



## FILETS DE LAPEREAUX

SUR PURÉE SOUBISE

**L**E lapin de garenne, quand la chasse est fermée, surtout, est une grande ressource pour varier les menus. Voici une façon parfaite de le présenter, quoique d'une préparation simple, quant à la cuisson. La partie la plus longue pour une personne inexpérimentée, consiste dans le découpage et le piquage des lapins, mais comme ce peut être fait très à l'avance, la veille même si l'on veut, c'est sans inconvénient. Dans les endroits où le lapin abonde, on pourra ne servir absolument que les filets et réserver les cuisses pour un autre apprêt, si l'on veut. Mais d'une façon courante, le plat est très agréable présenté avec les cuisses papilotées d'un petit manche en papier, entourées des filets, le tout sur la purée d'oignon. C'est cette dernière purée dont nous donnons une recette en même temps, parce qu'elle complète mieux que toute autre garniture la saveur du plat, qui ainsi, est tout à fait succulent et peut être servi dans un dîner très soigné. Mais les personnes qui n'aiment point la Soubise peuvent la remplacer par une purée de chicorée ou de marrons. Avoir soin, si les lapins doivent attendre avant d'être employés, de les vider immédiatement et d'en bien nettoyer l'intérieur, afin que leur chair ne prenne point ce goût âcre et fort qui n'est pas celui qui convient.

### Proportions

Pour 7 ou 8 personnes :  
 2 lapins de garenne moyens ;  
 100 gr. lard à piquer ;  
 50 gr. de beurre ;  
 5 gr. de farine ;  
 3 décil. 1/2 de jus ;  
 1 cuiller à café de cognac ;  
 Sel, poivre.  
 Temps de cuisson nécessaire : 1 h. 1/4.

### POUR LE JUS

Les débris des lapins ;  
 80 gr. oignon ;  
 80 — carotte ;  
 5 — échalotte ;  
 75 — couenne et débris de lard gras ;  
 10 — beurre ;  
 1/2 litre de bouillon ;  
 2 décil. 1/2 d'eau ;  
 1/2 feuille de laurier ;  
 Un brin de thym.  
 Temps de cuisson nécessaire : 2 heures.  
 Peut se préparer à l'avance.

### RÉSUMÉ

Lever les filets et les cuisses des lapins. Les piquer.

*Jus.* — Faire doucement suer, en casserole couverte, les débris du lapin avec lard et légumes émincés. Ajouter le liquide indiqué. Cuire doucement.

Sauter dans le beurre les filets et les cuisses. Saupoudrer de farine. Mouiller avec le jus, cognac ; assaisonner. Mijoter doucement pendant 1 heure. Dresser sur purée. Arroser avec jus dégraissé ; papiloter les os des cuisses.

### Les lapins

Ayez de bons lapins moyens, jeunes et tendres. Ecorchez-les, et videz-les.

Prenez un très bon couteau de cuisine



coupant parfaitement. Enfoncez-en la pointe entre l'épine dorsale et le filet, depuis l'épaule jusqu'à la cuisse, en pénétrant de toute l'épaisseur des chairs. Introduisez les doigts de la main gauche dans cette ouverture, élargissez-la en les glissant tout le long des os. Dégagez ainsi le filet et coupez-le en travers, du côté de la cuisse; et en vous aidant du couteau pour détacher les chairs de la carcasse, faites attention à ne pas les taillader et à toujours appuyer le tranchant du couteau sur les os.

Détachez ensuite les cuisses en vous aidant du couteau pour désarticuler la jointure. Supprimez toute la partie du bas, et ne gardez que le haut ou gras des cuisses, en désarticulant l'os à la seconde jointure. C'est alors tout ce que vous devez servir du lapin; le reste ne vous sert que pour le jus.

Il faut maintenant mettre ce jus en train, et vous aurez le temps de piquer le lapin pendant qu'il cuira.

#### Le jus

Prenez une casserole en cuivre étamé épaisse, d'une contenance, pour ces quantités, d'environ 2 litres  $1/2$ . Une casserole en fonte étamée peut convenir aussi, à cause de l'épaisseur. Mais pas de fer battu ou étamé trop mince, qui brûlerait.

Beurrez-en le fond avec environ 10 gr. de beurre. Semez-y les débris du lard à piquer, la couenne du lard coupée en petits morceaux de la largeur du doigts; si ce lard conserve quelques traces de sel, bien que ce doive être du lard frais, il faut le laver à l'eau tiède auparavant.

Sur le lard mettez l'oignon épluché coupé en grosses rouelles, ainsi que la carotte émincée au contraire très finement pour qu'elle cuise mieux.

Ajoutez les débris des lapins, soit les carcasses auxquelles vous donnez deux ou

trois coups de couperet pour en faire de moyens morceaux; les cous, les têtes fendues en deux, les épaules, coupées en deux pour les mieux loger dans la casserole, le bas des cuisses.

Mettez la  $1/2$  feuille de laurier, le petit brin de thym, l'échalotte épluchée. Couvrez bien exactement la casserole et posez-la sur un feu modéré où pendant  $3/4$  d'heure environ vous laissez viandes et légumes rendre leur jus en colorant peu à peu. De temps en temps découvrez la casserole et avec une fourchette remuez les morceaux en ramenant ceux du dessous par dessus, afin que tous chauffent bien à leur tour. Non seulement rien ne doit attacher, mais encore, en inclinant la casserole, on doit trouver au fond quelques cuillerées de jus d'un brun clair. Avec la pointe d'un couteau piquez les épaules pour aider encore à la sortie de ce jus. Peu à peu, ce jus prend consistance plus liée; il réduit et forme sirop, et on n'en retrouve que juste ce qu'il faut pour humecter le fond de la casserole. Ce point ne doit être atteint que tout à fait à la fin, au bout des  $3/4$  d'heure prescrits; s'il se produisait avant, c'est que le feu aurait été trop fort.

Versez alors dans la casserole le bouillon indiqué, bien dégraissé, froid ou chaud; ajoutez l'eau, soit 2 décil.  $1/2$  d'eau pour 5 décilitres de bouillon, ce qui fait un tiers d'eau pour deux tiers de bouillon. Le liquide doit juste baigner les débris.

Posez la casserole sur feu plus fort pour amener l'ébullition générale. Le liquide en bouillant, nettoie les parois de la casserole du léger gratin qui s'y est formé. Laissez bouillir franchement sur toute la surface pendant 2 minutes. Enlevez, avec une cuiller de métal, l'écume qui se forme. Puis retirez la casserole sur



un feu très modéré, presque un feu doux, de façon à y entretenir un bouillonnement sur un ou deux points seulement du liquide. Couvrez la casserole en écartant légèrement le couvercle, juste pour laisser un peu d'échappement à la buée. Laissez cuire ainsi pendant une bonne heure avec grande régularité.

