



## BALLOTINES DE PIGEON

Cours de M. A. Colomblé

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

MESDAMES,

Les ballotines sont de petites galantines formées avec des cuisses de volaille : pou-lardes, canetons, dindes. C'est une façon avantageuse d'utiliser les cuisses d'une volaille dont on a levé les filets pour un autre usage.

Pour des ballotines de pigeon on emploie le pigeon entier, un pigeon fournissant 2 ballotines.

Les ballotines se servent comme rôti froid à la fin du déjeuner ou du dîner, et peuvent figurer dans un menu de cérémonie. D'autre part, elles remplacent agréablement une galantine dans les familles peu nombreuses.

### Proportions

Pour 2 ballotines, convenant pour 4 personnes :

- 1 beau pigeon ;
- 125 grammes de chair à saucisse ;
- 50 — de langue écarlate ;
- Une quinzaine de pistaches ;
- 1 petit verre de cognac ;
- 1 pincée de poudre d'épices ;

Un morceau de crépine à peu près de la dimension d'une feuille de papier écolier.

### POUR LA CUISSON

- 50 grammes, environ, de couenne ;
- 1 clou de girofle ;

- 1 oignon moyen ;
- Les débris du pigeon ;
- 2 décilitres, environ, de jus ;
- 1 verre à madère de vin blanc.

### Le pigeon

Je choisis un beau pigeon, bien en chair, et point trop gras. Après l'avoir flambé avec soin, je tranche la tête ; je fends la peau du cou sur toute sa longueur du côté du dos, puis je tranche le cou sans endommager la peau.

Après avoir coupé la patte à 1 centimètre au dessous du genou, je donne un coup sec sur le gras de la cuisse avec le dos du couteau, de façon à briser à peu près au milieu l'os qui se trouve à l'intérieur. Dégageant alors le genou de la chair qui l'entoure, je tire l'os et je le fais sortir. J'amène donc ainsi une partie de l'os du gras de la cuisse, celle qui est reliée par le genou au petit bout d'os de la patte que j'ai laissé. Je mets ce morceau de patte de côté ; il servira pour le dressage.

Le morceau d'os qui est resté dans la cuisse sera enlevé tout à l'heure.

Enfin, je coupe l'aile au ras du corps.

Maintenant, je fends le pigeon sur le dos, d'un bout à l'autre, je le vide ; j'enlève la carcasse, le bout d'os resté dans la cuisse et ce qui reste de l'os de l'aile. J'achève alors de le fendre sur le ventre, de manière à obtenir deux moitiés distinctes. Je mets de côté le gésier et les os qui serviront pour le jus, et je garde le foie pour la farce.

Il n'y a plus qu'à garnir de farce.



**La farce**

Je coupe la langue en petits dés d'environ 1/2 centimètre de côté que je mêle avec la chair à saucisses ; j'ajoute le foie haché, les pistaches mondées, le cognac, les épices, et je triture le tout pendant quelques minutes pour bien répartir l'assaisonnement.

Je remplis chaque moitié de pigeon avec une moitié de la farce. Je tasse bien, et je relève la peau de manière à recouvrir la farce aussi bien que possible, et à donner à la ballotine la forme d'un petit jambon.

J'enveloppe enfin la ballotine dans une mousseline ou, mieux, dans un morceau de crépine. Inutile de ficeler.

**La cuisson**

Je prends une petite casserole où les ballotines tiennent à l'aise, sans qu'il reste trop de vide. Je garnis le fond avec la couenne sur laquelle je pose les ballotines. Tout autour, je mets l'oignon coupé en rouelles, le clou de girofle, les os et débris des pigeons, y compris les deux bouts de patte qui serviront pour le dressage. Je couvre la casserole, et je laisse 5 minutes sur feu modéré. Il suffit de faire « suer » la viande pour la raidir. L'oignon ne doit pas primer, c'est-à-dire ne doit pas colorer.

Au bout de ce temps, je mouille avec le vin blanc, et je laisse réduire complètement, sans colorer, la casserole découverte.

Dès que le vin est « tombé à glace » c'est-à-dire réduit, je mouille avec le jus, qui doit mouiller les ballotines aux trois quarts. Il en faut environ 1/4 de litre. S'il en fallait beaucoup plus, c'est que la casserole serait trop grande, et la cuisson ne s'effectuerait plus dans de bonnes conditions. Je couvre la casserole, et je laisse cuire à tout petit feu, de manière à entretenir une ébullition imperceptible, pendant une heure. Je retourne les ballotines au milieu de la cuisson.

Il est préférable de mettre la casserole au four, les ballotines colorent mieux.

La cuisson terminée, j'égoutte les ballotines, et, sans les déballer, je les pose sur un plat, le côté ouvert en dessus. Je pose dessus une charge d'environ 1 kilo pour les deux ballotines, en ayant soin qu'elle soit également répartie ; et je laisse ainsi sous presse pendant une nuit ou une demi-journée.

Je mets de côté les deux os des pattes qui serviront pour le dressage.

**La gelée**

Après avoir retiré les ballotines, je dégraisse le jus, je le passe au linge et je le clarifie suivant la méthode ordinaire. Je le verse dans un moule uni quelconque, moule à génoise, par exemple, où je le laisse prendre en gelée.

**Pour dresser**

Les ballotines étant froides, je les déballe et je plante dans chacune d'elles, à l'extrémité pointue, l'os de la cuisse dont nous avons parlé tout à l'heure. Cet os, auquel adhère le genou, simule le cou et le bec de l'oiseau que figure la ballottine.

Je pose les ballotines debout, sur un plat long, dos à dos, après avoir égalisé la base pour qu'elles tiennent bien.

J'entoure de gelée hachée ou taillée en croûtons.

S'il y a plus de deux ballotines, je les dresse en cercle sur un plat rond.

Pour servir, on découpe chaque ballotine en deux dans le sens de la longueur. Si l'on découpait en travers, les parts seraient inégales.

MAZARIN.

**ALIMENT COMPLET de MAXIME GROULT FILS AÎNÉ**  
 Pour ENFANTS, MALADES, VIEILLARDS, ALBUMINURIQUES,  
 SURMENÉS, etc. - Pharmacies et bonnes Maisons d'Alimentation.  
 GROS : 2, IMPASSE LEBLANC, PARIS





## POTAGE PURÉE DE POIS A L'OIGNON

**V**oici qu'on commence à penser aux légumes secs pour les potages de saison. Celui-ci est fort agréable, et la petite proportion d'oignon qui y est employée suffit à en relever la saveur ; on remarquera qu'il est aussi des plus économiques et d'une grande simplicité d'exécution. Mais comme, d'une façon générale, on se plaint que les purées, et notamment celles de pois cassés, sont souvent grenues, sèches et mal liées, nous donnons des explications précises et minutieuses qui n'avaient pas été répétées ici depuis quelque temps déjà.

### Proportions

Pour 5 ou 6 personnes :  
4 décilitres de pois secs ;  
2 litres d'eau ;  
80 gr. d'oignon ;  
50 — de poireau ;  
15 — de céleri ;  
10 — de sel ;  
30 — de beurre ;  
8 tartines de pain grillé.  
Temps nécessaire : 4 heures.

