommes de terre

Choisissez de bonnes pommes de terre jaunes de l'espèce farineuse de grosseur moyenne. Lavez-les et mettez-les à cuire à l'eau de sel : 10 gr. par litre. Que l'eau



les couvrir seulement. Le temps de cuisson varie selon l'âge des pommes de terre.

Dès qu'elles sont cuites, égouttez l'eau de la casserole dans la quelle vous laissez les pommes de terre encore quelques minutes, sur le coin du fourneau pour qu'elles achèvent de se sécher. Pelez-les et coupez-les en tranches de l'épaisseur de celles du bœuf.

#### **Le cresson**

N'en prenez absolument que les feuilles sans aucune partie des tiges. Il faut donc, après l'avoir nettoyé de ses fils blancs, couper net, avec les doigts, les feuilles une à une, à la naissance de leurs tiges. J'insiste là-dessus, parce que beaucoup de personnes croient qu'il est suffisant de séparer le cresson par petits bouquets et d'enlever seulement les plus grosses tiges, ainsi qu'on le fait quand on le dresse autour d'un poulet rôti ou d'un bifteck, ce qui n'est plus du tout la même chose ici.

#### **La tomate**

Elle doit être choisie mûre à point, bien ferme, d'un beau rouge partout. Plongez-la 2 minutes dans l'eau bouillante hors du feu. Cela vous permet d'enlever la peau très facilement. Partagez-la en 4. Enlevez les graines et ne gardez que la pulpe que vous coupez en tout petits morceaux.

#### **Les œufs**

Faites-les cuire une dizaine de minutes à l'eau bouillante, mais pas plus. Rafraîchissez-les, écaillez-les, et coupez-les en tranches.

#### **La salade**

Tout étant refroidi, vous réunissez les différents ingrédients dans une terrine pour assaisonner et remuer la salade un bon quart d'heure d'avance, au moins. Transvasez ensuite dans le saladier de service, ce qui permet de le présenter avec des bords intacts.

LA VIEILLE CATHERINE.



## **L'Encre et le Lait**

Le lait enlève les taches d'encre. Peut-être est-ce un fait très connu : pourtant jusqu'à ces jours derniers je ne m'en doutais point. Beaucoup de personnes doivent être dans mon cas, et c'est pour celles-là que je vais expliquer tout au long comment j'expérimentai la chose.

En rentrant chez moi, pour déjeuner, la domestique qui m'ouvre me dit : « Madame va être fâchée de voir dans sa chambre le malheur qui m'est arrivé ! » Naturellement, je demande : « Qu'est-ce que vous avez cassé ? » — « Je n'ai rien cassé, madame ; c'est l'encrier que j'ai renversé par terre, sur le tapis... » — Or, sachez que ce tapis, neuf de cet hiver, est une grande carpe à fond blanc semée de guirlandes Louis XVI vert et rose très pâle.... L'idée d'une seule goutte d'encre là-dessus donnant l'impression d'un accident irréparable, en une seconde le sacrifice mental de mon tapis est fait.

J'entre dans ma chambre, suivie de l'auteur du méfait, et je regarde. La catastrophe se compose d'une belle tache principale, grande comme la main, entourée d'une profusion de taches plus pe-



tites, de dimensions irrégulières ; tel un continent environné de nombreux archipels. Le tout réparti sur un espace de 30 cent. carrés, environ.

