



Bouillabaisse de Morue

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

MESDAMES,

La bouillabaisse de morue est un plat classique que l'on mange surtout dans les pays chauds. La préparation est aussi simple que rapide; et la sauce, assez relevée, corrige le goût un peu fort de la morue.

Proportions

Pour 6 personnes :

600 gr. de morue pesée sèche ;
1 blanc de poireau ;
1 bel oignon ;
1 gousse d'ail ;
2 tomates moyennes ou 4 cuillerées de conserve de tomates ;
5 à 6 cuillerées d'huile d'olive ;
1 gr. de safran ;
1/2 litre d'eau ;
6 tartines de pain rassis.

La morue

Je prends de la morue salée bien blanche, pas trop épaisse, et, de préférence, dans le ventre. Le filet est un peu sec. Choisir de préférence un morceau de devant, il est plus beau et plus avantageux que le côté de la queue.

Il faut, pour la dessaler, la faire tremper dans une grande terrine d'eau fraîche pendant 36 à 48 heures; c'est très suffisant. Si on la fait tremper trop longtemps, elle

perd son goût et devient filandreuse. J'ai soin de changer complètement l'eau matin et soir. En outre, je place dans la terrine une grille, ou à défaut, un objet quelconque sur lequel je pose la morue qui se trouve ainsi entre deux eaux. Sans cette précaution, le sel de la morue tombant au fond du vase, celle-ci se trouve bientôt dans de l'eau saturée de sel, et elle ne se dessale plus.

D'autre part, c'est un tort de faire tremper la morue dans l'eau chaude, dans l'espoir de gagner du temps : on ne dessale ainsi que la surface et l'on durcit la morue. Le seul moyen de la dessaler plus vite est de la mettre dans de l'eau courante; en laissant couler un robinet dans la terrine où se trouve la morue, on peut la dessaler en 24 heures.

Quand la morue a ainsi trempé, elle est loin d'être propre; il faut la passer à plusieurs eaux et la ratisser pour enlever les écailles. Je laisse la peau et les ailes ou nageoires : il y a dedans de la gélatine qui corse le bouillon qui constituera la sauce.

Je la coupe en morceaux d'environ 5 à 6 centimètres de côté.

Les condiments

J'ai soin de n'employer que la partie parfaitement blanche du poireau, car le vert donne un goût trop fort. Je cisèle ce blanc, c'est-à-dire je le taille en tout petits dés. Pour cela, je fends le poireau en une dizaine de baguettes de la grosseur d'une allumette que je coupe ensuite par le travers en petits morceaux. C'est très vite fait. Au lieu d'un seul blanc de poireau

je puis en mettre deux et, alors, supprimer l'oignon.

Je coupe l'oignon en petits dés comme le poireau.

Après avoir débarrassé la gousse d'ail de son enveloppe, je la coupe en tranches très minces.

Enfin, si j'emploie des tomates crues, j'enlève la peau en les trempant dans l'eau bouillante, puis je les coupe en deux, je les presse pour en extraire l'eau et les pépins, après quoi je les hache sommairement.

Le safran s'achète chez le pharmacien ou le droguiste. Comme le safran en poudre est souvent falsifié, il est préférable de l'acheter en fils, tel qu'il est récolté. On le pose, enveloppé dans du papier, sur un couvercle de casserole chaude, où on le laisse sécher 5 ou 6 minutes. Il suffit alors de frotter le papier entre les doigts pour pulvériser le safran.

Pour faire revenir

Dans une casserole pas trop grande je fais chauffer 5 cuillerées d'huile d'olive. Si elle dégage une odeur trop forte, j'y jette une croûte de pain de 3 ou 4 centimètres de côté sur 1 centimètre d'épaisseur et je la laisse légèrement blondir : elle absorbe le goût de fruit. Dès qu'elle est blonde, je la retire. Si on la laisse brunir, l'huile prend un mauvais goût.

Quand l'huile fume, j'y jette l'oignon et le poireau que je laisse seulement blondir quelques instants, en les remuant avec la cuiller de bois. J'ai bien soin de ne pas faire roussir, ce qui rendrait le poireau encore plus amer que l'oignon. Il suffit, pour cela, d'une minute.

Dès que le poireau et l'oignon sont à point, j'ajoute l'ail et la tomate et je remue simplement pour bien mélanger et fondre la tomate si c'est de la tomate fraîche.

La cuisson

Je mouille aussitôt avec un demi-litre d'eau, j'ajoute une cuillerée à café de sel, le safran, je mêle bien et j'ajoute la morue.

Pour donner plus de goût à la sauce, on peut mouiller avec de l'eau où a dessalé la morue. En ce cas, on ne met pas de sel, sauf à en ajouter à la fin si c'est nécessaire.

Je couvre la casserole et je laisse bouillir à feu très vif pendant 10 minutes.

La bouillabaisse est alors terminée, il n'y a plus qu'à la dresser.

Les tartines

Pendant cette cuisson, j'ai dû préparer les tartines. Dans du pain rassis je coupe des tartines d'un centimètre d'épaisseur et à peu près de la dimension de la paume de la main. Je les range sur une plaque de tôle ou sur un gril, et je les fais griller telles quelles ou après les avoir badigeonnées, sur le dessus seulement, d'huile d'olives. Au four, elles grillent des deux côtés en même temps. Si on les grille sur le fourneau, il faut les retourner.

Je range ces tartines dans un plat rond creux et assez grand, je pose un morceau de morue sur chacune, et je verse dessus toute la sauce.

MAZARIN.



ALIMENT DES ENFANTS



RIS DE VEAU FARCIS

CE plat d'entrée, excellent et fort peu connu sera encore mieux apprécié en ce moment, pour remplacer le poisson qui, dans les maisons où l'on observe les règles du carême, ne doit point figurer sur un menu en dehors des jours maigres.

Ce sont des ris de veau, enveloppés à la façon des pieds de porc, dans un hachis truffé, cuits à la casserole avec du jus et du madère, et servis avec une sauce blonde. La préparation n'a rien de difficile ; elle offre cet avantage de pouvoir, dans plusieurs de ses détails, être exécutée à l'avance.