### RÉSUMÉ

Tremper les pois 5 ou 6 heures à l'avance. Faire cuire avec eau, poireaux, céleri, 30 gr. oignon coupés en filets et sel, à feu très doux pendant plus de 3 heures. Passer le tout au tamis en pilant.

Faire colorer doucement 50 gr. oignon coupé en

tranches minces. Ajouter la purée de pois. Faire mijoter doucement, en écumant, pendant 1/4 d'heure. Verser sur les croûtons grillés.

### Les pois

Cela semble tout simple de faire une purée de pois ; et c'est pour cela que les cuisinières inexpérimentées la réussissent si mal la plupart du temps. D'abord il faut de bons pois secs, de bonne qualité, d'un beau vert ; sans cela vous n'obtenez qu'une purée sèche et mal liée. Nous avons déjà dit antérieurement qu'il valait mieux payer le litre de pois quelques sous de plus qui, sur l'ensemble du potage, du reste peu coûteux, représentent une bien mince augmentation, et ne point compromettre ainsi la réussite de la recette.

Ceci est une première condition. La seconde est de faire tremper les pois avant de les mettre à cuire. Quand on a des pois de bonne qualité, d'une récolte récente, le temps de trempage peut être abrégé. Il est, en tous cas, bien moindre que pour les haricots dont la peau est plus longue à pénétrer. Donc 5 ou 6 heures de trempage sont suffisantes, mais elles sont indispensables aussi.

Lavez les pois à l'eau tiède pour les nettoyer. Puis égouttez-les et mettez-les dans une petite terrine, et versez dessus le même volume d'eau tiède ; l'eau froide serait plus longue à pénétrer les pois. C'est donc, pour 4 décilitres de pois, la même quantité d'eau que vous versez dans la terrine. Couvrez-la, et mettez-la dans un endroit où il fasse très doux, près du fourneau, par exemple, dans cette saison froide. De cette façon, les pois absorbent peu à peu l'eau, et ils gonflent comme des pois frais, car cette eau leur rend l'humidité que possèdent les légumes frais.

La troisième condition, pour que la purée soit bonne, c'est de soigner la cuisson de la façon suivante.



### La cuisson

*Les légumes secs ne doivent jamais bouillir trop fort. Il leur faut une cuisson très douce, lente et régulière.*

Dans le but d'accélérer leur cuisson, quand on est en retard, on ne doit jamais augmenter le feu, car c'est un résultat tout opposé qu'on obtiendrait. En les faisant bouillir trop fort, on les durcit, parce que la fécule n'a plus le temps de se dissoudre, et l'on obtient une purée grenue qui ne peut se lier et restera toujours sèche. Mieux vaut, quand on n'a pas tout le temps nécessaire pour la cuisson, renoncer à cuire des légumes secs, plutôt que de vouloir les mener à grand train. Ceci doit être un principe absolu.

Ayant donc bien établi le dernier principe, passons à la mise en train du potage.

Prenez une casserole de la contenance de 2 litres 1/2 au moins, épaisse, afin qu'elle ne risque point de faire attacher les pois au fond. Versez-y les pois bien égouttés. Ajoutez les poireaux, le céleri et 30 grammes d'oignon seulement, coupés en filets ou en rondelles très minces. Ajoutez le sel et versez sur le tout l'eau froide indiquée, soit 2 litres.

Posez la casserole couverte sur un feu très modéré, afin que l'eau ne s'échauffe que lentement. De cette façon, l'humidité pénètre peu à peu dans l'intérieur des pois; tandis que si l'eau chauffe trop vite et trop fort, les pois sont saisis par la chaleur et durcissent au lieu de cuire véritablement.

Il faut bien compter sur 40 à 45 minutes d'échauffement progressif avant d'arriver à l'ébullition complète. Pendant ce temps, il se forme à la surface une écume légère que vous enlevez quand l'ébullition s'est bien déclarée. A ce moment, alors, retirez la casserole sur un feu plus doux, où vous laissez bouillotter *tout doucement, régu-*

*lièrement* pendant près de 3 heures.

On constate la parfaite cuisson des pois, quand ils s'écrasent sous le doigt à la moindre pression, sans y presque toucher pour ainsi dire. A ce point ils sont bons à passer, et si vous êtes en avance, il faut les retirer du feu et tenir simplement la casserole au chaud.

Avant de les passer, vous pouvez préparer les oignons qui seront ainsi tout prêts au moment où la purée sera passée.

### Les oignons

Epluchez 50 gr. d'oignon, en supprimant les parties extrêmes de la tige et de la tête dont le goût est trop prononcé. Emincez l'oignon en tranches excessivement fines. Mettez-le dans une casserole avec 20 gr. de beurre. Posez, sans couvrir, sur feu très modéré, presque un feu doux, où vous laissez doucement cuire et colorer pendant un bon quart d'heure, en remuant de temps en temps. L'oignon ne doit pas fonder du tout; par conséquent *point brunir*, mais prendre seulement une teinte dorée légère. Sans cela il donnerait un vilain goût âcre au potage. Pendant qu'il colore doucement vous pouvez préparer le potage, d'autant mieux qu'une fois coloré, l'oignon peut attendre au chaud tant qu'on veut.

### Pour passer

Posez le tamis de crin sur une terrine. Il est préférable, pour la purée de pois, au tamis métallique qui est moins fin.

Avec la cuiller à pot, prenez les pois par petites quantités à la fois, et avec *leur eau* en même temps, ainsi que les légumes.

Au moyen du champignon de bois, frottez doucement dans un mouvement de va et vient, et non point en rond, ce qui donne un mauvais résultat. N'appuyez pas fortement, car les pois doivent être assez cuits pour s'écraser à la moindre pression, et en



frottant trop fort, vous feriez passer des germes et des petits grains.

Raclez le dessous du tamis où des amas se forment toujours. Mélangez-le bien au liquide de la terrine, et reversez le tout dans la casserole à l'oignon. Posez sur feu modéré, et ne cessez de remuer la purée avec une cuiller de bois, jusqu'à ce que l'ébullition se soit établie. Sans cela, vous auriez de gros caillots.

#### Pour mijoter

Dès que le liquide s'est mis à bouillir, retirez la casserole sur le coin du fourneau pour laisser bouillotter *d'un côté seulement*. Cette façon, qu'on appelle « dépouiller », comme nous le disons chaque fois, permet aux impuretés du liquide de remonter à la surface sous forme d'écume ; cette écume est chassée doucement par l'ébullition sur la partie tranquille du liquide ; il faut l'enlever peu à peu avec une cuiller de métal, ainsi que la graisse qui remonte en même temps, comme une espèce de peau.

Couvrez pendant ce temps, aux trois-quarts la casserole, et laissez bouillotter ainsi un quart d'heure. Goûtez pour le sel, et ajoutez une petite pincée de poivre.

#### Les croûtons

Selon les goûts de la maison, prenez de la flûte à potage si on aime le pain mitonné, ou du pain de gruau ordinaire que vous ferez griller, si, comme c'est le cas général, on aime les croûtons croquants. Il faut alors couper de petites tartines rondes d'un centimètre d'épaisseur et les faire griller d'un joli brun clair à feu couvert, ou, aussi bien, les laisser au four pour les rôtir parfaitement.