Leur coloration violet foncé varie d'intensité. Comme le tapis est tout mouillé et que mon encre est noire, je reconnais que l'on a déjà tenté d'atténuer l'accident ; mais c'est pitoyable, peut-être pire ! J'évoque pour rester calme le : « Ça vaut encore mieux qu'une jambe cassée ! » dont nous consolait la philosophie de ma grand' mère, et je dis : Il faut tout de suite aller chez le teinturier ; il enverra quelqu'un pour essayer d'enlever cela. Vous voyez bien que l'eau que vous avez mise ne peut ôter que le plus gros. — « Ce n'est pas de l'eau, madame, c'est du lait !... Elise — c'est la cuisinière — qui m'a vue bien en peine m'a dit que le lait enlevait l'encre. Nous en avons mis, et, que madame regarde... il y a des endroits où c'est presque disparu... ainsi là, c'était bien plus noir que cette tache-ci... — Point très convaincue, j'appelle la cuisinière. « Elise, qu'est-ce que c'est que cette histoire de lait ? Vous l'avez vue ? — Mais oui, madame, j'étais encore en Suisse quand ça m'est arrivé ; un encrier que j'avais renversé sur des chemises neuves dans un tiroir de commode. Mme Muller m'a dit de mettre du lait dessus, et l'encre est absolument partie et les chemises n'ont pas été gâtées du tout !... Et regardant le tapis : Oh ! mais c'est que c'est déjà joliment diminué !... Si madame avait vu tout à l'heure, quand Julie est venue me chercher ! — Pour moi, l'intensité de la coloration n'apparaissait pas sous le même aspect qu'aux braves filles ; que les taches fussent noires ou violettes, c'étaient toujours des taches de la façon la plus apparente. Cependant, ébranlée par leur conviction, et aussi par le sentiment que le nettoyeur n'arriverait

pas à tout faire disparaître, je me décide à poursuivre d'abord l'expérience moi-même. J'arrose abondamment les taches avec du lait — du bon lait à 10 sous le litre ! — et je vais déjeuner. Quand je rentre dans la chambre, les taches ont considérablement pâli. De violettes, elles ont tourné au lilas. L'espoir me gagne décidément. On m'apporte de nouveau lait : mais, auparavant, je pompe tout le lait précédent avec un morceau d'éponge souple, bien propre. Au fur et à mesure, je l'exprime dans une cuvette, et le liquide en sort tout grisâtre. Puis, je verse de nouveau lait, et, avec l'éponge, je frotte doucement dans les deux sens de la laine, en rebroussant les poils, pour que le lait pénètre partout. L'épaisseur de la laine a empêché le liquide de traverser le tapis assez profondément pour que l'envers soit aussi mouillé que l'endroit. Mais je n'essaie pas de mouiller l'envers, pour ne pas faire ressortir les taches à l'endroit. J'éponge encore, et cette fois, je constate une diminution encore plus sensible : la coloration mauve, très pâle, peut, à la rigueur, s'accorder, sinon se confondre avec la teinte rose et verte des dessins du tapis. Je mouille encore de lait, et finalement, vers 8 heures du soir, j'éponge une dernière fois, je lave ensuite à l'eau fraîche, puis je tamponne avec un linge pour enlever le plus possible du liquide, toujours en suivant le sens du tissage, afin de ne pas fouler la laine. A ce moment, il n'apparaît plus qu'une vague teinte à peine grisâtre qui se confond avec le fond du tapis.

Le lendemain, le tapis étant séché, balayé, j'ai voulu faire trouver à une amie, l'endroit taché. Elle n'y est pas arrivée, et on a dû retourner le tapis pour lui montrer, à l'envers, les taches qui sont restées.

La même expérience a été faite, hier,



sur un tapis de table en drap vert olive. Elle a d'autant mieux et vite réussi que la partie tachée a été entièrement plongée dans une cuvette de lait.

Le lait fait donc disparaître les taches d'encre. A la condition expresse qu'il soit appliqué tout de suite, tandis que l'encre est encore fraîche; qu'il soit de bon lait très pur, et qu'on l'emploie avec abondance.

LADY PRATICK.

## Potage aux foies de poulet

TAPIOCA-BOUILLON BOUDIER

Faites sauter vivement dans le beurre un ou deux bons foies de poulet. Coupez-les en petits morceaux carrés.

D'autre part, vous aurez préparé le potage de la manière habituelle. Ajoutez-y une liaison de jaune d'œuf délayé dans un peu de bonne crème, une pincée de muscade, une autre de poivre moulu, et juste au moment de servir les morceaux de foie de poulet, qui surtout ne doivent pas bouillir. Goûtez pour le sel.