Passez alors le jus dans une petite terrine, à travers la passoire très fine. Il a dû réduire presque de moitié. Laissez-le reposer au frais quelques instants pour le dégraisser plus facilement. Enlevez toute la graisse. Si le jus n'avait pas réduit au point voulu, il faudrait le faire bouillir pour l'amener à la proportion indiquée, soit de 3 décil. 1/2, largement mesurés, et mesurés après avoir retiré le dépôt trouble du fond, bien entendu.

Votre jus est prêt à employer. Pendant qu'il cuisait vous aurez eu le temps de piquer les morceaux de lapin.

#### Pour piquer

Prenez soin que votre lard à piquer soit bien frais et surtout bien ferme. Il doit être taillé en petits lardons, sur une longueur de 3 centimètres, et de l'épaisseur de 3 millimètres, guère plus ; c'est à peu près de la grosseur d'une allumette ordinaire. Il vaut mieux se le faire couper dans les dimensions voulues par le charcutier ou le boucher, si on n'en a pas l'habitude, ou si l'on ne dispose pas de couteaux de cuisine coupant comme ceux des marchands.

Il vous faut aussi une aiguille à piquer très petite et fine.

Avec le petit couteau bien affilé, enlevez la peau blanche qui recouvre les filets, en prenant soin toujours de racler le couteau sur la peau et non sur les chairs pour ne pas les taillader.

Supprimez, avec le couteau, le petit os plat qui reliait la cuisse à la carcasse.

Puis, à l'autre extrémité, dégagez légèrement l'os qui traverse la cuisse, en repoussant un peu les chairs vers le haut pour mettre le bout seulement de cet os à jour. Ceci, afin de pouvoir, après la cuisson, garnir l'os d'une papillote, comme pour un manche de côtelette.

Enlevez les peaux et les nerfs avec le même soin que pour les filets. Avec un couteau coupant bien, parez filets et cuisses, c'est-à-dire supprimez toutes les effilochures des chairs qui dépassent, afin que les morceaux aient une forme nette.

Piquez-les ensuite avec les petits lardons, ainsi qu'on pique le filet de bœuf. Deux rangées de lardons, en les contraignant sur les filets. Garnissez bien les cuisses ; il y faut au moins trois rangées fournies.

Les filets et les cuisses sont prêts à cuire.

#### La cuisson

Prenez une casserole en cuivre étamé, large de fond, à bords bas, où les morceaux puissent tenir les uns à *côté des autres*, mais serrés.

Mettez-y 50 gr. de beurre. Faites chauffer doucement, sans colorer. Enlevez l'écume avec une cuiller de métal. Mettez-y les cuisses d'abord, sur leur côté intérieur. Activez alors le feu qui doit être soutenu. Au bout de 4 ou 5 minutes elles doivent être dorées de ce côté. Retournez-les sur le côté piqué, et en même temps ajoutez-les filets. Laissez prendre belle couleur avant de les retourner sur le côté piqué que vous faites colorer de même ; il faut que tous les morceaux soient bien dorés, et *en 10 minutes, pas plus*. Beurre et graisse ne doivent pas brûler, par conséquent *pas brunir du tout* ; mais un léger gratin brun clair se dépose en petites miettes dans la casserole. On met les cuisses en premier pour qu'elles restent



plus longtemps que les filets, tout de suite atteints. Il faut que le lard des lardons ait risolé et pris couleur aussi. Diminuez toujours un peu l'ardeur du feu vers la fin quand tout est échauffé, casserole et viandes.

Le lapin étant bien doré, saupoudrez de la farine indiquée. Remuez les morceaux pour mélanger. Cuisez ainsi 2 minutes. Versez alors le jus, chaud de préférence, peu à peu, en remuant à mesure la casserole par sa queue, pour que le liquide délaie les parcelles de gratin qui se sont formées, et s'échauffe aussi au fur et à mesure qu'il est ajouté. Ajoutez le cognac. Laissez chauffer jusqu'à ce que le liquide commence à bouillir. Retirez-le alors *tout de suite* sur un feu doux, où il ne fasse que *mijoter*. Ne couvrez pas du tout la casserole, et laissez ainsi une petite heure. Assaisonnez. Ayez soin d'arranger les cuisses sur le côté de la casserole qui chauffe le plus, celui de la queue de la casserole, généralement, à cause de son poids. Les filets n'ont besoin que de chauffer sans presque cuire. Il faut *un tout petit frémissement du liquide seulement*, indiquant un léger mouvement de cuisson. Cuisses et filets doivent avoir leur côté piqué en l'air. Arrosez-les très fréquemment avec leur fond de cuisson. Peu à peu, l'évaporation aidant, le jus devient plus consistant, et s'attache comme un sirop léger aux viandes et à la cuiller.

Au bout du temps indiqué, inclinez la casserole pour enlever, avec une cuiller de métal, toute la graisse légère qui est à la surface, et qu'on reconnaît du jus en ce que celui-ci est brun et que la graisse est blonde. L'une se mélangeant facilement à l'autre, il faut éviter de trop remuer le liquide auparavant; surtout, avec le dos d'une cuiller de bois, détachez bien le gratin qui s'attache autour de la casserole,

pour le délayer dans le jus. Goûtez pour le sel.

#### Pour servir

Versez la purée dans le plat de service chauffé. Au milieu, dressez les cuisses comme des côtelettes. Rangez les filets autour. Achevez de dégraisser le jus dans la casserole. Ce jus doit être réduit, pour nos proportions ci-dessus, à la valeur d'un bon décilitre, un peu plus qu'un peu moins. Versez-le, à travers le chinois, au-dessus des cuisses et des filets. Mettez une petite manchette en papier frisé à l'os de chaque cuisse, et servez.

LA VIEILLE CATHERINE.

### L'HYGIÈNE ET LA FASHION

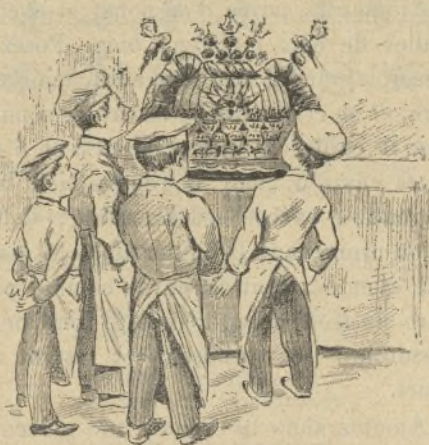
La mode, qui s'attache non seulement aux vêtements, mais aussi aux objets de consommation, est parfois moins frivole qu'elle ne paraît, lorsqu'elle épouse des produits d'hygiène et de reconstitution physique. C'est ainsi qu'à l'aurore du vingtième siècle, il est devenu fashionable, aux five o'clock mondains, de consommer avec les cafés et les sandwiches un verre à bordeaux de Vin Mariani, qui répare les fatigues de la journée et stimule les fonctions digestives en préparant l'estomac pour le repas substantiel du soir.

Donc, Mesdames, vous voici avisées : ne recevez jamais *at home* sans offrir à vos invités de distinction le Vin Mariani réparateur, dernier cri des five o'clock « modern style ».