#### Pour servir

Versez le potage dans la soupière et ajoutez les croûtons juste au dernier moment, afin qu'ils ne se ramollissent pas trop.

LA VIEILLE CATHERINE.



## Menus

ŒUFS A LA TRIPE  
ESCALOPES DE VEAU A LA VIENNOISE  
POMMES DE TERRE ANNA  
MARMELADE DE POMMES

SOUPE AU LIÈVRE  
BARBUE A LA HAVRAISE  
FILET DE BŒUF NIVERNAISE  
FAISAN ROTI  
CARDONS AU JUS  
PUDDING DE CABINET

ŒUFS EN COCOTE  
FOIE DE VEAU SAUTÉ A LA POELE  
SOUFFLÉ DE POMMES DE TERRE  
POMMES AU BEURRE

POTAGE BORDELAIS  
PETITS SOUFFLÉS AUX CREVETTES  
GIGOT BOUILLI A L'ANGLAISE  
POULARDE ROTIE  
PATÉ DE PERDREAUX  
ENDIVES GLACÉES  
TIMBALE DE FRUITS

SOLE A LA RUSSE  
FILETS MAIRE  
POMMES DE TERRE MAITRE D'HOTEL  
BALLOTINES DE PIGEON  
SOUFFLÉ A LA VANILLE

POTAGE SANTÉ  
BŒUF A LA MODE  
PINTADE ROTIE  
PURÉE DE CÉLERI  
CRÈME AU CHOCOLAT

ŒUFS BROUILLÉS AUX CROUTONS  
COQUILLES SAINT JACQUES  
GOUËRE AU FROMAGE  
COMPOTE DE POIRES

POTAGE PURÉE DE POIS AUX OIGNONS  
COLIN SAUCE AUX CAPRES  
PILET ROTI  
HARICOTS VERTS A L'ANGLAISE  
PUDDING A LA BRÉSILIENNE

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





## Pudding à la Brésilienne

**C'**EST un des meilleurs puddings, un des plus délicats qu'il soit possible d'imaginer. Il donne même plutôt l'impression d'un soufflé, tant il est léger. Le tapioca est l'unique fécule employée, et, à la cuisson, les grains se dissolvent et fondent à tel point qu'une personne inexercée dans les choses de la cuisine ne peut comprendre comment ce tapioca peut se transformer en une pâte dont l'aspect seulement rappelle un peu celle du savarin, avec, en plus, une excessive légèreté.

L'exécution de cet excellent entremets est fort simple ; c'est surtout la cuisson qui est le point important. Il faut un four réellement bien chaud, et cela d'un bout à l'autre du temps prescrit. Au fond, c'est plutôt une commodité, car on peut mettre l'entremets à la même chaleur que le rôti, et par conséquent cuire les deux en même temps.

Le sirop accompagnant le pudding peut être indifféremment à la groseille ou à l'abricot. De même on peut parfumer le pudding à la vanille plutôt qu'au citron, suivant les goûts.

### Proportions

Pour 8 ou 9 personnes :  
1/4 de litre de lait ;

75 gr. de tapioca ;  
100 — de sucre en poudre ;  
50 — de beurre ;  
4 jaunes d'œufs ;  
4 blancs —  
5 gr. de sel ;  
1 pelure de citron.

### POUR LA SAUCE

4 cuillerées de gelée de groseille ;  
1 — de rhum ;  
1 décilitre d'eau chaude.  
Temps nécessaire : 1 h. 1/4.

### RÉSUMÉ

Faire bouillir le lait avec zeste de citron. Y cuire le tapioca 3 minutes.

Ajouter hors du feu jaunes, beurre, sucre ; puis les blancs en neige. Verser en moule enduit de caramel. Cuire au bain-marie à four chaud 3/4 d'heure.

*Sauce.*— Délayer la gelée de groseille avec rhum et eau chaude, chauffer jusqu'à ébullition. Servir en saucière à part.

### Le moule

C'est un moule dit à charlotte qu'il faut prendre ; mais il faut le choisir assez haut. Les moules en cuivre étamé et en fer blanc sont d'une bonne dimension. Les moules en fer battu, à oreilles, dont on se sert communément pour les crèmes renversées, les gâteaux de riz, etc., et qu'on appelle également moules à charlotte, sont trop bas de forme pour les puddings en général, surtout pour les puddings légers et chauds qui s'affaissent plus ou moins au démoulage.

Le pudding à la Brésilienne doit avoir plutôt l'aspect d'un gros baba et non pas celui d'un gâteau bas. Il faut donc compter pour un moule de la contenance d'un litre 1/2 qui convient aux quantités ci-dessus, sur les dimensions de 15 centimètres de diamètre à l'ouverture et un peu plus de 10 centimètres de hauteur.

Pour un moule en cuivre ou en fer étamé, on fera le caramel comme d'habi-



tude dans le moule même. Pour cela, on y met une forte cuillerée de sucre en poudre et l'on fait chauffer sur feu doux. Dès que le sucre commence seulement à colorer, agitez doucement le moule pour égaliser la cuisson et la coloration. Ne laissez jamais trop brunir, car le caramel serait âcre. Il faut une teinte dorée moyenne. Alors, pendant que le caramel est chaud, hâtez-vous de tourner le moule en tous sens pour le faire couler un peu partout. Si le sucre menaçait de brûler, arrêtez la cuisson en posant le moule sur de l'eau froide.

Si votre moule est en simple fer blanc soudé, vous ne pourriez y faire cuire directement le caramel sans dessouder votre moule. Il faut préparer votre caramel d'abord dans une petite casserole, en suivant les mêmes indications. Pendant ce temps, faire chauffer le moule dans une casserole d'eau *bouillante*, sans quoi le caramel figerait dans le moule dès que vous l'y verseriez. Vous versez ensuite le caramel dans le moule toujours tenu dans l'eau *en train de bouillir*, sur le feu. Il faut faire cela assez vite pour éviter que le caramel fige. Et il faut aussi employer la moitié plus du sucre nécessaire, en tenant compte de ce qui reste attaché au fond de la casserole.

#### Le tapioca

Ayez du tapioca de très bonne qualité, d'une marque de fabrique certaine. Ayez aussi du bon lait très pur; si vous n'êtes pas sûr que votre lait n'ait pas été additionné d'eau, il faut, comme nous le répétons souvent, en prendre le double de la quantité indiquée et le faire bouillir pour le réduire à la proportion nécessaire.

Prenez une casserole de la contenance d'environ 1 litre, pour pouvoir y travailler la pâte à l'aise. Versez-y le lait, faites chauffer, et remuez le lait pendant ce temps avec la cuiller de bois pour éviter

qu'il dépose au fond de la casserole en tout petits grumeaux qui constituent la meilleure partie du lait.

Dès qu'il bout, mettez-y la pelure de citron et couvrez, en tenant au chaud, hors du feu. Le citron a dû être pelé très finement, de façon à n'en prendre que le zeste bien jaune, sans aucune partie de blanc qui est amer. Laissez infuser 7 ou 8 minutes. Enlevez le zeste, remettez sur le feu, faites bouillir de nouveau, et, aussitôt, jetez-y le tapioca. Immédiatement remuez le tout avec une cuiller de bois un peu grande, en laissant toujours la casserole sur un bon feu, pendant 3 minutes seulement.