Le Tapioca Bouillon-Boudier se trouve au Dépôt Central : 54, rue de la Verrerie, Paris, et aux dépôts de Paris (voir la liste dans le dernier numéro du POT-AU-FEU). Pour la Province, s'adresser au Dépôt Central.

En petites cartouches de 1 potage : Le paquet de 10 cartouches.....Fr. 1 90  
En boîte de fer blanc de 25 potages..... 4 »  
En 1/2 boîte de fer blanc de 12 potages.. 2 »  
Remise de 10 o/o sur tout achat de 16 fr. aux bonnées du Pot-au-Feu.



ALIMENT DES ENFANTS



## LES FRUITS DU CAP

M. Daniel Bellet donne dans *La Vie Scientifique* d'intéressants détails sur les fruits du Cap.

— « On racontait récemment la stupéfaction de fonctionnaires de la douane française qui voulaient absolument taxer comme fruits de serre des fruits magnifiques du reste, qui arrivaient du Cap de Bonne-Espérance en plein hiver : ces agents zélés et peu éclairés n'admettaient pas un instant qu'au Cap les choses pussent se passer autrement qu'en France, et que l'été de ce pays coïncidât avec notre hiver.

Nous ne faisons pas l'injure à nos lecteurs de supposer pareille ignorance ; mais nous insistons sur ce fait, parce que c'est là précisément ce qui donne le plus d'importance au commerce des fruits de l'Afrique du Sud. Ils arrivent sur nos marchés, et principalement sur ceux de l'Angleterre, pour le plus grand plaisir des gourmands et même pour le bien d'une alimentation saine, au moment où les fruits frais sont rares chez nous. L'hémisphère austral est à contre-saison de l'Europe, le mois le plus froid y est juillet, et les mois les plus chauds janvier et février. Au surplus il n'y aurait jamais besoin au Cap, même en plein mois de juillet, de serre pour cultiver des fruits, puisque le climat est analogue à celui de l'Algérie. Comme le faisait remarquer notre consul M. Raffray, les arbres fruitiers en plein vent n'ont pas à redouter la gelée, qui est inconnue. Ajoutons que, dans ce bienheureux pays, on ignore de même les procédés de culture intensive : nulle part d'espaliers, nulle part d'échelas, les fruitiers sont essentiellement de plein vent, les vignes poussent en buissons.

Ces fruits arrivent dans des chambres frigorifiques, généralement à bord des paquebots-poste rapides des lignes anglaises.

A vrai dire, il ne faudrait pas croire que le Cap nous envoie toutes sortes de fruits : l'abricot, qui n'est jamais bien succulent sous au-



cun climat, y est franchement de qualité inférieure, le cœur de la pulpe, près du noyau, étant quelque peu ligneux ; pour les poires, elles supportent mal le voyage, et le climat est par trop chaud pour elles. Au contraire, les pêches sont magnifiques et le raisin exquis.

Parmi les pêches qu'on exporte surtout, nous signalerons la *Loospyh peach*, qui ressemble beaucoup à la pêche de Montreuil, et la *nectarine* ce qu'on appelle généralement en France le brugnon.

Le centre de production en est Stellenbosch, à une cinquantaine de kilomètres de Cape-Town, et relié à ce port par une voie ferrée ; une partie de ce territoire est irriguée, et les pêcheurs ne s'en trouvent que mieux. La saison des pêches est très courte, elle ne dure que trois semaines au plus, en commençant généralement du 1<sup>er</sup> au 30 janvier : les fruits arrivent d'ordinaire en Europe une vingtaine de jours après la cueillette. Celle-ci, de même que l'emballage, se fait avec le plus grand soin. On enlève le fruit directement dans le papier de soie où il devra être emballé, de façon qu'il ne soit pas du tout touché par les doigts, car la moindre meurtrissure se transforme en pourriture pendant le voyage. Ainsi roulées dans leur petit manteau, les pêches sont emballées dans de la fibre de bois qui les isole complètement les unes des autres, et enfermées dans des caisses en bois blanc qui en contiennent 24 (ou 30 quand il s'agit de nectarines).