Recommandons de ne point chercher à simplifier le temps ou la dépense en employant de simple bouillon à la place du jus indiqué, parce que le résultat serait plus que médiocre. Le ris de veau, par lui-même, ne fournit aucun suc, la farce non plus. Il est donc d'une nécessité absolue de corser la cuisson et la sauce par quelque chose de plus, et la proportion de viande indiquée pour le jus est la moindre qu'on puisse adopter. Il est également essentiel de faire la farce soi-même, car la

composition de celle qu'on achète toute faite varie suivant les charcutiers.

Nous indiquons une sauce qui complète au mieux le plat, mais qu'on pourrait, selon les goûts ou le menu, remplacer par une sauce Périgueux.

RÉSUMÉ

Le jus. — Roussir avec beurre, viande et légumes. Mouiller d'eau chaude. Bouilloter doucement quatre heures. Passer, réserver.

Les ris. — Dégorger. Blanchir ; rafraîchir ; parer. Mettre sous presse. Envelopper de farce de porc, avec rondelles de truffe et crépine. Cuire au four avec jus et madère. Découvrir ; dégraisser ; glacer.

La sauce. — Faire un roux blond. Mouiller avec jus, crème, madère. Faire bouillir. Ajouter reste du beurre et de madère, la cuisson réduite des ris ; jus de citron ; ne plus bouillir.

Proportions

Pour 12 personnes, largement.

POUR LES RIS

2 paires de ris de veau moyens ;
500 gr. filet de porc gras et maigre ;
150 — crépine de porc ;
90 — truffe, net ;
5 — de sel ;
3 cuillerées à café de madère ;
3 décilitres de jus ;
1 — de madère ;
Poivre, pincée de poudre d'épices.

Temps de cuisson : 1 h. 1/2, les ris étant déjà farcis à l'avance.

POUR LE JUS

750 gr. gîte de bœuf et jarret de veau, sans os, par moitié ;
80 gr. d'oignon ;
80 — carotte ;
40 — maigre de jambon cru ;
30 — beurre ;
50 — épluchures champignons ;
2 clous girofle ;
1 cuillerée purée de tomate ;
Branche de persil, très petit brin de thym, 1/2 feuille de laurier ;

1 litre 1/2 eau chaude.

Temps nécessaire : 4 h. 1/2.

Se prépare à l'avance.

POUR LA SAUCE

100 gr. de beurre ;

30 gr. de farine ;

2 décilit. 1/2 de jus ;

1 décil. de crème double, fraîche ;

1/2 décil. de madère ;

1/2 cuillerée à café jus de citron ;

Sel, poivre.

Temps nécessaire : 3/4 d'heure.

Le jus

Il doit être préparé bien à l'avance pour n'être pas hâté dans sa cuisson, avoir le temps de reposer et d'être dégraissé à fond. Vous pouvez donc le faire dès la veille si vous voulez.

Prenez une casserole en cuivre étamé épaisse ou une cocotte de fonte. Beurrez-en le fond avec le beurre indiqué. Mettez-y l'oignon épluché et coupé par quartiers ; la carotte coupée en rouelles minces ; les viandes coupées en morceaux carrés, du volume à peu près d'une noix ; le jambon, coupé en quelques morceaux ; le bouquet garni composé d'une belle branche de persil avec une forte tige, un seul petit brin de thym, et la moitié seulement d'une petite feuille de laurier. Il faut observer que ce jus devant beaucoup réduire par la suite, l'assaisonnement doit être proportionné à la quantité finale de liquide.

Ajoutez les clous de girofle ; les épluchures propres des champignons, ou même poids de champignons entiers ; la cuillerée de tomate d'une bonne conserve, ou, selon la saison, même proportion de chair de tomate fraîche, sans graines ni eau.

Posez sans couvrir sur feu modéré. Laissez doucement prendre couleur aux viandes en les remuant souvent avec une cuiller de bois que vous laissez dans la

casserole. Au bout d'une vingtaine de minutes, elles doivent être roussies à point sans que l'oignon ait aucunement attaché ni noirci.

Versez alors l'eau chaude, et faites bouillir. Quand l'ébullition est bien établie, écumez le liquide, couvrez la casserole en laissant une ouverture d'à peine un doigt pour laisser passer la buée, et retirez la casserole sur un feu doux pour laisser bouilloter très tranquillement pendant 4 heures, avec la plus grande régularité. Il ne faut qu'un ou deux petits bouillons réguliers sur toute la surface du liquide. Si l'ébullition venait à être interrompue, faites-la reprendre progressivement, sans violence ; autrement le jus serait trouble. Point de sel, à cause de la réduction successive du liquide.

Passez ce jus à travers une très fine passoire ; vous devez retrouver un peu moins de la moitié du liquide versé au début, soit environ 7 décilitres.

Avec la graisse et le léger dépôt du fond à enlever, c'est ce qui vous est nécessaire pour les ris et la sauce, car il faut toujours réserver, jusqu'au moment de servir, quelques cuillerées de jus en plus pour relâcher au besoin une cuisson trop réduite.

Les ris de veau

Par une paire de ris, on entend généralement les deux parties du ris, telles qu'elles se présentent, reliées par le cornet, espèce de membrane très dure.

Choisissez les ris très frais, très blancs. Ils doivent dégorger *au moins* 3 ou 4 heures dans de l'eau froide, et si vous pouvez vous les procurer la veille et les faire dégorger toute une nuit de plus, ce n'en sera que mieux pour assurer leur blancheur. Cette blancheur est une des premières conditions à rechercher, notez-le bien. Ayez soin qu'ils baignent largement dans l'eau très fraîche ; que cette eau soit changée à

mesure qu'elle devient teintée de sang.

Mettez les ris dans une grande casserole et couvrez-les abondamment d'eau froide : 3 litres environ pour ces quantités. Salez avec 15 gr. de gros sel. Posez sur feu très modéré, plutôt feu doux, afin que l'échauffement se fasse petit à petit, et qu'un commencement d'ébullition ne se produise, pour ces quantités, qu'au bout de 35 à 40 minutes. Si les ris sont saisis par trop de chaleur, ils écument mal, sont dès lors d'une vilaine couleur ; ils restent mous à l'intérieur, leur pellicule extérieure risque d'éclater et laisserait s'éparpiller les chairs.