Ce temps est suffisant, car, si le tapioca cuisait plus longtemps il prendrait un goût de colle. Il faut donc 3 minutes d'ébullition, pendant lesquelles vous ne cessez de travailler avec la cuiller. Presque aussitôt, le mélange épaissit et prend une consistance assez ferme pour qu'il soit nécessaire d'apporter une certaine vigueur dans le maniement de la cuiller. Au bout des 3 minutes, la pâte est absolument ferme et peut être tassée en boule au fond de la casserole sans s'y étaler aucunement. Il est important de bien remuer et travailler le tapioca pendant ce peu de temps, pour le bien délayer avec le liquide qui est vite absorbé. Pendant que vous le travaillez ainsi, mettez-y le sel indiqué.

Versez la pâte dans une terrine de faïence ou un saladier pour la travailler plus aisément avec le reste des ingrédients nécessaires. Il faut une terrine qui puisse bien contenir deux litres, pour ces quantités.

Le passage de la pâte dans la terrine froide suffit pour lui enlever son excès de chaleur, et vous pouvez tout de suite y casser les jaunes d'œufs sans craindre de les voir cailler. Au fur et à mesure résér-



vez les blancs dans une petite terrine à part.

Remuez fortement la pâte avec une cuiller de bois, tandis que vous ajoutez les jaunes, un à un. A ce moment, la pâte, saisie par la fraîcheur des œufs, semble se partager en gros grumeaux. Ces gros grumeaux vont se délayer plus facilement quand vous aurez ajouté le beurre et surtout le sucre qui, en fondant, apporte une certaine humidité. Cassez le beurre en petits morceaux pour le faire fondre plus vite et en même temps mettez le sucre.

C'est maintenant qu'il s'agit de travailler vigoureusement la pâte pour la rendre bien unie et légère. Avec une cuiller de bois assez grande et forte, délayez parfaitement le tout en prenant soin d'écraser sous la cuiller les petits pelotons de tapioca qui ne se sont pas bien mélangés au reste. Vous les reconnaissez avec d'autant plus de facilité qu'ils sont restés d'une teinte plus claire que le reste, ne s'étant pas encore bien amalgamés avec le jaune d'œuf. Quand le mélange est parfait, il faut alors se mettre à *battre* la pâte avec conscience. C'est-à-dire qu'il ne suffit plus de tourner ni d'écraser; il faut soulever la pâte à chaque coup de cuiller; ce travail seul donne aux pâtes la légèreté désirable; les gâteaux et les puddings exécutés par des cuisiniers ont une légèreté qu'on rencontre plus rarement dans ceux des cuisinières débutantes, parce que les hommes apportent dans cette partie du travail une force plus grande et surtout mieux appliquée.

Il faut donc battre plutôt fortement que longtemps. La pâte en retombant sur elle-même doit former de grosses cloques indiquant qu'elle a absorbé de l'air.

La pâte étant ainsi bien travaillée, passez aux blancs d'œufs, juste au moment de mettre le pudding à cuire.

### Les blancs d'œufs

Battez-les à part, dans la petite terrine, avec un fouet en fil de fer étamé ou la batteuse mécanique, jusqu'à ce qu'ils soient en neige ferme.

Avec la spatule de bois, ou une carte un peu grande, prenez le tiers seulement des blancs et posez-le sur la pâte. Passez la spatule ou la carte sous la pâte pour la ramener sur les blancs et les envelopper de toutes parts. Puis fendez le milieu du mélange, et ramenez le dessous, dessus. Ces directions vous indiquent qu'il faut éviter de « touiller » les blancs d'œufs qui doivent rester neigeux tout en étant mélangés dans la pâte. Si vous touillez, ils deviennent liquides et la pâte en cuisant ne gonflera pas. Voilà pourquoi la spatule, ou à défaut une carte, est indispensable pour opérer convenablement ce mélange qui doit être fait en quelques coups seulement; il faut bien savoir ce qu'on va faire et ne pas tourner au hasard. Dès que cette partie des blancs est mélangée, et c'est la plus longue, parce que la pâte est assez dure à ce moment, vous ajoutez la moitié des blancs qui restent, avec les mêmes précautions. Puis, enfin, le reste qui est mélangé en trois ou quatre coups, la pâte étant rendue plus liquide.

*Versez tout de suite dans le moule et mettez immédiatement à cuire.* Sans cela les blancs, en attendant, perdent leur légèreté.

Le moule est garni de caramel comme nous l'avons dit, et la pâte ne doit le remplir qu'à moitié.

### La cuisson

Posez le moule dans une casserole où il puisse être environné par un espace de trois doigts au moins. Versez-y de l'eau bouillante jusqu'à 2 centimètres du bord du moule. Posez la casserole, sans rien



couvrir, sur un bon feu et laissez-la ainsi 5 ou 6 minutes. C'est juste le temps nécessaire pour faire de nouveau bouillir l'eau, et maintenir cette ébullition bien établie pendant quelques instants. De cette façon, le moule est sûrement échauffé et le fond du moule plus fortement que le reste, ce qui provoque la poussée plus rapide de la pâte.

L'eau étant bien en train de bouillir, mettez la casserole dans le four chauffé comme pour y cuire un rôti, sans couvercle sur le moule ni sur la casserole.

Comptez maintenant  $3/4$  d'heure de cuisson à partir de ce moment. La pâte doit commencer à monter au bout de 6 ou 7 minutes, mais c'est vers la dernière partie de la cuisson qu'elle montera le plus. Si vous voyez que la surface du gâteau brunit trop fort et trop vite, c'est-à-dire au bout d'une dizaine de minutes, il faut couvrir le moule avec une simple feuille de papier beurré, mais ne pas diminuer le feu. L'eau du bain-marie peut bouillir sans inconvénient, à condition de ne point élabousser l'intérieur du moule. Si elle diminue trop en s'évaporant, il faut ajouter de l'eau *absolument bouillante* que vous versez de temps en temps dans la casserole.

Au milieu du temps de cuisson, le gâteau gonfle en faisant le dôme; mais vers la fin, il s'étale régulièrement et les bords montent aussi bien.

Vous vous assurez qu'il est cuit en appuyant légèrement sur le centre qui doit rester résistant. Vous pouvez enlever le papier vers la fin, car il n'y a pas d'inconvénient à laisser se former une légère croûte. Plus tôt, cette croûte s'opposerait à la poussée de la pâte; mais en dernier lieu elle n'empêche plus rien.

Quand le pudding est cuit, il ne faut pas le retirer du bain-marie ni l'exposer à

l'air frais avant de le servir, car il retomberait un peu trop. Il faut mettre la casserole à l'étuve un peu chaude, pour qu'il garde sa même température sans cuire davantage, et cela pas très longtemps avant le service.

#### Pour servir

Assurez-vous que le pudding ne tient pas au moule, et, au besoin, passez une lame de couteau entre les bords. Renversez sur le plat de service, *bien chauffé*; versez autour quelques cuillerées seulement de sauce, de quoi colorer tout juste le fond du plat, et servez le reste de la sauce en saucière.

La sauce a été préparée ainsi à l'avance, avant de retirer le pudding du four.