Les belles pêches s'achètent au cultivateur 20 centimes pièce ; les frais de cueillette, d'emballage, de transport, d'assurance, etc., se montent en tout à 20 centimes ; ce qui porte le prix du fruit rendu à Londres à 40 centimes (exactement 4 pence).

Quant au raisin, il y en a deux variétés principales : une espèce de chasselas et un muscat ; l'un vient du district de Paarl, l'autre de Constancia. Ils arrivent à maturité vers le milieu de février et continuent de se récolter jusqu'au 15 avril : on ne peut plus en cueillir quand il a plu, car le raisin mouillé ne sup-

porte ni l'emballage ni le voyage. Comme pour les pêches, la cueillette en est faite par les agents spéciaux de l'expéditeur : on ne prend que les plus belles grappes, et encore a-t-on soin d'enlever tous les grains défectueux ou susceptibles de gâter les autres. On emballe dans du papier de soie et de la fibre de bois également par quantités de 9 kilogrammes environ. Le raisin s'achète de 0 fr. 20 à 0 fr. 30 les 453 grammes, et, arrivé à Londres, revient environ à 37 francs les 9 kilogrammes.

Tous les fruits prêts à être expédiés sont amenés à Cape-Town par chemin de fer dans des wagons réservés uniquement à cet usage ; les caissettes sont déposées dans des chambres réfrigérantes, où elles sont amenées très graduellement d'une température de + 15 degrés à - 2 degrés centigrades. On ne les embarque qu'au dernier moment.

Cette industrie si intéressante a pris un réel développement ; et cependant elle a à compter avec certaines difficultés. Souvent, en été, il règne des vents du sud-est extrêmement violents, en quelques heures une belle récolte est jetée à terre, et les fruits tombés ainsi ne peuvent être exportés. De plus les arbres manquent souvent d'eau. Mais on a entamé d'importants travaux d'irrigation pour lutter contre la sécheresse.

Grâce à ces travaux qui corrigent sous ces climats la rebelle nature, il faut croire que le commerce des fruits du Cap prendra encore de l'extension surtout quand la malheureuse guerre qui dévaste le Sud-Africain aura laissé le champ libre aux cultivateurs de ces régions. »

Qu'il soit permis au *Pot-au-Feu* d'ajouter que ces fruits, très bons au dire des mêmes Anglais qui trouvent exquis les prunes et les pêches de la Suisse, peuvent être assez agréables à condition d'être mangés au plus tard quelques heures après leur sortie des caisses frigorifiques. Mais tels qu'ils nous arrivent à Paris, et, surtout, après avoir été exposés plusieurs jours aux vitrines des marchands de comestibles, ils sont cotonneux, dépourvus de saveur, et constituent un simple objet de curiosité.



## A TRAVERS L'EXPOSITION

M. Maurice Barrès et d'autres esprits « gais » regardent l'Exposition comme une calamité nationale. Ils n'ont certainement point entrevu les conséquences durables de certains faits n'ayant, en apparence, d'autre intérêt que celui de l'actualité. Et je doute que même, à cette heure, ils soupçonnent l'importance de la réception que nous faisons au roi de Suède.

Il y a quelques années, je m'étais aventuré vers la Laponie où il faisait alors assez chaud. Ayant un jour constaté, en vérifiant une note d'hôtel, que la bière m'était comptée tantôt 75 centimes, tantôt 1 fr. 50 la bouteille, je sollicitai une explication.

— C'est bien simple, me dit le patron. Rien ne vous oblige à boire en dehors des repas ; aussi, quand vous prenez de la bière dans la journée, je vous la cote bon marché, pour vous encourager. Mais à table, vous êtes obligé d'en boire ; alors j'en profite.