ALIMENT DES ENFANTS





## PURÉE D'OIGNONS

A LA SOUBISE

**U**n donne le nom de Soubise, d'une façon générale, à la purée d'oignons blanche. Mais il y a plusieurs manières de la faire. Celle que nous présentons aujourd'hui est simple et expéditive ; elle procure une purée d'un goût très fin, à condition de ne point vouloir supprimer la crème épaisse fraîche qui est indispensable. Le très bon lait ne saurait la remplacer, même en ajoutant un supplément de beurre fin.

Cette purée se sert comme garniture non seulement avec le lapin de garenne que nous donnons en même temps, mais encore avec toutes sortes d'autres choses : côtelettes de mouton grillées ou braisées, grenadins de veau, pintade, œufs mollets ou pochés, etc.

### Proportions

Pour 7 ou 8 personnes :  
 1 kil. 500 oignons épluchés ;  
 75 gr. de beurre frais ;  
 20 — de farine ;  
 20 — de sel ;  
 3 cuillerées de crème épaisse fraîche ;  
*indispensable ;*

3 litres d'eau bouillante.

Temps nécessaire : 1 h. 1/4.

### RÉSUMÉ

Cuire les oignons épluchés et coupés à l'eau bouillante salée. Egoutter, passer en purée.

Mélanger beurre et farine sur le feu, ajouter la purée, puis la crème.

### Les oignons

Il est très important de bien choisir les oignons, non seulement pour l'aspect, mais encore pour le goût de la purée. L'oignon rouge ou rosé aurait un goût trop fort et une vilaine teinte. Il faut de gros oignons bien blancs, bien sains. Tous ceux qui sont tachés, mous sous les doigts, doivent être rejetés.

Epluchez les oignons. Rognez très ras les deux extrémités de la pousse et de la racine, qui, si on les laisse entières, donnent un goût âcre et trop fort à la purée ; c'est important ; il faut même, avec la pointe du couteau, creuser un peu pour mieux enlever la partie de la racine.

Coupez-les en quatre ou en six quartiers selon leur grosseur.

Ayez, pour ces quantités, 3 litres d'eau en pleine ébullition, sur le feu, dans une casserole quelconque, pourvu que ce ne soit point du fer qui noircirait l'oignon.

Mettez-y le sel, soit 20 gr. Jetez-y les oignons, couvrez la casserole et faites bouillir à gros bouillons tout le temps de la cuisson. Le couvercle doit fermer le plus exactement possible pour éviter une trop grande évaporation. Comptez de 35 à 40 minutes de cuisson. Il faut, pour être à point, que l'oignon s'écrase très facilement entre les doigts. Vous pouvez aussi plonger une fourchette dans la casserole et piquer dans une feuille d'oignon ; si la fourchette pénètre ainsi sans effort aucun au travers d'une feuille, la cuisson est suffisante, même si le temps indiqué n'est pas



atteint. On conçoit qu'il peut varier selon la qualité de l'oignon et l'intensité du feu.

#### La purée

Dès que les oignons sont à point, égouttez-les. Ne les mettez pas dans une passoire en fer qui les noircirait, mais versez-les tout de suite sur le tamis de crin qui servira à passer la purée aussi finement qu'elle l'a doit être.

Laissez égoutter trois ou quatre minutes. Prenez le champignon de bois, et servez-vous en pour appuyer, *sans frotter encore*, sur les oignons, afin d'en faire écouler d'abord tout le reste de leur eau qui éclaircirait trop la purée. Pressez bien, sur toute leur surface, sans appuyer trop fort, jusqu'à ce qu'en examinant le dessous du tamis, vous constataz qu'un peu d'oignon même commence à suinter. L'eau qui a déjà passé doit être parfaitement limpide, sans trace d'oignon.

Posez le tamis sur un plat et frottez alors doucement le champignon de bois, non pas en rond, ce qui n'avance pas le travail, mais en un mouvement de va et vient, soit d'avant en arrière, ou de gauche à droite, et vice-versa pour ces deux directions. La purée est ainsi très vite passée, et le tamis ne risque point de se trouer.

Si vous n'avez qu'un petit tamis de crin, il faut égoutter et passer les oignons en deux fois.

Quand la purée est passée, elle peut attendre sans inconvénient, couverte, jusqu'au moment d'être liée, sans qu'il soit besoin de la tenir au chaud.

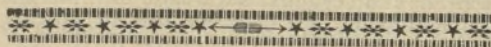
#### La liaison

Prenez une casserole en cuivre étamé. Mettez-y tout le beurre indiqué, avec la farine. Faites fondre sur feu doux, tandis que vous mélangez avec la cuiller de bois. Laissez chauffer doucement, *sans prendre couleur*, 3 ou 4 minutes, pour cuire la farine.

Ajoutez la purée d'oignons, et avec la cuiller de bois mélangez bien. Posez la casserole sur un feu plus actif, mais modéré, et ne cessez pas de travailler la purée avec la cuiller de bois pendant 5 ou 6 minutes environ, pour la rendre bien lisse et réduire encore son humidité; il faut qu'en promenant la cuiller dans la casserole et en écartant la purée comme pour faire un trou, on aperçoive le fond de la casserole à sec pendant cet instant très court.

Ajoutez alors la crème, une pincée de poivre, en travaillant toujours avec la cuiller pour bien mélanger; laissez chauffer le tout une ou deux minutes; il n'y a pas d'inconvénient à laisser bouillir après introduction de la crème; c'est-à-dire que cela ne gâte pas l'effet de la crème; mais dès que la purée, refroidie par l'introduction de cette crème, est bien réchauffée, il faut la retirer du feu, pour que sa consistance ne change point. Goûtez pour le sel, et tenez la casserole couverte au bain-marie jusqu'au moment de servir.

#### LA VIEILLE CATHERINE.



La distribution du premier numéro 1901 (n° 1, 1<sup>er</sup> janvier) du *Pot-au-Feu* a été déplorablement faite par la poste, ce dont nous nous sommes aperçus par le nombre exceptionnellement élevé de réclamations pour exemplaires non parvenus, quoique expédiés par nous.

Il est à présumer que parmi nos abonnés qui n'auraient pas reçu ce numéro, tous ne se sont point encore aperçus de cette irrégularité. Nous avons pensé que cet avis pourrait attirer leur attention, et nous les prions de ne point tarder à formuler leur réclamation.

Nous espérons que notre plainte auprès de l'Administration des postes ne rendra pas nécessaire l'insertion d'un second avis semblable. Depuis que le journal existe, aucun numéro ne fut si mal distribué.