#### La sauce

Dans une petite casserole, délayez la gelée de groseille avec l'eau chaude indiquée; faites chauffer en achevant de délayer; ne laissez pas bouillir, ce qui provoque de l'écume. Ajoutez le rhum, et tenez le tout au chaud jusqu'au moment de servir.

#### Observations

Il faut absolument un four aussi chaud à la fin de la cuisson qu'au début. Sans cela le pudding paraît cuit parce qu'il a monté et coloré; mais l'intérieur est mou et le pudding s'affaisse immédiatement à sa sortie du moule.

Il ne faut pas laisser une croûte trop épaisse se former à la surface parce que non seulement cette croûte gêne la montée de la pâte, mais encore elle s'oppose à l'évaporation des liquides de la pâte. D'où il résulte qu'un pudding bien coloré, bien gonflé en apparence, peut, à l'intérieur, présenter l'aspect d'une véritable bouillie, tout comme un soufflé insuffisamment cuit.

On voit donc que c'est surtout la *forte*



chaleur soutenue jusqu'à la fin qui est ici d'une importance capitale. On devra donc s'arranger pour entretenir le feu au fur et à mesure, sans le laisser diminuer un seul instant.

LA VIEILLE CATHERINE

## POTAGE AUX CHATAIGNES

AU

### TAPIOCA-BOUILLON BOUDIER

Faites griller quelques petites châtaignes nouvelles. Epluchez-les et finissez de les cuire doucement dans la quantité d'eau nécessaire au potage. Jetez-y le Tapioca-Bouillon, et laissez pocher au coin du fourneau. Ajoutez des petits lardons pris dans du lard de poitrine, un peu maigre, que vous aurez fait colorer au beurre. Une pincée de poivre et une cuillerée de fromage râpé.

*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*.

## NOTRE ENCARTAGE

La feuille d'ouvrages que nos lectrices trouveront encartée dans le numéro de ce jour montre toute une série d'articles de linge de table que la maison Henry, *A la Pensée*, a édités, et qui sont d'une exécution bien facile.

Ces objets sont vendus imprimés et coloriés, avec toutes les fournitures nécessaires pour les terminer, et sont envoyés franco aux lectrices du *Pot-au-Feu*.



## LA VIE A MADAGASCAR<sup>(1)</sup>

II

### Alimentation indigène

D'abord deux mots pour caractériser les mœurs malgaches sous ce rapport spécial.

La sobriété et la rusticité sont des qualités de terroir au Pays-Rouge, qualités plutôt imposées que voulues. Qu'est-ce à dire? Simple-ment que l'indigène de la Grande Ile n'est ordinairement pas difficile parce que ses ressources alimentaires sont mesurées et, surtout, peu variées. Mais, chez lui, l'habitude est loin d'être une seconde nature, et son austerité d'usage n'est pas inflexible. Car si, d'aventure, l'occasion de faire bonne chère se présente, il ne manque pas d'en profiter largement. Ajoutons : avec un sincère enthousiasme et une satisfaction intérieure qui le métamorphosent tout à fait.

Pourquoi lui en tiendrions-nous rigueur, puisque l'homme devient meilleur en mangeant?

Remarquons toutefois que, malgré sa propension accidentelle aux pantagruéliques agapes, ce n'est ni un raffiné ni un virtuose dans l'art de préparer les aliments, bien au contraire. C'est plutôt un primitif, un vrai barbare, étranger aux recettes de la bonne cuisine. Son éducation de gourmet est entièrement à faire. Ainsi, les plus grands personnages de Tananarive, ceux qui donnent bals et soirées où nous sommes littéralement ébaubis

(1) Voir le *Pot-au-Feu* du 1<sup>er</sup> janvier 1900.



par les délicieuses toilettes du beau sexe et par la correction et l'élégance des gentlemen du crû, ce qui indique au moins un courant irrésistible d'*Européanisation*, prennent dans l'intimité leurs repas, aussi peu variés que ceux du simple bourjane, assis sur leurs talons ou sur une natte devant la traditionnelle écuelle de riz !

Le Malgache, quelle que soit sa situation sociale, est donc généralement sobre et exceptionnellement intempérant, selon les circonstances, mais étranger à tout artifice dans l'art d'accommoder sa nourriture. Sous ce rapport, il n'a rien appris..... ni rien oublié. Il reste immuable, stéréotypé, réfractaire à nos procédés raffinés. Etrange dualité de son caractère qui rend rêveurs ceux qui ont été témoins de son penchant à copier servilement les modes et les manières des Vazaha ! Mais, peut-être, n'a-t-il pas, autant que nous le supposons, dépouillé le vieil homme et garde-t-il, intérieurement, un superstitieux attachement aux coutumes des ancêtres ? Les âmes orientales ont de ces replis qui se dérobent à nos curieuses investigations !



Cette digression achevée, montons au grenier d'une maison où nous trouverons généralement la cuisine, du moins en Imerina.

Le matériel est plus que sommaire. Ici, pas de fourneaux ingénieux ni d'ustensiles perfectionnés. Trois pierres habilement disposées sur lesquelles trébuchent rarement les récipients, tiennent lieu de foyer ; une marmite, en fer émaillé, dans la région maritime, en terre, à l'intérieur ; un plat, et c'est tout comme batterie de cuisine.

La vaisselle se réduit au moins à l'indispensable : une cuiller en fer battu ou, le plus souvent, en corne, par personne ; un plat destiné aux aliments cuits, une sorte de gobelet et une cruche pour la famille entière. Sur la côte, les indigènes remplacent la cruche en terre par une longue tige de bambou dont ils percent les nœuds intérieurs. Et s'il est vrai « que tant va la cruche à l'eau, qu'elle se casse », la forêt n'est pas loin. Comme il est facile de s'en rendre compte, le superflu est

inconnu, l'indispensable restreint. Toutefois, les familles les plus aisées ajoutent quelques assiettes émaillées à ce rapide inventaire. Que nous sommes loin de l'arsenal culinaire de l'Occident !

Une égale simplicité préside à la mise du couvert, s'il est permis d'employer une expression aussi prétentieuse dans la circonstance. Les assiettes remplies de riz sont déposées en cercle sur le sol pour les repas de cérémonie, et chacun s'accroupit pittoresquement à côté de son récipient. En temps ordinaire, les convives se placent en rond autour du plat commun et se servent avec la cuiller ou avec la main. Une natte de jonc étendue à terre est un luxe remarqué. Manger sur une table serait une révolution dans les usages séculaires que personne n'a l'intention de modifier. Et puis, la nature toujours prévoyante n'a-t-elle pas adapté ces primitifs insulaires à cette attitude écrasée en leur donnant pour siège leurs propres talons ?

Le riz constitue la base de l'alimentation : c'est le pain de l'indigène. Il s'en consomme une grande quantité. La manière de le préparer est partout la même. Le grain est débarrassé, au moyen de plusieurs lavages, des matières étrangères auxquelles il est toujours plus ou moins associé, puis mis dans une marmite contenant de l'eau. La quantité de liquide est calculée de manière que sa complète évaporation coïncide avec la cuisson du riz. On l'améliore alors ou l'on modifie sa saveur habituelle en y introduisant de la viande, du poisson ou des légumes. Le riz au lait est très apprécié ; c'est généralement un extra.