En arrivant à l'hôtel suivant, je cherche dans tous les coins de ma chambre une descente de lit : rien à terre, rien au plafond. Pas même la peau d'écureuil que l'on trouve dans certains hôtels suisses. « Jamais, me dit le propriétaire, nous ne mettons de descente de lit, mais j'ai des peaux de renne toutes neuves, et je vais vous en vendre une ». Je savourai, comme il convient, ce raffinement inconnu à Paris, mais je ne poussai point davantage vers le nord. Un peu plus loin, sans doute, l'aubergiste m'eût encore loué un lit, mais j'aurais dû acheter un toit pour m'abriter.

Je suis convaincu que le roi Oscar emportera de l'hospitalité française une impression utile pour ses sujets ; et bientôt, je l'espère, diplomates et touristes s'accorderont à reconnaître que ce voyage aura produit pour les deux pays les résultats les plus féconds.

Nombre d'abonnés nous réclament la re-

cette de la « sauce rouge » chinoise dont j'ai parlé l'autre jour. J'ai indiqué que cette sauce était une espèce de soyou. Le soyou est une sauce japonaise obtenue par la fermentation d'un haricot spécial nommé soya et de divers légumes. La préparation est assez longue et assez peu pratique pour qu'il me soit permis de n'en point scruter les détails. Les personnes qui désireraient absolument goûter à la sauce rouge, sans quitter le coin de leur feu, peuvent en demander à la Compagnie Internationale des Wagons-Lits qui exploite le restaurant Chinois et qui, je crois, se fera un plaisir de leur en céder des petits flacons à des conditions très douces. Ceci soit dit sans la moindre arrière pensée de réclame.

D'autres personnes veulent bien me suggérer qu'il serait fort intéressant de faire une revue générale de la cuisine exotique à l'Exposition ; elles semblent, en particulier, curieuses de connaître les plats de la Bosnie et de l'Herzégovine.

Je ne puis que prier ces abonnés de vouloir bien relire mes précédents articles. Je crois avoir mis nos lecteurs en garde contre l'illusion que les restaurants étrangers sont institués pour nous débiter des choses extraordinaires, et j'ai même dit qu'au restaurant bosniaque j'avais été contraint de déjeuner avec des œufs aux épinards et du gigot aux haricots.

Avant-hier, j'ai déjeuné au restaurant Viennois, exploité aux Invalides par un restaurateur parisien. Voici mon menu avec les prix :

Couvert. . . . .	» 25
Œufs Bercy. . . . .	1 50
Gigot aux petits pois. . . . .	2 »
Linzer tarte . . . . .	» 75
Bière. . . . .	» 60
Total. . . . .	5 10

Dîné modestement au restaurant hongrois, exploité par un Hongrois, où l'on trouve de la cuisine hongroise et du vin hongrois, et où les tziganes ne figurent pas sur la note, comme dans un autre établissement.



Addition pour 2 personnes :

2 Couverts . . . . .	1 »
2 Consommés hongrois . . . . .	1 »
2 Esturgeons sauce Tartare . . . . .	3 »
2 Gulash . . . . .	2 50
2 Roulades au Chandeau . . . . .	2 »
2 Slivowitz . . . . .	2 »
1 Bouteille vin de Hongrie . . . . .	2 50
1/2 — Tokai . . . . .	3 »
	17 »

La roulade au Chandeau est une simple tranche de biscuit fourré entourée d'un sabayon préparé avec un vin hongrois qui lui donne une saveur originale fort agréable.

J'entrevois deux ou trois établissements susceptibles de me fournir, comme le restaurant chinois, une note originale. Mais qu'il me soit permis de ne point trop surmener mon estomac.



Quel est le meilleur guide de l'Exposition ? Nous répondons, naturellement sans la moindre hésitation, mais aussi très sincèrement : c'est le guide du *Pot-au-Feu*.

L'idée de présenter à nos abonnés un guide réellement pratique nous avait séduits de bonne heure. Nous avons hésité devant ce travail énorme, convaincus que beaucoup d'autres le feraient et le feraient bien.