Cette opération actuelle, qu'on appelle « faire blanchir », a pour but non de les cuire, mais de les nettoyer et de les raffermir. Ayez soin de les retourner dans l'eau où ils surnagent, et ne laissez émerger sur l'eau que la partie non mangeable du cornet.

Dès que l'eau commence seulement à bouillir, tandis qu'une forte écume s'est amassée à la surface, ne laissez pas davantage sur le feu. Tout de suite égouttez les ris et plongez-les dans l'eau froide abondante pour les rafraîchir et les débarrasser de leur écume.

Avec un couteau, séparez-les, et débarrassez-les des parties dures qui les réunissent, ainsi que de toutes les peaux ou filaments, de la graisse qui les environnent. Toutefois, n'allez pas jusqu'à vouloir essayer d'enlever la petite pellicule très mince, brillante et tendue qui recouvre le côté bombé du ris de veau, parce qu'il s'effriterait en miettes.

Posez un torchon tout propre, plié en quatre sur la table. Placez-y les ris, avec un peu d'intervalle entre eux, et leur côté bombé en-dessus. Recouvrez-les d'un autre linge propre et sur le tout posez une planchette quelconque que vous chargez avec

des poids, dans la proportion de 2 à 3 kilos. C'est afin de les aplatir, sans les écraser ; ils prennent ainsi un meilleur aspect, et rendent un excès d'eau qui nuirait à leur cuisson dans la farce. Laissez-les une heure. Après quoi, vous pouvez les farcir.

La farce

On peut la préparer, ainsi que le jus, dès la veille si l'on veut, surtout si, n'ayant pas de petite machine à hacher, on doit hacher la farce au couteau.

Cette farce doit être extrêmement fine, lisse, comme une pommade ; il faut la passer deux fois à la machine. Si on la hache au couteau, il faut la piler ensuite au mortier. Enlevez au préalable toutes les peaux, filaments, et observez une proportion parfaitement égale de gras et de maigre. Hachez gras et maigre en même temps pour que le mélange soit plus parfait. Recueillez le tout dans une petite terrine, ajoutez les épluchures de truffe, hachées, le madère, le sel, une bonne pincée de poivre, une petite pincée de poudre d'épices, et mélangez parfaitement le tout en chauffant un peu la terrine si la farce, en cette saison, est trop dure à manier.

Pour farcir

Ayez un beau morceau de crépine aussi intact que possible. S'il s'y trouve quelques trous, prenez-en un peu plus pour poser des espèces de pièces.

Trempez la crépine à l'eau fraîche pour la laver ; trempez-la à l'eau tiède pour l'assouplir pendant 10 minutes avant de l'employer. Étendez-la sur la table recouverte d'un linge, et étirez-la doucement, elle est très élastique. Posez des morceaux comme des pièces, sur les trous s'il s'en trouve, en les tenant plus grands que ces trous.

Partagez la farce tout de suite, en autant de parts que vous avez de ris. Puis

prenez la moitié seulement d'une de ces parts et, avec la paume de la main, aplatissez-la en couche égale, débordant un peu la superficie du ris que vous allez farcir. Posez-la sur le ris; appliquez-y les rondelles de truffe, un peu espacées. Placez le côté du ris ainsi garni sur la crépine, en calculant ce qu'il vous faudra de crépine pour rabattre sur le ris quand l'autre côté sera garni; deux doigts de rempli suffisent sur le côté non truffé.

Appliquez alors l'autre moitié de farce sur le ris de la même manière; qu'il soit enveloppé également partout sans excès de farce aux deux bouts. Coupez la crépine avec des ciseaux et repliez-la soigneusement partout en la détirant doucement pour la bien appliquer, mais sans serrer trop, car les ris doivent rester bien plats; aplatissez-les après, avec la paume de la main.

La cuisson

Il est indispensable de prendre une casserole basse, dite sauteuse, en cuivre étamé, de grandeur juste suffisante pour que les ris, en les serrant à peine, puissent tenir les uns à côté des autres; ils diminuent à la cuisson.

Posez le côté truffé en-dessus. Ajoutez 2 décilitres du jus et 1 décilitre de matière. Faites bouillir. Couvrez aussitôt et retirez la casserole au four, pour laisser bouilloter doucement pendant 1 heure, en arrosant de temps en temps avec le jus de cuisson.

Les ris ont dû rendre alors une certaine quantité de graisse, en tassant et en diminuant de volume légèrement. En inclinant la casserole, enlevez avec une cuiller toute la graisse surnageant à la surface du liquide qui n'a pas réduit encore. Remettez la casserole sans couvercle dans le four, pour « glacer » les ris; c'est-à-dire pour les faire colorer en se recouvrant du vernis

produit par le jus avec lequel vous les arrosez toutes les 5 minutes à peu près. Peu à peu ce jus, en réduisant, s'épaissit, et forme sirop. Il ne faut pas le laisser gratiner au fond de la casserole au point de brunir. Quand les ris sont bien dorés et brillants, retirez la casserole du four, et tenez-la sur un coin du fourneau au chaud, en ajoutant un demi-décilitre de jus au fond de la casserole pour empêcher le fond de trop gratiner et de brûler.

Pour servir

Placez les ris dans le plat de service chauffé. Avec deux ou trois cuillerées de jus que vous versez dans la casserole, faites dissoudre tout ce qui a gratiné au fond et sur les bords; il faut pour cela frotter avec le dos d'une cuiller de bois, ou, ce qui est bien plus commode, avec un pinceau plat de cuisine. Si, auparavant, il restait encore de la graisse, vous l'aurez enlevée. Vous devez alors obtenir deux ou trois cuillerées d'un jus à consistance de sirop; si ce jus était plus clair, il faudrait faire bouillir une minute à peine pour le réduire. Passez légèrement le pinceau sur les ris pour achever de les glacer, et ajoutez le jus dans la sauce.

Versez un peu de sauce au fond du plat, autour des ris, pour garnir seulement le plat, et envoyez le surplus en saucière.