Dans la nomenclature alimentaire des Malgaches, le manioc (mangahazo) vient après le riz. Ses tubercules sont très appréciés et indifféremment consommés cuits ou crus. En route, les bourjanes le préfèrent cuit et en font leur « casse-croûte » habituel du matin, qui leur permet de pousser jusqu'à l'étape. Il faut voir avec quel empressement ils se jettent sur la corbeille de « mangahazo » du pauvre marchand accroupi au bord du chemin, dans son attitude figée d'homme résigné et attendant sa



clientèle ambulante et anonyme ! Un sou par ci, un sou par là ! maigre bénéfice sans doute, mais le vendeur de manioc n'est pas exigeant !

La patate entre aussi pour une bonne part dans la nourriture des classes pauvres. Sa préparation est à peu près la même que celle du manioc. Les feuilles sont bouillies et servies comme nos épinards. Nombre d'espèces d'herbes, dont la liste serait fastidieuse, sont utilisées par la cuisine malgache. D'abord cuites à l'eau, elles sont ajoutées au riz, à un plat de poisson ou de viande. La pomme de terre, cultivée sur les hauts plateaux, la citrouille, les haricots, les poids du Cap et le maïs sont préparés sous forme de ragoût. L'épi de maïs est parfois grillé et les grains sont alors mangés comme friandise en dehors des repas.

N'oublions pas la viande de bœuf, de porc, de mouton et de chèvre (cette dernière est très appréciée dans l'ouest où celle de porc est interdite par les croyances religieuses). La viande est cuite à l'eau jusqu'à complète évaporation du liquide, sans autre procédé de préparation. Sur le littoral les habitants consomment une grande quantité de « kitoza », viande coupée en lanières et boucanée au feu ou au soleil. Dans ces régions, lorsque le voyageur fait abattre un bœuf à l'intention de ses porteurs, il n'est pas peu étonné de voir le soir à la lueur d'un grand feu de bivouac, égayé par les rires de l'assistance réjouie, une multitude de batonnets présentant à la flamme une tranche encore sanglante de l'animal dépecé.

La volaille est très répandue dans l'île entière ; c'est une précieuse ressource alimentaire, aussi bien pour l'indigène que pour l'Européen. Un poulet vaut de 0 fr. 60 à 0 fr. 70 dans l'Imerina et le Betsileo ; une belle poularde, de 0 fr. 75 à 0 fr. 80 ; un canard, de 0 fr. 75 à 1 fr. ; une dinde, de 2 fr. 50 à 3 fr. ; une oie grasse, de 3 à 4 francs. Les uns et les autres sont simplement cuits à l'eau en compagnie d'herbes comestibles et assaisonnées avec du sel et du poivre indigène (Voamperrifery), ainsi qu'avec de petits piments rouges (Sakay), cultivés dans tous les villages.

(A suivre.)

\*\*\*



## LE BIFTECK ÉLECTRIQUE

Si la somnambule dont la roulotte devait orner un des coins de la rue de Paris au Camp du drapeau, avait prédit à Charles-Quint que son armure aurait un jour une influence décisive sur la vulgarisation de la cuisine électrique, le monarque eût, sans doute, fait ce que des souverains plus modernes ou plus nègres ne se gênent point, dans l'intimité, pour appeler « une drôle de tête ». Rien de plus vrai, cependant. Le commissariat espagnol, craignant les dangers d'incendie pour le bouclier du grand empereur et, surtout, pour les merveilleuses tapisseries auprès desquelles il est exposé, avait interdit au concessionnaire du restaurant installé sous son pavillon l'usage du gaz, du pétrole et du charbon. Il fallut donc installer dans les cuisines de *la Feria* un fourneau universellement électrique.

Il y a trois ans (15 septembre 1897), je signalais l'installation électrique qui constituait une des curiosités de l'Exposition de Bruxelles. Il s'agissait d'un bar automatique, copié sur celui qui avait fonctionné à Berlin deux ou trois ans auparavant. L'électricité était utilisée non seulement pour maintenir les plats chauds, mais encore pour cuire les saucisses, côtelettes ou autres « délicatesses » offertes au public.

Après avoir décrit sommairement la nouvelle batterie de cuisine, nous concluons dans les termes suivants :

— Nous n'avons pas encore, au *Pot-au-Feu*, fait d'expériences assez suivies pour oser porter un jugement précis sur la valeur pratique de ces appareils.

« Notons pourtant que l'on s'est surtout préoccupé jusqu'ici d'obtenir une chaleur rapide et intense. La casserole électrique peut donc être bonne pour les sautés, et le gril électrique semble préférable au gril à gaz ; outre qu'il est d'entretien plus facile, on n'a pas à craindre, avec lui, le mauvais goût que communiquent



souvent à la viande les produits de combustion d'un gaz mal épuré.

« D'autre part, le prix de revient est moins élevé qu'on ne le suppose. C'est un cliché courant de répéter que la cuisson d'un bifteck ou d'une côtelette à l'électricité coûte plus cher que la viande elle-même. Il y a là une grande exagération. Tandis que nous payons le gaz aussi cher pour nous chauffer que pour nous éclairer, certains secteurs parisiens livrent à un prix très réduit les courants destinés à alimenter les appareils de cuisine ou de chauffage. Dans ces conditions, la cuisson d'un bifteck, au dire des électriciens, reviendrait à peu près à 5 centimes.

« Pour les rôtis et la pâtisserie, le fourneau cité plus haut peut donner de bons résultats, mais la dépense est élevée.

« Quant aux braisés, qui exigent des cuissons lentes, nos électriciens n'ont pas encore osé les aborder. Des raisons techniques rendent difficile la construction d'une casserole électrique donnant une chaleur douce sans une déperdition onéreuse du courant. Cependant le problème ne paraît pas insoluble et, le jour où l'on aura tourné la difficulté, l'électricité sera, même pour les cuissons lentes, bien supérieure au gaz qui, commode et pratique pour faire mijoter un pot-au-feu, est un très mauvais agent de cuisson pour les braisés, car ou il chauffe trop, ou il s'éteint facilement. »



Une petite explication technique est nécessaire pour faire comprendre le progrès réalisé depuis cette époque.

Tous les appareils de chauffage électrique sont, au fond, de simples lampes établies pour produire plus de chaleur. Pour cela, on augmente la grosseur ou la longueur du fil, afin d'obtenir une plus grande surface incandescente. Mais, grave difficulté : si le fil brûle à l'air libre, il est très vite consumé. Aussi, jusqu'ici, ces fils de chauffage étaient, ou enfermés dans une ampoule où l'on pratiquait le vide, ce qui en faisait une lampe ordinaire ; ou emprisonnés dans une plaque en pâte d'émail. Pour éviter les déperditions de chaleur, on faisait de cette plaque chauffante le

fond même des casseroles ou des bouilloires. En un mot, chaque ustensile portait en lui-même son petit fourneau ; ce qui nécessitait une batterie de cuisine onéreuse et compliquée.

En outre, sous peine de voir éclater l'émail, on ne pouvait dépasser une certaine température.

Le système Parvillée, utilisé au restaurant de *La FERIA*, est tout différent. Au lieu de fils, des baguettes (des bûches, en termes techniques) de la grosseur d'une règle, faites de porcelaine et de poudres métalliques comprimées. Sous l'influence du courant, ces bûches rougissent à l'air libre, comme une barre de fer, sans se consumer.