Or, nous n'avons cessé d'entendre répéter autour de nous : il n'y a pas un bon plan, pas un bon guide. Et nous sommes un peu du même avis.

En effet, est-il rien de moins pratique que ces immenses plans plus ou moins bariolés qu'il faudrait pouvoir étaler sur une table chaque fois que l'on veut savoir où l'on se trouve ? D'autre part, tous ces plans, calqués sur le plan officiel publié en décembre 1899, fourmillent d'erreurs par suite des modifications nombreuses opérées depuis cette époque. Dressés par des architectes, pour des architectes et des maçons, ils sont remplis de détails et de signes absolument inutiles ou incompréhensibles pour le simple promeneur. Enfin, exécutés très vite, pour arriver bons premiers et supporter des tirages rapides, ils manquent de la finesse d'exécution qui est une des premières conditions de clarté d'un plan.

Les guides ? Beaucoup ont été faits d'après le procédé connu pour la fabrication des canons : on a fait un volume de réclames et l'on a mis un peu de guide autour. D'autres, établis consciencieusement, ont tous le même défaut : ce sont de véritables volumes qu'il faut ouvrir en plusieurs endroits pour trouver le moindre renseignement, et où les indications intéressantes sont noyées dans de la phraséologie pompeuse d'une utilité discutable.

Nous nous sommes placés à un tout autre point de vue.

Négligeant le détail des parties qui amusent seulement les spécialistes : comme les chaudières, la métallurgie, la chirurgie, etc., nous nous sommes attachés à rechercher dans tous les coins ce qui intéresse les personnes d'un certain milieu intellectuel et social. C'est une simple plaquette, d'un format commode, où des plans nombreux, admirablement gravés, très lisibles, accompagnés d'un texte condensé, permettent d'embrasser d'un coup d'œil chaque groupe de l'Exposition et de se diriger ensuite sur les points intéressants, sans perte de temps, et surtout sans se fatiguer à monter ou descendre inutilement des escaliers, point qui fut une de nos grandes préoccupations.

Ajoutons enfin que, seul entre tous, le guide du *Pot-au-Feu* donne ses renseignements de façon absolument désintéressée et que l'on ne peut acheter à aucun prix des appréciations favorables sur tel restaurant ou telle attraction que le *Pot-au-Feu* estime n'être point méritées.

Il était impossible de faire un travail exact avant que l'Exposition fût à peu près prête. Nous avons préféré arriver les derniers, mais arriver bien. Et nous pensons que cette plaquette, très soignée au point de vue gravure et typographie, affirmera une fois de plus la conscience et l'esprit pratique du *Pot-au-Feu*.

Ce guide paraîtra dans cinq ou six jours, et sera vendu 50 centimes.

Nous enverrons franco par la poste 2 ou plusieurs guides. Nous n'enverrons pas un



exemplaire seul. Chaque demande devra être accompagnée du prix, soit 1 franc pour deux exemplaires ; 1 fr. 50 pour trois ; 2 francs pour quatre, etc.

*Les timbres-poste ne sont pas reçus en paiement.*

JEAN-LOUIS.

**CRÈME** AUX LIS Pour acquérir, développer et conserver la beauté. 1<sup>re</sup> 60 mdat ou 1 imb. BEAUTY, 28, R. Astorg, Paris.

## COURRIER

Villa de montagne meublée à louer, près sapins. S'adr. à M. Bourdin, 4, rue du Lycée, Dijon.

**Collection de timbres-poste** très importante, à vendre, pouvant être examinée à Paris. Ecrire au journal, aux initiales D. M.

S. — Flan de ménage : 200 gr. farine, 100 beurre, 5 sel, 5 sucre. Détremper avec bière, laisser lever 2 heures, garnir une tourtière et remplir avec la crème suivante :  $\frac{3}{4}$  litre lait, 150 gr. sucre, 60 farine, 2 œufs et 2 jaunes. Four moyen.

H. C. — Plonger les œufs dans l'eau de chaux. Le meilleur moment pour faire la provision est en août et septembre. La question a été traitée dans tous ses détails l'année dernière.