## ✱ Menus ✱

ŒUFS BROUILLÉS AUX TRUFFES  
FILETS DE LAPEREUX SUR PURÉE SOUBISE  
POULE AU POT FARCIE FROIDE  
MARMELADE DE POMMES MERINGUÉE

POTAGE A LA CHICORÉE AU TAPIOCA-BOUILLON  
BOUDIER

CROQUETTES DE POULARDE  
LANGUE DE BŒUF AU JUS  
PINTADE FARCIE  
CRESSON EN ÉPINARDS  
POMMES A LA BRUXELLOISE

MOULES A LA NORMANDE  
POUPIETTES DE BŒUF  
PAIN DE VEAU FROID  
SALADE DE SAISON  
CRÊPES SUZETTE

POTAGE VELOURS  
FILETS DE BARBUE A LA DUGUESCLIN  
SELLE DE PRÉ SALÉ RENAISSANCE  
POULARDE TRUFFÉE  
PATÉ DE GRIVES DES CÉVENNES  
PETITS POIS A LA PARISIENNE  
GLACE PRALINÉE  
GATEAU MOUSSELINE

ŒUFS POCHÉS AU GRATIN  
MERLUCHE A L'ESPAGNOLE  
SALADE DE LENTILLES  
CROQUETTES DE RIZ

POTAGE PARMENTIER  
CROQUETTES DE MACARONI  
CABILLAUD SAUCE AUX CAPRES  
PILET ROTI  
CARDONS A LA CRÈME  
POMMES A LA CHANOINESSE

SOLE A LA RUSSE  
TOURNEDOS ROSSINI  
PATÉ DE FOIE GRAS  
POINTES D'ASPERGES EN PETITS POIS  
TIMBALE DE POIRES

POTAGE A LA REINE  
TIMBALE DE FILETS DE SOLE A L'AMBASSADRICE  
FILET DE BŒUF AUX CÈPES  
RIS DE VEAU A LA MARÉCHALE  
COQ DE BRUYÈRE ROTI  
PARFAIT DE FOIE GRAS  
ASPERGES EN BRANCHE SAUCE MOUSSELINE  
BOMBE GLACÉE

**Racahout Delangrenier**

Le meilleur aliment des enfants



## GLACE PRALINÉE

Cours de M. A. Colombié  
*Compte rendu spécial du "Pot-au-Feu"*

MESDAMES,

La glace pralinée, si universellement appréciée, est d'une préparation très simple. Il suffit d'ajouter à une crème ordinaire du pralin, c'est-à-dire du nougat pulvérisé que l'on prépare soi-même en quelques instants. Si l'on veut s'éviter la peine de faire le pralin, on peut le remplacer par des pralines (100 grammes pour nos proportions) que l'on pile et que l'on passe au tamis métallique.

### Proportions

Pour un moule d'une contenance d'environ un litre et quart, suffisant pour 8 personnes :

125 gr. de sucre cristallisé ;  
6 jaunes d'œufs ;  
1 pincée de sel ;  
1/2 litre de lait ;  
5 kilos de glace ;  
1 — de gros sel.

### POUR LE PRALIN

60 gr. de sucre semoule ou de sucre glace ;  
60 gr. d'amandes.



**Le pralin**

Je commence par faire le pralin. Après avoir trié les amandes pour enlever celles qui sont piquées, je les secoue dans un linge pour les débarrasser de leur poussière. Il est inutile de les monder. Je les éparpille sur une plaque de tôle et je les mets au four dont je laisse la porte ouverte. Je les laisse griller doucement pendant une dizaine de minutes, soit à peu près le temps nécessaire à la cuisson du sucre.

Pendant ce temps, je mets le sucre dans un poêlon en cuivre non étamé, sans eau, et je le fais fondre tout doucement. Il faut maintenir le feu très doux et, avec une spatule, amener peu à peu le sucre vers le centre où il fond plus vite. J'ai soin de ne pas faire le mélange trop vite et de ne pas appuyer avec la spatule, car je formerais ainsi des grumeaux qu'il serait ensuite impossible de faire fondre. J'évite aussi de barbouiller le tour de la casserole où le sucre s'attacherait et brûlerait. L'essentiel est de mener le feu assez doucement pour qu'une partie du sucre ne brûle pas avant que le reste soit fondu.

Dès que le sucre commence à blondir et à fumer, j'y jette les amandes, et je triture vivement jusqu'à ce que les amandes commencent à claquer, ce qui se produit au bout d'environ une minute. A ce moment, je retire du feu et je verse le contenu du poêlon sur un marbre ou sur un plat légèrement huilé. Le sucre et les amandes sont collés ensemble, formant une sorte de nougat. Je laisse tranquillement refroidir.

Quand le pralin est suffisamment refroidi, je le pile au mortier, de façon à le réduire en une espèce de sable que je crible à travers le tamis métallique. Si je broie le pralin avec une râpe mécanique, je l'obtiens assez fin et assez régulier pour qu'il soit inutile de le passer au tamis.

**La crème**

Je prépare la crème suivant la méthode ordinaire. Je fais chauffer le lait dans le poêlon qui a servi pour le pralin. Cela lui donne du goût et de la couleur, tout en m'évitant d'employer une autre casserole.

D'autre part, je travaille les jaunes d'œuf et le sucre dans une terrine jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse; il doit, en même temps, prendre une teinte plus pâle. Il faut compter, pour cela, une dizaine de minutes.

J'ajoute alors le lait bouillant, en mélangeant très vivement avec la cuiller de bois. Je reverse dans la casserole, et je fais chauffer doucement jusqu'à ébullition, en vannant la crème, c'est-à-dire que j'y promène continuellement la spatule ou la cuiller de bois, en appuyant sur le fond de la casserole et dans les angles, pour empêcher la crème d'attacher.

Au premier bouillon, je retire la casserole du feu, et j'ajoute le pralin à la crème que je laisse refroidir jusqu'au moment de la glacer.

**Pour glacer**

Le meilleur appareil pour faire prendre les glaces est la sorbetière dite « américaine », dont il existe plusieurs modèles présentant des différences insignifiantes, et qui, d'ailleurs, est d'origine française.

Cet appareil se compose d'un récipient en métal de forme cylindrique qu'au moyen d'une manivelle on fait tourner au milieu d'un seau en bois rempli de glace. En même temps cette manivelle met en mouvement un système d'ailettes placé à l'intérieur du récipient et qui brosse continuellement la crème. Cette dernière condition est indispensable pour obtenir une glace fine, légère, sans grumeaux, point trop froide, et prise partout à un degré égal.

Avec les autres systèmes, soit qu'on les



tourne dans la glace, comme l'antique sabot ; soit qu'on y laisse la glace « se faire toute seule », il faut, à tout moment, ouvrir l'appareil, et détacher avec une spatule, pour la mêler au reste, la crème qui se trouve contre le tour et qui glace toujours plus vite puisqu'elle reste plus près de la glace extérieure. La glace ainsi obtenue est souvent grenue, semée de véritables glaçons ; on passe à peu près autant de temps à la surveiller et à la travailler qu'on en passe à tourner la manivelle d'une sorbetière mécanique, et la glace n'est jamais aussi fine.

Pour glacer nos quantités, il faut 3 kilos de glace et 500 gr. de gros sel. Je rappelle que le sel est indispensable, et dans cette proportion ; car c'est le sel qui, en fondant, amène une température fort au-dessous de zéro, nécessaire pour faire prendre la crème. On pourrait laisser celle-ci indéfiniment dans la glace non salée, sans qu'elle prenne le moins du monde.