LA SAUCE

Le roux

Prenez une petite casserole en cuivre étamé bien épaisse. Mélangez-y le beurre et la farine sur feu doux, avec la cuiller de bois. Dès que le beurre est fondu, retirez la casserole sur un feu encore plus doux, et laissez cuire tout doucement pendant *une demi-heure* au moins, sans colorer à peine plus qu'au début. Ce temps est né-

cessaire, il ne faut pas vouloir l'abréger ; la farine doit être parfaitement cuite, comme s'il s'agissait d'un gâteau pour ainsi dire, afin que la sauce ensuite reste légère et puisse attendre au chaud sans changer de consistance. Surveillez de temps en temps, et dans la crainte de faire brûler, n'allez point jusqu'à ne pas laisser cuire assez. Il faut que le roux mijote réellement, qu'on le voie gonflé, sec, et non point en liquide huileux, car ce serait alors un signe qu'il ne cuit pas. Veillez à ce que le fond de la casserole chauffe également, et surtout ne laissez pas dépasser une teinte à peine blonde.

Pour mouiller

Ajoutez alors, par toutes petites quantités seulement à la fois, les 2 décil. 1/2 de jus, scrupuleusement dégraissé d'avance et chaud. Délayez en remuant fortement avec une cuiller de bois, à mesure que vous ajoutez le jus, afin d'éviter tout grumeau. N'ajoutez de nouvelle quantité que lorsque la précédente est délayée en pâte unie, qui à mesure devient de plus en plus liquide. Ajoutez ensuite le 1/2 décil. de vin de madère, dont vous réservez une cuillerée pour la fin, tout à l'heure.

Ajoutez de même le décilitre de crème double. Une forte pincée de sel, une pincée de poivre.

Tournez sur le feu jusqu'à ce que l'ébullition soit déclarée. Retirez tout de suite alors du plein feu pour tenir seulement bien au chaud, pendant que vous allez faire fondre dans la sauce le reste du beurre, soit 70 gr. cassés en petits morceaux, dont vous réservez de côté un morceau gros comme un marron.

Mélangez avec la cuiller de bois, jusqu'à ce que le beurre soit parfaitement fondu et que la sauce forme une crème unie. Ajoutez le jus de citron, la cuillerée

de madère réservée. Goûtez pour l'assaisonnement qui doit être assez relevé en sel et en poivre. Vous pouvez même ajouter une petite pincée de poudre d'épices.

Posez alors sur la sauce le petit morceau de beurre réservé, qui, en fondant doucement, va s'étendre en couche huileuse à la surface. Cette huile a pour résultat d'empêcher la formation d'une peau sur la sauce, dès que cette sauce n'est pas servie sur le champ. Pour peu que la sauce doive attendre quelques minutes seulement, ainsi qu'il est habituel dans la préparation d'un repas, il faut prendre cette précaution. Posez la casserole dans un récipient quelconque rempli d'eau bouillante jusqu'à deux centimètres du bord de la casserole à sauce. Tenez le tout bien au chaud, mais sans faire bouillir l'eau du bain-marie.

Au moment de servir, quand les ris seront dressés sur le plat, ajoutez leur fonds de cuisson réduit dans la sauce, donnez quelques bons coups de cuiller pour mélanger le beurre fondu en même temps, et passez directement la sauce à travers la passoire très fine, à fond pointu, dite chinois, dans le plat où sont les ris, et le reste en saucière chauffée.

LA VIEILLE CATHERINE.

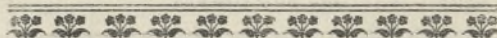


Poulardes truffées.

Parfaits de foie gras.

Pintades farcies.

Voir les précédents numéros.



* Menus *

ŒUFS LUCERNE
POULET SAUTÉ ARCHIDUC
TOURNEDOS ROSSINI
PETITS POIS AU BEURRE
POMMES A LA BRUXELLOISE

POTAGE CRÈME D'ASPERGES
CANAPÉS DE KILKIS
RIS DE VEAU FARCIS
FILET DE BŒUF JARDINIÈRE OU NIVERNAISE
PINTADES ROTIES
PARFAIT DE FOIE GRAS
ASPERGES SAUCE MOUSSELINE
BOMBE GLACÉE

ŒUFS A LA BOURGUIGNONNE
BOUILLABAISSE DE MORUE
SOUFFLÉ DE POMMES DE TERRE
MARMELADE DE POMMES

POTAGE DU COUVENT
MACARONI EN TURBAN
FILETS DE GRONDIN A LA PARMENTIÈRE
MOUSSE DE CHOU-FLEUR
CROUTES AU MADÈRE

ŒUFS AUX ÉPINARDS
ACRAS DE MORUE
CHOUX DE BRUXELLES SAUTÉS
OMELETTE SOUFFLÉE

POTAGE CRÈME DE SANTÉ
BARBUE SAUCE CREVETTES
SALMIS DE BÉCASSINES
LANGOUSTE EN BELLE-VUE
SALADE RUSSE
RIZ A L'IMPÉRATRICE

ŒUFS A LA TRIPE
ENTRECÔTE BÉARNAISE
POMMES DE TERRE SOUFFLÉES
FLAN D'ORANGES

POTAGE AU CRESSON AU TAPIOCA BOUILLON BOUDIER
CROQUETTES DE MACARONI
BŒUF A LA MODE
POULET ROTI
SALSIFIS SAUTÉS
RIZ AUX POMMES

Racahout Delangrenier
Le meilleur aliment des enfants



ŒUFS POCHÉS A LA BOURGUIGNONNE

DES plus simples à exécuter, surtout quand on a déjà l'habitude de pocher les œufs, cette recette est tout indiquée pour les jours maigres ; c'est, en somme, une façon de matelotte, très appréciée des amateurs. Les explications détaillées que nous donnons, s'appliquent surtout au pochage des œufs, afin d'aider les débutantes.

Proportions

Pour 4 œufs :
1/2 litre de bon vin rouge ;
50 gr. de beurre frais ;
10 — de farine ;
30 — oignon ;
5 — échalotte ;
4 tartines de pain de mie ;
Bouquet garni, sel, poivre.
Temps nécessaire : 1/2 heure.

RÉSUMÉ

Faire bouillir le vin ; pocher les œufs, les égoutter, plonger dans l'eau froide. Réserver un peu de vin. Ajouter au reste oignon, échalotte. Réduire de moitié. Passer. Lier sur le feu avec beurre manié. Ajouter hors du feu le reste du beurre. Verser sur les œufs réchauffés dans le vin réservé, égouttés et posés sur croûtons grillés.