**M. B. V.** — Recette de brioche parue antérieurement, impossible à résumer.

**Une Alsacienne** — Nous devons vous rappeler que le courrier n'est pas fait pour répéter « avec détails » les recettes anciennes. Nous ne pouvons, notamment répondre aux personnes qui, ayant une recette à chercher, trouvent « plus simple » de nous écrire pour nous demander à quelle page elle se trouve que de consulter leur table. — Le procédé de clarification de la gelée a été indiqué il y a six semaines.

## SURABONDANCE DE VIE

La vitalité, cette force mystérieuse qui préside au bon fonctionnement de tous nos organes et à leur défense contre les influences nocives, n'a pas dans le domaine thérapeutique d'adjuvant plus précieux, plus efficace que le Vin Mariani. Le bordeaux généreux, qui en forme la base, enrichi par les vertus toniques et stimulantes de la coca, agit comme un puissant dynamogène, c'est-à-dire comme une incessante source de vigueur. L'activité vitale

sous toutes ses formes, intellectuelle, motrice, végétative, se développe par le régime du Vin Mariani, et la résistance à la fatigue comme au mal est une des premières manifestations de cette surabondance de vie.

# LES CAFÉS CARVALHO

Par ces grandes et lourdes chaleurs, on a besoin de toniques et de stimulants. Le café est tout indiqué devant tout autre produit. Mais il faut savoir choisir une bonne qualité et de bons mélanges, en un mot une bonne marque. Les cafés Carvalho nous semblent répondre aux désirs des plus exigeants ; leur succès toujours croissant (la vente quotidienne dépasse 5.000 kilog.) en est la preuve.

## UN CONSOMMÉ à la MINUTE

Il est agréable autant qu'utile de pouvoir obtenir à la minute un consommé aussi réconfortant que savoureux.

Les nouveaux tubes Maggi réunis par 2 dans une même capsule paraffinée vendue 20 centimes, ont cet avantage inappréciable de donner chacun un 1/4 de litre de consommé. C'est rapide et c'est exquis. Aucun assaisonnement ne doit être ajouté. On trouve tous les produits Maggi (consommés, bouillons, potages, déjeuners à la minute), dans les bonnes épiceries.

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 de 500 gr. 3 fr. 50; 250 gr. 2 fr.; 125 gr. 1 fr. 25; et en sachets de 0 fr. 75 (8 fr. la douzaine), pour parfumer les armoires à linge. — Chez HENRY, à la *Pensée*, 5, faubourg Saint-Honoré, Paris.

**VELOUTINE** Poudre de Riz Speciale  
préparée au Bismuth.  
Hygiénique, Adhérente, Invisibile.  
**CH. FAY** Inventeur, 9, Rue de la Paix, Paris.



## JUIN GASTRONOMIQUE

### POISSON

Le poisson reste cher ; cependant les cours n'ont rien de fantastique, comme on aurait pu le craindre.

Les saumons entiers varient de 9 à 10 francs le kilo ; les plus petits pèsent environ 3 kil. 500, et, encore, n'en arrive-t-il pas tous les jours. La taille courante la plus petite varie entre 4 et 5 kil. Saumon coupé : 10 à 11 francs le kilo.

Les cours de la truite saumonée ont légèrement baissé. Au dessus de 3 kilos : 9 à 11 francs le kilo ; au-dessous de ce poids, 11 à 13 francs.

Petite truite de rivière : 9 à 10 francs le kilo.

Le turbot et la barbu se maintiennent entre 4 fr. 50 et 5 fr. 50 le kilo.

La sole ne varie guère : 4 fr. 50 à 5 fr. 50 le kilo suivant grosseur.

L'arrivée du bar redevient assez irrégulier : 5 à 6 fr. le kilo ; mulot : 4 à 5 fr.

Dorades : 2 fr. à 2 fr. 50 pièces, suivant grosseur.