Je casse la glace en morceaux de la taille d'une grosse noix, et je dispose dans le seau des couches alternées de glace et de sel. Je mets la crème dans l'appareil et je tourne pendant 15 à 20 minutes. Au bout de ce temps, la crème est « prise ».

#### **Pour mouler et sangler**

Il faut alors mouler la glace et la « sangler » pour achever de lui donner de la fermeté.

Il est indispensable d'incruster le moule dans la glace avant d'y verser la crème ; sans cela, au contact du moule insuffisamment froid, une certaine épaisseur de crème fondrait et, en regelant ensuite sans être remuée, elle formerait des glaçons.

J'incruste le moule dans un seau rempli de glace salée, de façon qu'il soit enserré

dans la glace jusqu'au bord. Je recueille alors la crème de la sorbetière avec une spatule ou une cuiller de bois, et je la tasse dans le moule en évitant de laisser des vides. Je couvre le moule avec une feuille de papier un peu plus large que lui, je le ferme avec le couvercle, de manière à assurer une jointure hermétique.

Après quoi je couvre aussi le moule d'une couche de glace salée, et je couvre la glace elle-même avec un linge assez épais. Tout cela est indispensable, car il est facile de comprendre que, si le couvercle du moule se trouve en contact avec l'air extérieur qui peut avoir une température de 12 à 15 degrés au-dessus de zéro, on ne saurait maintenir ferme une crème ou un sirop qui exige, pour rester glacé, 10 ou 15 degrés au-dessous. C'est cet arrangement du moule qu'on appelle *sanglage*.

Le sanglage doit être fait très minutieusement si l'on veut obtenir une glace ferme se démoulant bien. Souvent, pour économiser un supplément de glace, on sangle à peu près, et l'on est tout étonné d'avoir une glace molle quand on la démoule.

Pour bien sangler une glace de nos proportions, dans un seau approprié aux dimensions du moule, il faut compter employer la glace qui reste dans la sorbetière et environ un autre kilo de glace et 400 à 500 grammes de nouveau sel ; ce qui fait en tout 5 kilos de glace et 1 kilo de sel.

J'ai soin de casser la glace en morceaux aussi réguliers que possible, et de répartir le sel bien également. La glace sera cassée en morceaux plus ou moins gros suivant le temps que la glace doit attendre ; plus les morceaux sont fins, plus la température s'abaisse rapidement. Mais cet abaissement de température ne dure guère



alors plus d'une heure. Si donc la glace ne doit pas attendre davantage, on la cassera en morceaux de la grosseur d'une noisette. Si, au contraire, elle ne doit être servie qu'au bout de deux ou trois heures, on prendra des morceaux de glace de la taille d'un petit œuf.

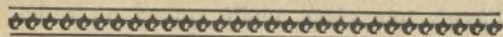
La glace une fois sanglée, je la mets de préférence dans un endroit frais. Elle peut attendre ainsi environ 2 heures.

Au bout de ce temps, si elle ne doit pas encore être servie, il faut faire écouler l'eau et la remplacer par de la glace et du sel en quantité suffisante pour reconstituer le sanglage. La glace peut alors attendre encore 2 ou 3 heures. Mais il ne faudrait pas refaire un troisième sanglage, car la glace deviendrait extrêmement dure et froide.

#### Pour démouler

Pour démouler, je plonge le moule quelques secondes dans de l'eau à *peine tiède*, je l'essuie, je l'ouvre, je passe tout autour de la pointe d'un couteau, et je renverse sur un plat garni d'une serviette.

MAZARIN.



## POULETS EN GELÉE

### PRIX

FR.

*Poulet moyen*, pour 5 ou 6 personnes... 5 50

*Poulet extra*, pour 6 à 8 personnes.... 7 50

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

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

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

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



## LE SERVICE DE TABLE

Qu'il soit fait par un domestique homme ou par une simple femme de chambre, voire même par une bonne à tout faire, le service de table comporte certaines règles absolues dont on ne doit jamais s'écarter, même dans l'intimité de la vie journalière. Du reste, il faut bien se persuader que le seul moyen d'avoir un bon service de table les jours où l'on reçoit des invités, c'est d'observer tous les jours le maintien des règles du service, au moins dans leur généralité. A ce propos, gardez-vous de confondre le relâchement avec la simplification, ce qui n'est pas du tout la même chose.

Je m'explique : on peut simplifier un détail du service par une modification voulue, raisonnée. Mais l'omission occasionnelle de ce détail, ou sa mauvaise exécution, devient une négligence de tenue, quand rien n'a été prévu pour parer à ce qu'on juge être une trop grande dépense de temps ou d'argent.

Prenons donc pour base le service de table quotidien du dîner, puisque nous savons que dans quantité de maisons, même ayant un valet de chambre, le déjeuner est tout simplement servi par la cuisinière, surtout lorsque la famille est peu nombreuse. Nous verrons plus tard les arrangements pratiques et nouveaux usités en pareil cas.



Pour la clarté de nos explications, supposons que notre domestique, tout nouvellement arrivé de son pays, s'appelle Baptiste et qu'il est encore fort peu « débrouillé ».

Avant de mettre son couvert, il devra être habillé dans la tenue qu'il a pour servir son dîner. A moins, cependant, qu'il ne s'agisse d'un dîner de cérémonie et à nombreux couverts, dont on dresse la table très à l'avance, afin de se réserver du temps pour diverses besognes du dernier moment et au cours desquelles on risque de se salir. Dans ces occasions là, un domestique qui ne s'occupe strictement que du service de table, et qui en a l'habitude, peut s'habiller avant de mettre son couvert : il se borne à retirer son habit et enfile son grand tablier de toile blanche jusqu'au moment du dîner.

Même observation pour le service fait par une femme de chambre qui, les jours de grands dîners seulement, dressera tout d'abord son couvert avant de revêtir un tablier frais déplié, des poignets et un col de toile bien blancs sur une robe noire classique.

Après avoir enlevé le tapis dont on recouvre entre les repas la table de la salle à manger, Baptiste y étendra le molleton de laine généralement rouge ou vert qui sert sous la nappe à amortir le bruit des assiettes et des couverts. La première chose à faire ensuite, et à bien faire, est de mettre la nappe. Cela semble tout simple, et pourtant il y a des quantités de domestiques qui y apportent une gaucherie dont on n'a pas l'idée, au point de transformer la chose en une affaire pleine de complications et d'imprévu. Ils déplient d'abord la nappe et, la tenant par une extrémité, ils la lancent à toute volée au-dessus de la table, où il est impossible qu'elle tombe d'aplomb dans la direction voulue. Alors, pour rectifier, ce sont de nouvelles évolutions qui entraînent le molleton et créent de véritables tourbillons dans l'air. C'est une habitude campagnarde qu'il est très difficile de faire passer quand elle est prise ; une de mes amies n'a jamais pu habituer son domestique à procéder autrement. Il faut fermer la porte du salon quand le brave garçon étend sa nappe,

pour ne point se ressentir des effets de la tourmente : c'est comme une fenêtre ouverte.