Les œufs

La première condition, pour réussir à pocher convenablement des œufs, c'est qu'ils soient d'une fraîcheur parfaite, encore plus que pour des œufs à la coque, si c'est possible. Car, si pour les œufs à la coque, c'est une question de saveur, pour les œufs pochés, c'est en plus, une question d'apparence. Si l'œuf n'est pas extrêmement frais, le blanc se sépare du jaune qui, mal protégé, forme une boule soudée à un amas de blanc ratatiné comme un vieux linge. Le jaune, n'étant plus enveloppé, durcit ou crève, et le blanc est dur et coriace. Donc, établissons cette règle absolue : *pour pocher des œufs, il faut qu'ils soient de la première fraîcheur*, sinon, choisissez une autre façon de les apprêter.

Pour pocher

Prenez une casserole qui contienne juste la quantité de liquide nécessaire avec seulement un ou deux centimètres d'intervalle entre le bord et la surface du liquide. Ceci afin de pouvoir glisser l'œuf à fleur du liquide, car si on l'y laisse tomber de trop haut, il perd sa forme dans le trajet, et ne s'enveloppe plus de blanc avec la même facilité.

Versez le vin indiqué dans la casserole; posez sur un bon feu, et faites bouillir. Cassez un œuf dans une petite tasse, et ayez à portée une cuiller de bois. Quand l'eau bout franchement, faites glisser l'œuf de la tasse en effleurant positivement le liquide avec le bord de la tasse, tandis que vous la tenez inclinée pour faire glisser l'œuf. Tout de suite, avec la cuiller de bois, ramenez adroitement le voile blanc qui s'étend autour du jaune, sur ce jaune même, pour l'en envelopper avant que tout le blanc ne se soit solidifié. De la sorte il se soude et protège le jaune, et le tout prend une forme ronde régulière.

Tout ceci ne doit prendre qu'une demi-minute, pas même; et dès que l'ébullition reprend, ce qui est presque immédiat, il faut retirer la casserole du feu, la couvrir d'un couvercle, et laisser ainsi *deux minutes*; c'est ce qu'on appelle pocher.

Passez alors doucement une petite écumoire ou la cuiller percée sous l'œuf. Enlevez-le et mettez-le dans une petite terrine d'eau fraîche, pour le raffermir.

Puis procédez successivement pour les autres de la même façon.

La sauce

Tous les œufs étant pochés, retirez de la casserole la valeur d'un décilitre de vin que vous mettez dans une casserole plate ou un plat creux quelconque, et qui vous servira tout à l'heure à réchauffer les œufs.

Dans la casserole, mettez l'oignon indiqué, coupé en rouelles, avec l'échalotte, le bouquet garni : tige de persil, brin de thym, 1/4 de feuille de laurier, pincée de poivre.

Faites bouillir, sans couvrir la casserole, sur un bon feu, jusqu'à réduction de moitié. Ecumez, passez à la passoire fine, et remettez dans la casserole rincée. De nouveau faites bouillir; tout de suite ajoutez le beurre manié.

Le beurre manié

Dans une soucoupe légèrement tiédie, mélangez la farine, soit 10 gr. avec même quantité de beurre, jusqu'à ce que l'ensemble forme une pâte parfaitement unie, sans le moindre grumeau. Vous pétrissez le tout avec le dos d'une fourchette.

C'est cette pâte que vous ajoutez dans la sauce chaude, mais tenue hors du feu pendant ce temps. Avec la cuiller de bois, faites dissoudre dans le liquide, et remettez sur feu doux, sans cesser de tourner, jusqu'à ce que la sauce recommencé à bouillir;

elle a, durant ce temps, pris une consistance bien liée qui doit être suffisante. Il faut saler en même temps.

Le reste du beurre s'ajoute hors du feu, cassé en petits morceaux pour qu'il fonde mieux. Si vous servez tout de suite, ajoutez-le immédiatement. Si la sauce doit attendre un peu, mettez la moitié seulement du beurre dans la sauce, pour le bien mélanger, et posez l'autre moitié sur la surface de la sauce pour qu'en fondant il fasse huile, et empêche ainsi une peau de se former à la surface. Tenez au chaud au bain-marie, sans que l'eau bouille.

Les croûtons

Sur du pain de mie légèrement rassis, coupez de petites tartines d'un demi-centimètre d'épaisseur. Rognez toute partie de croûte, et donnez-leur une forme ronde, en les tenant plus larges que les œufs pochés, de façon que la croûte déborde un peu sous l'œuf. Il faut une croûte par œuf.

Posez-les sur un gril, soit au four, soit au-dessus d'un feu doux, de façon qu'elles prennent peu à peu une teinte dorée égale, sans coups de feu ni taches brunes. Ceci, bien entendu, des deux côtés.

Pour finir les œufs

Pendant que la sauce réduisait, les œufs ont raffermi dans l'eau fraîche. Ils n'y doivent pas séjourner. Enlevez-les sur l'écumoire, avec précaution toujours, et posez-les sur un linge blanc plié en quatre pour achever de les égoutter. Avec un couteau, rognez les effilochures de blanc, et achevez de leur donner une forme régulière. C'est ce qui s'appelle les « parer ».

5 minutes avant de servir, faites chauffer le vin réservé, dans le plat creux quelconque. Mettez-y les œufs, couvrez parfaitement, et tenez le tout au chaud, pour que les œufs se réchauffent déjà par eux-

mêmes avant d'être réunis à la sauce. Mais ayez soin de ne pas poser le plat sur un endroit qui chauffe trop, parce que les œufs cuiraient et durciraient.

Pour servir

Posez chaque œuf, bien égoutté, sur un croûton grillé dans un légumier ou un plat creux chauffé. Donnez quelques bons coups de cuiller dans la sauce pour mélanger le beurre fondu, et versez sur les œufs.

Observation

De ce qui précède, on peut établir les proportions de sauce ainsi :

1 décil. de vin par œuf, qu'on réduit de moitié par la cuisson.

5 gr. de beurre manié avec 5 gr. de farine, par décilitre de vin réduit.

20 gr. de beurre hors du feu, par décilitre de vin réduit.

Plus le vin nécessaire pour réchauffer les œufs.

LA VIEILLE CATHERINE.