Le rouget barbet vaut 6 francs le kilo. Celui de la Méditerranée, plus petit et plus fin que celui de l'Océan, commence à arriver.

Les plus petits colins pèsent au minimum 2 kil. : 2 fr. à 2 fr. 25 le kilo.

Le merlan va être assez rare jusqu'au mois de septembre : 2 fr. à 2 fr. 50 le kilo.

Beaucoup de maquereau : 60 à 70 centimes.

La langouste se maintient entre 5 fr. 50 et 6 fr. 50 le kilo. Le homard varie de 5 à 6 francs. Ces prix s'entendent poids vivant.

Prière à nos abonnés de vouloir bien noter que désormais, nous *expédierons toujours les langoustes cuites* quand nous le jugerons nécessaire. La langouste cuite expédiée sur glace n'a rien à craindre

## CAUSERIE DU FOYER

### Les apéritifs

A une séance de l'Académie de médecine, M. Lancereaux, agrégé à la Faculté et médecin des hôpitaux, a fait une longue communication sur l'alcoolisme et le danger des apéritifs.

On connaît cette longue liste des apéritifs : tous les amers, les absinthes, les bitters, tous contenant, avec une forte dose d'alcool, une essence, un extrait aromatique de plantes.

Ces apéritifs produisent des effets redoutables sur l'organisme tout entier, en donnant lieu à des symptômes qui frappent principalement l'appareil cutané, l'appareil nerveux et l'appareil pulmonaire.

M. Lancereaux, pour enrayer le mal, a proposé des mesures radicales ; nous doutons qu'elles soient admises, eussent-elles plein succès, le mal ne serait endigué qu'en apparence ; le flot des apéritifs continuerait à couler en cachette.

Ce qu'il faudrait, c'est non pas employer la force, non pas même s'adresser à la raison des buveurs

d'apéritifs, mais leur présenter un breuvage inoffensif qui produirait sur l'organisme cette stimulation qui se traduit par une recrudescence d'appétit et une douce gaieté.

Ce stimulant existe, il est bien connu déjà comme reconstituant digestif, tonique, etc., c'est le *Vin Désiles*.

Le *Vin Désiles* contient, en effet, trois substances qui le mettent en état de jouer brillamment le rôle d'apéritif, la kola, la coca et le quinquina. La coca produisant une sédation de la fatigue stomacale, une hypersécrétion du suc gastrique, excite considérablement l'appétit et met en état de faire, et, bien mieux de digérer un bon repas.

La kola rend la circulation régulière, ferme ; on sait qu'une circulation rapide provoque cette gaieté franche et de bon aloi que connaissent seules nos populations vinicoles. Tout ce qu'on recherche dans l'apéritif est donné avec surcroît par le *Vin Désiles* qui, non seulement fait de l'appétit et de la joie, mais fortifie et relève l'économie tout entière.

C'est l'apéritif qu'on boit en famille. D<sup>r</sup> HADET.

## BIOSINE LE PERDRIEL

*Glycérophosphate double*  
de Chaux et de Fer effervescent.

Le plus complet des reconstituants et des toniques de l'organisme.

Régénérateur des systèmes *nerveux, osseux et sanguin*.

La Biosine présente le fer sous la seule forme où il s'assimile parfaitement, ne fatigue pas l'estomac et ne constipe pas.

LE PERDRIEL & C<sup>o</sup>, PARIS  
et toutes Pharmacies.

Le Gérant : A. DESBOIS.

L'Argus de la Presse fournit aux artistes, littérateurs, savants, hommes politiques, tout ce qui paraît sur leur compte dans les journaux et revues du monde entier (14, rue Drouot, Paris).



## CIRAGE Nubian

NOIR — JAUNE

DÉPÔT : *S'Emploie sans Brosse*

23, Rue d'Hauteville CRÈMES, PÂTES et PRÉPARATIONS NUBIAN  
PARIS pour Chaussures et Maroquins.

PARIS, — IMP. CHARLES BUNIAUX, 257, RUE SAINT-ROGER.