Ainsi donc, que Baptiste ou Julie se pénétrent bien de la nécessité d'étendre d'abord *la nappe toute pliée* sur la longueur de la table. On constate ainsi qu'à chaque extrémité elle dépasse d'une longueur égale ; qu'ensuite le pli du milieu est bien au milieu de la table aussi. Puis, progressivement, on la déplie, pli par pli, et on l'étend à mesure. De cette façon, l'alignement est exact, les bords dépassant sont égaux et le linge n'est pas froissé.



Quand la vaisselle et les cristaux sont dans une office distante de la salle à manger, c'est sur un grand plateau spécial à cet usage qu'il faut les apporter dans la salle à manger.

On place d'abord les assiettes pour marquer la place de chaque couvert. Elles doivent être posées à 3 ou 4 centimètres du bord de la table.

La fourchette à gauche. La cuiller et le couteau à droite. Lorsqu'on met un support, ainsi qu'en France, où les couverts n'étant point changés après chaque service, c'est une nécessité générale, on pose l'extrémité du couteau sur le support ; la cuiller reste sur la nappe, le côté bombé en l'air. La fourchette repose les pointes appuyées sur la table également.

Le grand verre ordinairement se pose devant le porte-couteau ; si l'on met un verre à vin de Bordeaux en même temps, on le met à la place du grand verre et on repousse celui-ci à sa gauche ; et ainsi de suite pour tous les verres qui peuvent être employés pendant le reste du repas, suivant cette direction de droite à gauche en montant ; ce qui s'explique quand on réfléchit que les vins devant être servis à droite, il est logique que les plus bas soient à droite et les plus hauts à gauche.

La serviette est posée dans l'assiette avec le morceau de pain ; si, pour tous les jours, la serviette est dans son rond, on pose le pain à côté dans l'assiette. Si la serviette n'a point servi, elle est pliée d'une façon très simple figurant une pochette où se glisse le pain et



toujours posée sur l'assiette ; jamais dans les verres, ni pliée en formes fantaisistes, quelles que soient la cérémonie et la splendeur d'un dîner. C'est tout à fait restaurant de village.

Nous pourrions, du reste, par la suite, donner à cet effet quelques explications pratiques.

Après cela, ce sont les carafes à eau, à vin. Dans nombre de maisons de bonne tenue, on laisse le vin dans les bouteilles mêmes, quand ces bouteilles sont du modèle dit « à Bordeaux ». Ne point oublier les salières. Au centre de la table, la corbeille de verdure, de fruits ou le réchaud, selon les habitudes de la maison.

Une chaise devant chaque couvert. Le coussin de pieds de Madame à sa place, le cordon de sonnette à portée.

Baptiste s'occupe alors de préparer ce qui lui sera nécessaire au cours du dîner.



Sur le marbre du meuble à desserts, il étend un napperon destiné à amortir les bruits des objets. Quand les convives sont nombreux, que l'office est distante, il faut dresser une table volante à proximité ; mais, pour la vie courante, une grande étagère suffit.

Baptiste doit alors calculer le nombre des plats, après enquête auprès de la cuisinière pour savoir la quantité de couverts qu'il doit sortir. On ne doit pas prendre au fur et à mesure dans les tiroirs, les cuillers, fourchettes et couteaux nécessaires pendant le cours du repas ; et ceci pour plusieurs raisons : le retard, le bruit que cause le fait d'avoir à ouvrir le tiroir, le désordre qui forcément s'ensuit dans l'agencement intérieur du tiroir, la négligence qu'on met à le refermer ensuite, les miettes qui y tombent alors, l'aspect incorrect d'un tiroir à demi-ouvert. Ceci est une règle qui doit être fondamentale dans toutes les maisons où l'argenterie est bien tenue, bien rangée dans les tiroirs à compartiments garnis de peau ou de molleton.

(A suivre)

M<sup>me</sup> BELIN.



### Un Café qui laisse dormir

Un des plus distingués chefs de laboratoire de l'Institut Pasteur, M. Gabriel Bertrand, vient de signaler à l'Académie des sciences, une espèce de café jusqu'ici négligée, qui, comme dirait Coquelin cadet, est du café sans être du café, car elle a tout ce qu'il faut pour ne pas empêcher de dormir.

Il y a quelque temps, l'explorateur Humblot découvrait dans l'île de la Grande Comore, y croissant à l'état sauvage, un café qu'il ne pouvait guère se dispenser de trouver supérieur, et dont il soumit des échantillons aux grands pontifes de la botanique pour savoir ce qu'il pouvait y avoir de commun entre ce café inconnu, et le café d'Arabie qui passe pour le père de tous les cafés : Bourbon, Guadeloupe, Brésil, etc.

Après l'avoir examiné à la loupe, dégusté en demi-tasse, en café au lait, et même sous forme de bavaroise, le professeur Baillon, de Paris, crut pouvoir affirmer que c'était une espèce nouvelle ; avec cette courtoisie légendaire des savants, il lui donna le nom de l'heureux voyageur qui l'avait trouvé : *Coffea Humblotiana*.

Le professeur Fröhner, de Berlin, a-t-il le palais moins fin que son confrère pa-



risien ; laissa-t-il, par mégarde, tomber quelques grains de chicorée dans son filtre, le jour où il étudia cette graine nouvelle : onques ne sait. Mais il déclara se trouver en présence du vulgaire café que nous connaissons tous, et que les épiciers appelleraient *Coffea Arabica*, s'ils étaient de l'Institut.

Heureusement, il s'est trouvé un troisième savant pour mettre les deux autres d'accord en donnant, de façon indiscutable, raison au professeur Baillon. Ce qui n'enlève rien à la valeur ordinaire de son confrère berlinois. Voici dans quelles circonstances :

Avec un legs de la baronne de Hirsch on vient d'achever une annexe de l'Institut Pasteur qui réalise actuellement, « avec tout le confort moderne », la plus belle installation de laboratoires du monde. Cet établissement constitue en quelque sorte la section purement chimique de l'Institut Pasteur. On y écorchera moins de lapins qu'en face, et l'on y cultivera sans doute moins de microbes ; mais on y travaillera tout autant en appliquant les ressources de la chimie à découvrir la structure intime de l'universalité des êtres organisés. C'est ainsi, par exemple, que, dans le domaine de la botanique, au lieu de se contenter, comme autrefois, de l'examen des formes extérieures et de l'anatomie pour la distinction des espèces, M. Gabriel Bertrand fait intervenir le fonctionnement physiologique révélé par l'analyse.

M. Bertrand a donc analysé le café de M. Humblot et il y a constaté — ô prodige ! — l'absence complète de caféine.

Or, la caféine représente la quintessence même du café ; c'est elle qui lui donne son arôme et ses propriétés existantes ; elle en est un élément si essentiel qu'on en est droit de se demander si du café sans caféine est encore du café.

Bien qu'en général les alcaloïdes d'une plante ne disparaissent jamais complètement sous l'influence du sol ou du climat, il était possible que le café Humblot fût simplement du café d'Arabie dégénéré. Pour ne conserver aucun doute, M. Bertrand a analysé du moka cultivé aux Comores : il y a trouvé 13 grammes de caféine par kilo.