PROTECTION

Pour lutter victorieusement contre le froid rigoureux de la saison, et se protéger contre les rhumes ou les affections pulmonaires menaçantes, le régime stimulant du vin Mariani est absolument recommandé et conseillé. Ce tonique diffusible, dont l'effet est immédiat, produit un bien-être général et procure une salubre et bienfaisante réaction.

Le vin Mariani constitue, par cette température glaciale, un véritable véhicule de santé et de résistance, il apporte la dose de vigueur et d'énergie qui suffit à protéger contre les atteintes de la maladie.

En cas de refroidissement, les grogs chauds au vin Mariani (deux tiers de vin, un tiers d'eau sucrée. ne pas faire bouillir) suffisent presque toujours, par l'action éminemment vivifiante qu'ils déterminent, à enrayer la grippe, l'influenza, le rhume et la bronchite à leur début.



Pour le Thé de 5 heures

C'est une façon nouvelle et amusante de servir des sandwiches, et qui présente en même temps l'avantage de les conserver au besoin très frais pour le lendemain.

Représentez-vous un pain de seigle rond et bombé, en apparence intact, avec le dessus détaché pour faire office de couvercle. L'intérieur a été creusé, détaillé en tartines minces, beurré, et, ainsi transformé en sandwiches, remis dans la croûte.

Voici, pour réussir du premier coup, quelques indications pratiques.

Procurez-vous un pain de seigle rond, d'une forme bien régulière, bien en boule, il doit être bien cuit et rassis au moins d'un jour,

Selon que vous voulez des sandwiches gras ou maigres, vous les garnissez de foie gras ou de beurre d'anchois. Pour un pain d'une livre il faut 125 gr. de foie gras ; ou 100 gr. de beurre très frais, très fin, avec 50 gr. d'anchois pesés sans leurs arêtes ; on lave les anchois — des anchois salés — à l'eau tiède ; on pile les chairs avec le beurre et on passe le tout au tamis de crin.

Ce qui, ensuite, est indispensable, c'est un excellent couteau, à lame longue, mince et flexible, comme celle des couteaux à couper le jambon, par exemple.

Avec la pointe du couteau, cernez le dessus du pain comme une calotte, en faisant pénétrer la lame à un bon centimètre. Ceci vous permet de mieux observer la régularité de ce qui va être le couvercle. Ensuite vous n'avez

plus qu'à l'enlever en coupant cette calotte d'un bout à l'autre comme si vous enleviez une tartine.

Maintenant, enfoncez le couteau dans le pain, tout contre le bord de croûte, de façon que la pointe ressorte par la croûte du fond. Il s'agit d'enlever ce rebord de croûte, comme un anneau séparé, en laissant adhérer la mie de mie à la croûte du fond. Faites doucement glisser la lame du couteau tout autour du bord, en appuyant le côté coupant vers la croûte, pour laisser le plus de mie possible à la mie. Il est plus commode de poser le pain sur le côté, pendant qu'on fait ce travail. On peut aussi, auparavant, enfoncer le couteau dans la croûte du fond pour marquer la place exacte, et en l'enfonçant ensuite de l'autre côté dans la mie, rejoindre cette coupure.

Ceci fait, dégagez avec précaution la mie de l'anneau de croûte. Coupez cette mie en tranches aussi régulières que possible, toujours avec votre couteau long et mince. Le couteau anglais spécial à dents de scie n'est pas nécessaire. Vous pouvez obtenir 16 tranches, *au moins*. Il faut tenir légèrement mie et couteau et ne pas appuyer du tout sur le pain avec la main gauche afin de ne pas le tasser sur lui-même pendant qu'on coupe. Bien entendu, on coupe le pain en manœuvrant le couteau verticalement ; de temps en temps, changez la mie de sens, c'est-à-dire tournez en haut la partie qui posait sur la table, afin de corriger l'inégalité que peut produire le travail du couteau,

Avec un petit couteau à lame ronde, étalez le beurre d'anchois ou le foie gras en couche très mince sur un côté seulement des tartines. Recollez-les deux par deux, le côté beurré à l'intérieur, naturellement. Appuyez avec la paume de la main assez fortement pour les bien souder et aplatir. Empilez les sandwiches les uns sur les autres pour reconstituer la mie. Avec le couteau, rognez les effilochures de pain, les irrégularités tout autour. Puis, d'un coup de couteau, fendez cette mie en deux, ce qui vous fait deux sandwiches par étage ; au lieu d'avoir des sandwiches ronds,

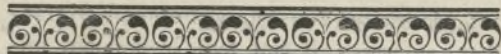
très grands, vous en avez de moyens, en forme de demi-lune.

Avec le couteau, raclez les inégalités de la mie restant dans l'anneau de croûte et qui gêneraient pour y remettre les sandwiches.

Posez la pile de sandwiches sur le fond de croûte et introduisez le tout dans l'anneau. Il faut qu'on puisse facilement sortir les sandwiches, et si le bord de l'anneau semble un peu juste, il n'y a qu'à le couper à peine un quart de centimètre tout autour. Faire bien pénétrer le fond de croûte dans l'anneau, pour que les sandwiches affleurent le bord de l'anneau. Poser le couvercle de croûte sur le tout pour reconstituer le pain.

Présenter le pain sur une grande assiette d'étain ou de faïence rustique ; ou encore dans une corbeille plate garnie d'une petite serviette en grosse toile brodée de couleur ou bien ornée de grosse guipure bise. Poser à côté une petite fourchette pour sortir aisément les sandwiches.

LADY PRATICK.



POULETS EN GELEE

PRIX

FR.

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

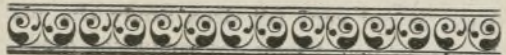
Poulet extra, pour 6 à 8 personnes... 7 50

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

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

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

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



La Culture hâtée de la Tomate

Voici, d'après la *Revue horticole*, la façon de cultiver les tomates pour les voir fructifier dès les premiers jours de juillet.