De sorte que, pour utiliser cet étrange combustible, il suffit de prendre un fourneau ordinaire, avec des trous comme ceux par lesquels on a l'habitude d'introduire le charbon, et de placer dans ces trous une grille ronde formée de bûches électriques. En tournant un robinet, cette grille passe au rouge et donne aussitôt l'illusion d'un foyer de charbon à la cuisinière pour qui l'électricité reste encore plus ou moins synonyme de tonnerre. Un réseau de bûches semblables chauffe le four ; les grillades se font dans un appareil semblable au fourneau à gaz dont la rampe est remplacée par un clavier de bûches. Pendant toute la durée de l'Exposition, la cuisine de *La FERIA* n'a pas été faite autrement.



Peut-on adopter sans réserve l'enthousiasme affiché pour ces biftecks par quelques amateurs électrisés eux-mêmes par les danses espagnoles ? Il serait téméraire de vouloir formuler à cet égard un jugement définitif.

Chose certaine : le gril électrique, grâce à sa haute température, saisit admirablement la viande, sans l'exposer à la buée et aux émanations si difficiles à éviter avec le gaz. D'autre part, les rôtis se trouvent dans les mêmes conditions que dans un fourneau à houille, avec cet avantage que la chaleur est, à la fois, plus intense, plus enveloppante et plus facile à diriger, et qu'il n'y a à craindre aucun goût de fumée. La théorie démontre donc et l'expérience semble établir que, pour la qualité des



rôtis et des grillades, l'électricité est de beaucoup supérieure au gaz et au charbon de terre. Comparativement à la braise et à la broche, on nous permettra de ne pas encore nous prononcer.

Pour les braisés, on arrivera peut-être à combiner les bûches actuelles de manière à réaliser, sans dépense excessive, le mijotement cher à nos aïeules.

Enfin, sans entrer dans la question du prix de revient, qui dépend du prix excessivement variable du courant électrique dans les diverses localités, il semble, dès à présent, que, dans beaucoup de cas, la cuisine électrique puisse être bientôt moins chère que la cuisine au gaz.

DUTUYAU.

**CRÈME** AUX LIS Pour acquiescer, développer et conserver la beauté. Fée G. GEORGIENS 1<sup>er</sup> GO m<sup>re</sup> ou timb. BEAUTY, 28, R. Astorg, Paris.

## DISTRIBUTEUR D'ÉNERGIE

Le triomphe de la vitalité sur les influences qui nous assiègent n'est dû qu'à la prédominance de la force. Conserver, accumuler en nous cet agent est le but constant de nos docteurs, qui depuis trente ans opposent aux progrès inquiétants de la débilité le merveilleux distributeur d'énergie qu'est le *Vin Mariani*, et partout enregistrent la sûreté, la régularité de ses effets. Comme une sève charriant la vie, ce tonique incomparable répare sur son passage les organes où le mal a laissé, avec ses tares légères ou profondes, la faiblesse qui déprime leur résistance. Il infuse, distribue, répand la vigueur. Et le relèvement est proche quand la souffrance, soulagée ou abolie, cède sous les poussées généreuses de ce reconstituant des forces, conservatrices de la santé.



ALIMENT DES ENFANTS

## LES FOURRURES ET LA PEAU

Certaines personnes ont de la peine, chaque saison, à s'habituer au contact direct de la fourrure. Il suffit de quelques jours de « boa » pour déterminer sur le cou une éruption contre laquelle elles arrivent difficilement à s'aguerir ; le mal ne disparaît souvent qu'avec l'abandon de la fourrure. Aussi, plus d'une parmi ces femmes fragiles, se résigne-t-elle à l'unique collet ou jaquette au col garni de dentelle. Outre que cette « simplification » supprime bien des commodités, la cravate de renard reste plus que jamais obligatoire. Redoublement d'angoisses pour nombre d'élégantes qui voudraient enfin savoir d'où vient le mal et comment l'éviter.

On s'est demandé si certaines maisons ne préservaient point les fourrures qui leur sont confiées à l'aide de pâtes arsenicales. Nous ne le croyons pas. En général, dans les maisons sérieuses, on emploie peu de drogues à cet effet. Pour les fourrures neuves, susceptibles de rester fort longtemps en magasin et que l'acheteuse se résigne aisément à voir imprégnées d'un parfum peu voluptueux, on utilise beaucoup la poudre de pyréthre, qui donne toute sécurité si elle n'est pas éventée ou frelatée, ce qui arrive souvent. Mais, pour les fourrures données en garde, que l'on désire pouvoir mettre du jour au lendemain sans être incommodé, l'aération et le battage fréquent constituent l'unique préservatif, auquel on ajoute parfois l'action de la lavande de Bourbon.

Mais il semble que dans certains « conservatoires », désireux d'éviter ces frais de manutention, on emploie des antiseptiques aussi bon marché que possible, cause probable des accidents dont nous parlons. On a constaté, en effet, que les fourrures qui les déterminent ont presque toujours été confiées à des maisons de second ordre.

Il n'y a d'autre remède, dans ces conditions, que de laisser la fourrure à l'air et de la battre fréquemment pendant dix ou quinze jours, pour la débarrasser de la drogue qu'elle contient — et de la confier à une autre maison l'année suivante.



## COURRIER

**L. G.** — Nous ne voyons pas ce que nous pourrions ajouter au résumé que vous nous donnez vous-même de la recette. Voyez notre recette de gênoise pralinée.

**d'A.** — Vous avez dû manger en Hongrie : le gulasch (de bœuf, de veau ou de mouton) et le poulet au paprika : c'est un poulet sauté avec sauce à la crème assaisonnée de paprika. — C'est une dinde farcie de foie gras, braisée et glacée avec sauce chauffée.

**C. B.** — Pour avoir des laitues blanches : les mettre à l'eau froide, chauffer vite ; à mesure qu'elles montent, les pêcher avec l'écumoire, les mettre dans une casserole en terre et couvrir d'eau chaude. Ne pas mettre d'oignon et très peu de sel.

**X.** — Berlingots : cuire 1 kilo sucre avec 1/4 litre eau et 125 gr. glucose. Quand il arrive au petit cassé, y ajouter une petite cuillerée d'acide acétique ; verser sur marbre huilé, et l'étirer dès qu'il est raffermi.

**Docteur L.** — Grives au genièvre : les sauter dans une cocotte en terre, de 10 à 12 minutes ; ajouter quelques grains de genièvre, un petit verre de vin blanc, couvrir et ne pas laisser bouillir.

**M. B.** — La friture qui a servi pour les beignets soufflés mousse parce que la cuisson des beignets ayant été menée trop lentement, le beurre de la pâte est ressorti.

**Bel-Air.** — Nous avons donné bien souvent la recette de la sole au vin blanc. Pocher une sole moyenne, avec 1 décil. 1/2 de vin blanc ; lier le jus de cuisson avec 10 gr. farine, 20 gr. beurre ; 2 jaunes ; finir avec 50 gr. beurre.

**Pain d'épices.** — On nous demande fréquemment la recette du pain d'épices. La préparation exige deux ou trois mois. Il vaut beaucoup mieux l'acheter : on l'a meilleur et guère plus cher que celui que l'on essaierait de faire chez soi.