Le café Humblot est donc bien une espèce à part.

Pour être complet, je dois avouer qu'il a flatté médiocrement mon palais. Non seulement on ne saurait le comparer au Café Carvalho, mais je crois que je lui préfère encore le café extrait de nos boutons de culotte. Car personne n'ignore que le corozo — dont on fait tant de boutons — réduit en poudre et torréfié, donne une infusion que certaines familles économes trouvent supérieure à celle du moka.

La culture, il est vrai, pourra améliorer le café Humblot. Mais, malgré l'absence de caféine, ne deviendra-t-il pas lui-même un trouble sommeil ? Cruelle énigme !

DUTUYAU.

---

#### Pour purifier le beurre rance

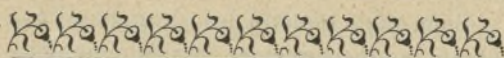
On enlève au beurre le goût de rance en le lavant avec une solution aqueuse de bicarbonate de soude (50 centigrammes à 1 gramme de bicarbonate pour 100 grammes d'eau).

Mais il est essentiel, pour obtenir un résultat satisfaisant, d'amener le beurre à un état de division tel que toutes ses molécules subissent le contact de l'eau de lavage. Il est assez difficile d'obtenir ce résultat par le malaxage à la main. Dans l'industrie, on emploie des machines spéciales.



BOUTEILLES-BOUCHONS  
**EDARD**  
ARTICLES DE CAVE  
(Téléph. 702.89) 26.28, r. du Dragon





## CHIFFONS

La robe de bal la plus jolie et en même temps la plus pratique pour une jeune fille, cet hiver, c'est la robe tout unie, en grosse faille française blanche, avec, bordant la jupe et le corsage, une ruche neigeuse de tulle blanc. Et voilà tout. Cette soie épaisse et souple forme de beaux plis qui n'ont pas besoin de garniture ; et la douceur, la pureté de leurs reflets mats ajoute à l'éclat encore enfantin des tout jeunes visages. On renouvelle la ruche de tulle de la jupe, les draperies du corsage, et lorsque, après une saison, la soie se trouve défraîchie, on en fait une toilette neuve en la recouvrant entièrement de tulle légère à pois, dit tulle saint-esprit. Ce tulle est beaucoup plus frais, plus seyant, posé sur la faille mate que sur du satin dont les cassures brillantes doivent être estompées par une mousseline de soie posée sous le tulle.

De façon générale, du reste, le goût actuel va vers les effets de tons flous, et le satin considéré tout seul, se masse en trop grandes plaques brillantes. Aussi est-ce comme dessous qu'il est surtout employé cette année sous la mousseline de soie : cette mousseline de soie dont on tire encore et toujours des merveilles. Par exemple ceci, qui n'est point compliqué, ni coûteux, et pourtant d'un effet charmant. Une jupe unie, en mousseline blanche, terminée par un haut volant déplié, très touffu, au-dessus duquel courent trois rangs de petit entre-deux de Cluny jauni. Corsage froncé, cerclé des mêmes entre-deux ; volant déplié suivant le tour du décolleté.

Vous voyez que c'est simple ; mais observez que le volant doit aller en augmentant de hauteur par derrière ; et les rangs de guipure, pour accentuer le mouvement, marquent entre eux un intervalle qui s'élargit dans la proportion où le volant augmente. J'ai dit déjà, je

crois, que ceci était une règle de perspective qu'on applique aux garnitures de jupes figurant des cercles et des bordures qui sont la mode du moment. A l'œil, tout paraît d'une rondeur égale, il semble que la hauteur du volant et des cercles soit la même tout autour. Pourtant, l'écart entre le lé de devant et celui derrière est bien d'une dizaine de centimètres ; c'est presque, en somme, la mesure fournie par l'excès de longueur de la jupe traînant derrière, et là, vous le comprenez, est la base des proportions à garder. A moins d'être douées d'un instinct professionnel très développé, les ouvrières sont obligées de se livrer à des séries de calculs pour disposer, avec un intervalle progressif, les entre-deux, les bandes piquées, les rubans de velours dont on cerclé les bas de jupe.

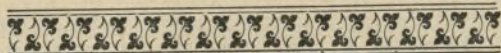
Autre combinaison de mousseline de soie : c'est une robe de contrat, rose, naturellement, comme la couleur de vos rêves, Mademoiselle. Jupe rayée dans sa hauteur, de tout petits plis de lingerie disposés en groupes figurant des panneaux étroits que séparent des entre-deux de guipure légèrement safranée. Bien entendu, les petits plis vont s'écartant de plus en plus à mesure qu'ils descendent sur la jupe ; en bas, ils se terminent en un volant floconneux, qui repose lui-même sur toute une mousse rose. Corsage avec la même disposition de plis et de guipure sur la berthe.

Pour la mousseline de soie, quand on cherche l'effet lingerie, d'un luxe délicat, parce que la façon est coûteuse et l'étoffe fragile, je rappelle les berthes en manière de mouchoir. C'est simplement une sorte de grand carré orné tout autour de petits plis, d'entre-deux de dentelle ou de guipure ; on le fend sur une de ses pointes et on en découpe le milieu en rond, comme pour en faire un col. Puis on le pose sur le devant du corsage, une pointe tombant juste au milieu ; les pointes coupées s'arrêtent sur les épaules, et les trois pointes du devant restent souples et détachées à la façon de revers flottants ; derrière rien qu'un tout petit revers droit, tout plat, ou bien une simple dentelle terminant le décolleté. Très



réussi la mousseline de soie rose avec dentelle genre vieille Malines, et à recommander pour la mise en valeur d'épaules rondes et blanches.

A. DE BOURGEOISIE



## COURRIER

Une maîtresse de maison embarrassée. — Voyez l'article « dîners » n° 1 de 1898.

Avesnes. — Vous avez cette recette dans votre collection.

T. du H. — C'est une pâte de sablés, comme celle dont nous avons donné la recette, fourrée de confitures.

G. — Lapin chasseur : sauter avec lard et petits oignons ; flamber avec cognac ; ajouter un peu de tomate, champignons, estragon, 1 décil. vin blanc et autant de jus.

Avenue Marceau. — C'est évidemment une recette courante à laquelle on donne un nom local, et sur laquelle il vous sera plus facile d'obtenir vous-même des indications.

P. — Bœuf aux cèpes : rôtir ou braiser le bœuf, et garnir avec des cèpes escalopés et sautés au beurre. — Poulet à la Valenciennoises : sauter le poulet avec piment, tomate et safran. Mouiller avec jus, ajouter le riz et cuire au four 25 minutes.

Marseille. — Il n'y a pas à simplifier une recette, de nouilles à la financière. La financière comporte une garniture déterminée dont chacun reste libre de supprimer un ou plusieurs éléments, ce qui n'implique aucune modification dans la façon générale de procéder.

M. L. — Vous trouverez des pignons chez les marchands de produits coloniaux. — Timbale milanaise maigre : lier le macaroni avec beurre d'écrevisses et Parmesan, ajouter quenelles de poisson, champignons, olives et truffes.