Vers la fin de février, ou au commencement de mars, on sème les graines de tomates sur le terreau d'une couche, recouverte de châssis, dont la température ne doit pas dépasser 20 à 25°. Dès que la levée est faite, il faut donner de l'air et beaucoup de lumière afin que les jeunes plants ne s'étiolent pas, puis, tous les soirs, couvrir les châssis de paillassons. Lorsque les plants ont 5 ou 6 centimètres de hauteur, pas plus, il faut les arracher et les repiquer à tous les 10 ou 12 centimètres les uns des autres, à racines nues, sur une *nouvelle couche* ayant à peu près la même température que la première. Ces tomates seront élevées avec beaucoup d'air pendant tout le temps qu'elles resteront en pépinière, de façon à obtenir des plantes robustes au moment de la mise en place. Elles seront également arrosées sans excès. Si les tomates ont été semées vers le 25 février, elles pourront très bien être plantées en place, comme nous allons dire, vers la fin d'avril, et dans les premiers

jours du mois de mai si elles n'ont été semées qu'au commencement de mars.

Cette plantation peut être exécutée de plusieurs manières :

1° Sur une nouvelle couche, chaque tomate recouverte d'une cloche ;

2° En avant d'un mur, en plate-bande exposé en plein midi et également sous cloche.

Bien que la fin du mois d'avril et le commencement du mois de mai correspondent à une saison pendant laquelle la chaleur est quelquefois constante et régulière, il ne faut pas s'y fier ; la couche sur laquelle on plantera devra posséder quand même une épaisseur de 25 ou 30 centimètres, montée avec du fumier frais et du fumier recuit.

Cette couche est recouverte de terreau pur par quelques jardiniers ; seulement, il est préférable de mélanger le terreau de moitié de terre de jardin, prélevée dans un des carrés les plus rapprochés de l'endroit où a été construite la couche. La largeur de celle-ci sera de trois rangées de cloches, placées en échiquier ; sous chacune des cloches on plante un pied de tomate. Mais comme la couche serait insuffisamment utilisée, il faut faire en sorte de planter en triangle, avec chaque tomate, trois laitues pommées de printemps : *Laitues crêpe à graine noire*, *Gotte à graine noire*, *Gotte lente à monter*, laitue *George*, etc.

La plantation se parachève par un arrosage pratiqué avec le goulot de l'arrosoir, puis les cloches sont mises à leur place et y sont maintenues jusqu'à ce que la reprise soit assurée. Le soir, les cloches sont recouvertes de paillasse pour passer la nuit. Le matin, ceux-ci sont retirés, et pendant le jour on donne de l'air autant que le permet l'état du ciel. Pendant de très belles journées de soleil, les cloches peuvent même être complètement enlevées,

mais sans jamais oublier de les remplacer chaque soir et jusque passé le 25 mai, de crainte des gelées blanches.

Il arrive fréquemment que, sous l'action de la chaleur de la couche et du soleil, les tomates finissent par atteindre le haut de la cloche sans qu'on puisse pour cela les priver de leur abri de verre. Il faut alors soulever les cloches par trois crémaillères à crans et les laisser dans cette position.

*
**

Quant à la plantation en plate-bande, elle se fait, à quelques jours près, à la même époque, sur un labour profond, pendant l'exécution duquel on incorpore au sol du fumier aux trois quarts décomposé. Comme sur couche, une seule tomate sous chaque cloche, puis trois laitues pour compléter la clochée et mieux utiliser ainsi le terrain. Le sol de la plate-bande n'étant pas aussi chaud que la terre qui recouvre la couche, les tomates, malgré les cloches, poussent plus lentement ; ce n'est, en somme, que dans le mois de juin qu'elles trouvent la chaleur nécessaire pour pousser rapidement.

Pendant toute la période de leur croissance, c'est-à-dire depuis la plantation jusqu'à la formation des fruits, ou mieux jusqu'au moment où ceux-ci seront bien noués, il faudra arroser modérément. Ce n'est que lorsque les fruits sont « assurés » qu'il est nécessaire de ne pas laisser souffrir les tomates de la soif.

La plate-bande sera en outre paillée avec du fumier aux trois quarts décomposé, dans le but de modérer l'évaporation du sol.

Enfin, du même semis, il est possible de prélever les plantes nécessaires à la plantation en plein carré, mais comme celle-ci ne peut avoir lieu qu'en fin mai, à cause des gelées blanches qui sont à craindre, il est prudent « de les mettre en nour-

rice », c'est-à-dire de les repiquer sous châssis froid ou sur vieille couche, pour qu'elles n'aient pas de dispositions à devenir trop grandes en attendant la plantation définitive.

*
* *

Sous nos climats tout au moins, on ne laisse pas pousser les tomates comme elles veulent; elles sont soumises à la taille, qui a pour objet de retrancher les ramifications secondaires, dont le trop grand nombre empêcherait l'air et la lumière de frapper les fruits.

Il y a plusieurs méthodes de tailler. La plus simple, celle dont les mérites sont de ne pas être compliquée et de pouvoir être pratiquée par tout le monde, est la suivante : tous les bourgeons, au fur et à mesure qu'ils apparaissent à l'aisselle des feuilles, sont supprimés, et il importe qu'ils le soient de bonne heure, lorsqu'ils sont encore jeunes et non quand ils sont à l'état de branches. Comme il peut s'en développer plus d'un à l'aisselle de chaque feuille, il convient de surveiller leur apparition. De cette façon, les feuilles prennent plus de développement et par suite, les fruits sont mieux nourris.

Maintenant, il y a des personnes qui élèvent leurs tomates sur deux ou trois tiges, dont on provoque l'apparition par une taille pratiquée à 10 ou 15 centimètres au-dessus du sol, chaque tige étant distancée de sa voisine de 45 à 50 centimètres. Ce qui est beaucoup plus simple, c'est d'élever chaque pied de tomate *sur une tige unique*, dressée le long d'un tuteur et de conserver quatre, cinq ou six inflorescences sur chacune d'elles, suivant que les pieds sont plus ou moins vigoureux et que les inflorescences, après que les fleurs ont été fécondées, portent un plus ou moins grand nombre de fruits sur lesquels il soit possible de compter. Lorsqu'on est

est fixé sur le nombre, 12, 14 par pied fort, on arrête la tige par un pincement à une ou deux feuilles au-dessus de la dernière inflorescence, en ayant soin de supprimer, comme pour les autres, les bourgeons qui se développent à leur aisselle.