**De V.** — On fait ces cornets soit avec de la pâte à gaufres, qu'on roule sur un bâton au sortir du four, soit avec de la pâte demi-feuilletée qu'on roule sur un cornet de carton avant de mettre au four. — La purée de fraises a toujours une couleur plus ou moins grisâtre ; pour l'avoir rose, on y ajoute un peu de carmin.

**Gaby.** — Suivez les proportions et les indications que nous avons données plusieurs fois pour

les soufflés. Les spooms se préparent comme les sorbets, avec cette différence qu'on ne reglace pas après l'incorporation du blanc d'œuf. — Le nickel peut former avec les acides des aliments des sels toxiques aussi bien à chaud qu'à froid. Quant à la gravité des accidents possibles, c'est un point sur lequel les savants ne sont point d'accord.

**L. D. Toucy.** — Il a été répondu à semblable question au mois d'août.

**Nouvelle abonnée.** — Nous ne pouvons traiter en quelques lignes la question de la friture qui l'a été souvent dans le journal. Le succès dépend de l'observation de nombreux détails aussi bien dans la préparation de la pâte que dans la conduite de la friture. Un des points essentiels est d'employer une friture bien chaude et de ne pas y mettre trop de choses à la fois.

**M. D. P., Algérie.** — Plusieurs de ces recettes ont paru. Les autres viendront dès que possible.

**Marcel.** — Madeleines de Commercy : 125 farine, 150 sucre, 125 beurre, 2 œufs, vanille. Cuire 20 minutes à four chaud. Recette parue en 1896.

**Yonne.** — Pour confire les petits melons : blanchir et les chauffer jusqu'au voisinage de l'ébullition pendant dix jours de suite dans du sirop amené progressivement de 22 à 28 degrés.

**J. R.** — Impossible de résumer la recette du lièvre à la royale, que nous tâcherons de publier prochainement.

**Djelli.** — On prépare la sauce et on fait rôtir le veau à part, puis l'on sert ensemble.

**Mme X.** — Vous pouvez renverser un soufflé quelconque en augmentant un peu la proportion de crème de riz, 40 grammes au lieu de 30. Beurrer très fortement le moule au beurre non fondu et fariner.

**F.** — Il n'y a pas d'inconvénient à cuire les poires dans le cuivre étamé pour les avoir rouges.

**Abonnée de la 1<sup>re</sup> heure.** — La réponse est dans le numéro 18.

**PÂTE DENTIFRICE DE BOTOT** Supériorité reconnue.  
17, rue de la Paix.

La réouverture des cours de l'Ecole de cuisine de M. Colombié (8, cité d'Antin), aura lieu le 26 octobre, à 3 heures.

Les Cours continueront, le mercredi et le samedi, à la même heure.

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



## OCTOBRE GASTRONOMIQUE

## POISSON

La pêche du saumon est fermée.

La truite saumonée allemande, d'ailleurs bonne, varie de 8 fr. à 9 fr. 50 le kilo ; celle de Dantzic, un peu plus fine, vaut de 10 à 12 francs.

Petite truite de rivière, 9 à 10 fr. le kilo.

Les restaurants de l'Exposition ayant maintenant (?) des jours moins prospères, les cours de la marée tendent à baisser un peu.

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

Le bar vaut de 5 fr. à 6 fr. 50 le kilo ; le mulot, 4 à 5 fr.

La sole est un peu moins chère. La grosse : 5 fr. 50 à 6 fr. le kilo ; moyenne, 4 fr. 50 à 5 fr.

Rouget-barbet de la Méditerranée, 6 fr. le kilo.

Dorades : 1 fr. 75 à 2 fr. 50 pièce.

Le colin ne varie guère : 2 fr. à 2 fr. 50 le kilo.

Cabillaud : 1 fr. 75 à 2 fr. le kilo. Les plus petits pèsent environ 2 kilos.

Le merlan commence à arriver : 2 fr. à 2 fr. 50 le kilo.

Le maquereau est toujours assez abondant : 60 à 80 centimes.

Commencement des coquilles Saint-Jacques : 15 à 20 centimes.

La langouste se maintient entre 5 fr. 50 et 6 fr. le kilo. Le gros homard est aussi cher ; en taille moyenne, il vaut de 4 fr. à 4 fr. 50.

Ecrevisse pour bisque : 10 à 12 francs le cent. Pour buisson : 20 cent. à 1 fr. la pièce.

Brochet de rivière : 3 à 4 francs le kilo, suivant grosseur.

## CAUSERIE DU FOYER

## La Prophylaxie

C'est le but le plus sacré de l'hygiène et de la médecine modernes : préserver, tout est là. Fortifier le terrain organique, empêcher l'ennemi, c'est-à-dire le microbe, d'envahir la place, organiser la résistance de l'économie au bacille envahisseur : tel est le problème dont il faut poursuivre la solution. Un homme dûment tonifié ne deviendra jamais la proie d'une maladie constitutionnelle, de la tuberculose par exemple.

De longue date, on a remarqué que les individus réfractaires aux contagions sont ceux dont la nutrition s'accomplit d'une manière perfectionnée, tandis que les prédisposés à toutes les maladies puisent leur réceptibilité navrante dans la détérioration physique, dans l'usure du ressort vitalisateur. L'indi-

cation des reconstituants surgit donc impérieusement de ces données, absolument démontrées. Notre existence moderne est trop anormale, trop surmenée, trop féconde en vicissitudes de tous ordres pour que nous puissions nous passer de ces agents régénérateurs, kola, coca, quinquina, cacao, phosphates, tanin, iode, etc., si adroitement combinés dans le *Vin Désiles*.

Le *Vin Désiles* est la boisson prophylactique des chétifs, des tarés, des mal venus, propices aux germes morbides. Il empêche les amoindris d'être moissonnés par la terrible faucheuse ; il diminue les vulnérabilités morbides et relève puissamment les résistances naturelles dévolues à chacun. Son usage régulier est recommandé aux affaiblis, aux héréditaires, aux personnes que l'anémie et le lymphatisme prédisposent principalement aux intrusions diathésiques.

D<sup>r</sup> SPONTIN

## LE COURRIER DE LA PRESSE

21, boulevard Montmartre, PARIS

Fondé en 1889 — Directeur : A. GALLOIS

Fournit coupures de Journaux et de Revues de tous sujets et personnalités

## H.-J. STUREL

80, rue Prony, Paris

Spécialité de Trousseaux et Mouchoirs  
Linge ouragé en tous genres. — Fabrication directe

Le Gérant : A. DESBOIS

**COQUET-MINOIS** 6 VOILETTES SOIE blanches ou noires, chenillées ou unies, contre mandat 2<sup>fr</sup>40 à B. MERLIER, 170, Rue St-Antoine, Paris.



**Veilleuse Française**

Fabrique à la Gare

**JEUNET FILS, S<sup>r</sup>**

de son père

Toutes nos boîtes portent un timbre 20c

**JEUNET, inventeur**

Demandez nos veilleuses chez tous les commissionnaires, épiciers, quincailliers.

PARIS. — IMP. CHARLES SCHLAEGER, 357, RUE SAINT-HONORÉ.