Clairac. — Il vous est donné satisfaction dans ce numéro.

Toinon. — Poulet au blanc : braiser et faire une sauce poulet avec le jus de cuisson.

G. — Pour clarifier la friture : faire chauffer jusqu'à ce qu'elle crépite quand on y jette une feuille de persil, retirer du feu, et ajouter une petite poi-

gnée de persil ou de feuilles de carottes. Laisser reposer un instant et passer au tamis fin.

C<sup>tesse</sup> de L. — Opérez comme pour les ballottines de pigeon. — Nous avons donné une recette de bœuf en daube. — Ce n'est pas la quantité de sauce servie avec les moules qui pourra en faire un plat de résistance. Le mieux, serait encore d'augmenter la quantité de moules, à moins d'ajouter à la sauce une poignée de mis de pain passée au tamis.

G. de V. — Il n'y a pas de filet ministre. Certains cuisiniers croient indispensable de donner ce nom à n'importe quel filet servi sur une table ministérielle ; aussi rien de plus variable. Pour le corps diplomatique, on l'entoure de truffes ; pour les chefs de bureau, on le garnit de pommes de terre. Le filet garni de foie gras est le filet à la Rossini : on fait sauter à part des escalopes de foie gras que l'on range avec des truffes autour du filet ; au moment de servir.

X. — Nous vous engageons à renoncer à cette pâtisserie pour diabétiques. La saccharine est un toxique dont l'emploi est interdit. La lévulose et la glycérine ont un pouvoir sucrant très relatifs et donneraient probablement à la pâte une consistance molle peu agréable. Enfin, et surtout, la farine étant aussi nuisible aux diabétiques que le sucre, cette pâtisserie spéciale n'a aucune raison d'être.

P. F. — Il faut laver la truffe, l'eau ne la pénètre point.

Bourg. — Garnir une terrine de farce, remplir le milieu avec les foies de volaille assaisonnés et cuire comme toutes les terrines. — Employer des flacons.

M. L. — Pour rôtir au four : mettre le rôti sur grille ; quand il est chaud l'arroser avec du beurre fondu et ne plus l'arroser du tout.



A NOS LECTRICES dont la peau fine et délicate se gerce ou se crevasse, nous conseillons l'emploi de la **Glycérine savonneuse de L. T. Piver**. Cette préparation rend à la peau sa douceur et sa souplesse primitives. Parfumerie **L. T. PIVER**, 10, Boul<sup>d</sup> de Strasbourg, Paris.

**CRÈME SIMON** SANS RIVALE  
Pour les soins de la Peau  
MÉDAILLE D'OR Expos. Univ.  
PARIS, 1900

**POUDRE DENTIFRICE DE BOTOT** 17, rue de la Paix  
En Vente Partout.



## FÉVRIER GASTRONOMIQUE

## POISSON

La pêche du saumon est ouverte. Mais, comme toujours à pareille époque, les arrivages sont fort restreints, et les cours vont rester élevés. Les petits saumons, d'environ 3 kilos, valent de 11 à 12 fr. le kilo; le saumon coupé coûte 11 francs.

La truite saumonée est peu abondante. Elle pèse de 1 kil. 500 à 2 kil. 500 et varie de 12 à 14 fr. le kilo.

La petite truite de rivière reste fort chère : 10 à 12 fr. le kilo.

Le turbot et la barbe ne varient guère depuis quelque temps : 4 fr. 75 à 5 fr. 50.

Le bar vaut de 5 fr. à 5 fr. 50 le kilo; le mulot, 4 fr. à 4 fr. 75.

La sole vaut de 4 fr. 50 à 5 fr. 50 le kilo.

Le rouget-barbet de la Méditerranée est cher : 5 fr. 50 à 6 fr. 50 le kilo.

Les dorades sont belles : 2 fr. à 2 fr. 50 pièce.

Le colin est moins cher : 2 fr. 25 à 2 fr. 50 le kilo.

Cabillaud : 1 fr. 75 à 2 fr. le kilo. Les plus petits pèsent environ 2 kilos et les arrivages sont fort irréguliers.

Le merlan est assez abondant : 1 fr. 50 à 2 fr. le kilo.

Les harengs sont vides; la saison est finie.

Pas de changement sur le maquereau : 80 cent. à 1 fr.

Coquilles Saint-Jacques : 15 à 20 centimes.

La langouste et le homard conservent leurs cours exorbitants : Langouste : 7 fr. 50 à 9 fr. le kilo; homard : 6 fr. 50 à 7 fr. 50.

Les écrevisses sont chères. Pour bisque : 14 à 16 fr. le cent. Pour buisson : 30 cent. à 1 fr. la pièce.

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

## CAUSERIE DU FOYER

## La Mauvaise santé

La bonne santé est l'exercice agréable, facile et régulier de toutes les fonctions corporelles.

La mauvaise santé consiste au contraire, dans l'exercice pénible, difficile de toutes les fonctions, ou du moins de quelques-unes d'entre elles. Ce n'est pas encore la maladie, mais la voie qui mène fatalement à la mort prématurée, car la mauvaise santé ordinaire ne nous laisse aucun pouvoir de résistance contre les causes externes et internes de maladies qui nous assaillent à chaque instant.

Les individus mal portants et languissants ne présentent souvent aucune tare physique, il n'existe pas chez eux de maladies constitutionnelles et cependant on remarque dans tout leur organisme une *opportunité* aux maladies, qui ne s'écarte pas tellement de la santé qu'il n'y ressemble encore : la digestion s'accomplit; mais elle s'accompagne de douleurs vagues, de pesanteurs, de renvois, de

gargouillements intestinaux. La circulation n'offre pas de troubles sérieux, mais le teint est pâle, avec des rougeurs subites; la moindre émotion, l'exercice un peu vif provoquent des palpitations. La chair est molle, les muscles peu vigoureux. Le travail corporel est impossible, il fatigue vite ces délicats, le travail intellectuel suivi est difficile.

Pour guérir la mauvaise santé, il n'est besoin que d'une chose : éviter toutes les causes débilitantes et stimuler l'organisme d'une façon continue.

Mais le choix d'une médication est la chose la plus importante; elle doit consister à stimuler les organes principaux : le cœur, par la Kola; l'estomac, par la coca; le système nerveux, par le phosphate de chaux; les fonctions intestinales et le système lymphatique, par l'iode.

C'est grâce à cette vertu que le *Vin Désiles*, qui contient la Kola, la coca, le phosphate de chaux et l'iode doit être conseillé à tous les délicats, les débiles, les affaiblis, les épuisés; stimulant inoffensif, le *Vin Désiles* maintient l'équilibre vital et rétablit la santé.

D<sup>r</sup> HADET.

**THÉS** DE LA **COMPAGNIE ANGLAISE**  
23, Place Vendôme, Paris

Envoi du Catalogue  
sur demande

Le Gérant : A. DEBOIS.

PARIS. — EXP. CHARLES SCHLATER, 557, RUE SAINT-HONORÉ.