*
* *

Il ne faut pas oublier que la tomate est sujette à être attaquée par la même maladie qui sévit sur la pomme de terre, et qui n'est autre chose qu'un champignon microscopique du nom de *Phytophthora infestans*. Les tomates souffrent beaucoup des atteintes de ce parasite; aussi faut-il traiter *préventivement*, ce qui est facile au moyen de l'une ou l'autre des préparations cupriques connues : bouillie bordelaise, bouillie bourguignonne, eau céleste, ammoniure de cuivre, etc. Trois ou quatre pulvérisations aux doses ordinaires mettent les parties herbacées et les fruits à l'abri de cette cryptogame.

A l'arrière-saison, au commencement du mois d'octobre, les tomates qui sont insuffisamment rouges et qui, laissées à l'air libre, auraient beaucoup de chances de ne pas arriver à complète maturité, peuvent être placées, isolées, ou mieux adhérent encore aux pieds, sur un lit de paille, dans des coffres recouverts de châssis et placés à bonne exposition en plein soleil. Les châssis étant hermétiquement fermés, il suffit d'entretenir de l'humidité intérieurement, au moyen de quelques seringages. Par ce moyen, les fruits rougissent relativement vite, mais ils ne valent pas ceux qui ont pris leur coloration naturelle sur les pieds.

*
* *

Dans le choix des variétés, il est évident que pour obtenir des fruits le plus de bonne heure possible, il convient de faire choix des races le plus hâtives; c'est très important.

Les variétés suivantes, classées par ordre de maturité, sont à recommander. Elles sont, non seulement précoces, mais leur fruit est d'excellente qualité.

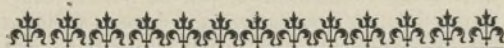
Tomate reine des hâtives. — A conseiller pour sa grande précocité à laquelle est jointe une fertilité soutenue.

Tomate rouge naine hâtive. Un peu moins hâtive que la précédente, mais cependant digne d'être cultivée en première saison.

Tomate rouge hâtive. — Bien que moins hâtive que la naine, elle convient admirablement pour les premiers semis.

Tomate chemin rouge. — Excellente variété produisant beaucoup. Fruits à chair bien ferme, qu'on obtiendra un peu après la troisième variété.

J. FOUSSAT.



COURRIER

Bréval. — Le foie gras fond toujours plus ou moins suivant sa qualité. S'il fond beaucoup c'est qu'il ne vaut rien.

M. G. — Cornets à la crème : enrouler de la pâte feuilletée sur un cornet de carton, cuire et garnir de crème.

A. P. — Vous pouvez garnir des bouchées : avec huîtres, câpres, champignons, queues d'écrevisses, ou avec salpicon de jambon, langue, blanc de poule, truffes, champignons.

V. T. — La margarine est faite avec de la graisse traitée par les procédés industriels que l'on ne peut appliquer dans un ménage. — Chez Briffault, 72, avenue de la République. — Demandez-en à votre pharmacien.

D. — Oui, toujours le samedi. — La pâte de biscuit est toujours la même. Vous n'avez qu'à parfumer la crème avec de l'essence d'orange. — C'est une pâte de biscuit mousseline à laquelle on mélange des amandes râpées. — Vous ne pouvez faire vous-même ces feuilles de cacao.

G. de B. — Cuire sucre, miel et crème au bûlé, ajouter le chocolat râpé, ramener au bûlé et verser sur marbre huilé. — Nous ne pouvons rien vous recommander.

G. L., Le Havre. — Nous pouvons vous envoyer de bonnes conserves de légumes.

M. Y. M. — Sauce au raifort : mélanger simplement raifort râpé à une sauce blanche, ou l'arroser avec du bouillon gras bien chaud.

B. B. — Grillons : couper de la panne en carrés de 2 centimètres, faire fondre très lentement. Quand la graisse est claire, verser dans une passoire, égoutter, saler les cretons et les mettre en pot en les tassant.

Châlons. — Croquettes de pommes de terre sont trop compactes parce que les pommes de terre sont trop cuites avant d'être mises en purée ou pas assez travaillées ensuite.

Bar-le-Duc. — Recette parue en 1898.

M. S. — Il nous est difficile d'infliger à la totalité de nos abonnés la réédition d'une recette perdue par un seul.

Nogent. — Veuillez lire l'avis en tête du courrier. D'ailleurs, vous ne nous aviez même pas indiqué le genre dont il s'agissait.

Plusieurs abonnés persistent à nous écrire en ne tenant aucun compte et de l'avis qui suit le sommaire et de l'avis qui précède souvent le courrier. Ils nous excuseront de ne pas leur répondre.

Vosgiennne. — Pour le jambon au madère, la sauce se fait à part. On la sert soit avec des tranches de jambon réchauffées au bain-marie, soit avec un jambon entier que l'on cuit au court-bouillon comme à l'ordinaire, et que l'on fait ensuite mijoter pendant une demi-heure avec une certaine quantité de Madère.

Angerville. — Pommes de terre soufflées : couper les pommes de terre bien égales, mettre à friture chaude ; quand elles surnagent, les retirer et les jeter dans la friture fumante.

De C. de B. — Si vous aviez pris la peine de consulter vos tables, vous auriez trouvé les recettes que vous demandez.

A. — Ces fruits s'obtiennent avec des bains successifs de sirop comme les marrons glacés.

À NOS LECTRICES dont la peau fine et délicate se gercé 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, Boulevard de Strasbourg, Paris.

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

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

MARS GASTRONOMIQUE

POISSON

Le saumon est moins cher. Les petits saumons, d'environ 3 kilos, valent de 9 fr. 50 à 12 fr. le kilo; le saumon coupé coûte 10 fr. 50 à 11 francs.

La truite saumonée est plus abondante. Elle pèse de 1 kil. 500 à 2 kil. 500 et varie d'un jour à l'autre, de 10 à 12 fr. le kilo.

La petite truite de rivière est un peu plus chère : 9 à 11 fr. le kilo.

Baisse sensible sur le turbot et la barbue : 4 fr. 50 à 5 fr.

Le bar vaut de 5 fr. à 5 fr. 50 le kilo; le mullet, 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 ne varie guère : 5 à 6 fr. le kilo.

Les dorades ne sont pas très grosses, environ 1 kilo : 1 fr. 75 à 2 fr. pièce.

Le colin vaut environ 2 fr. le kilo.

Le cabillaud varie de 1 fr. 75 à 2 fr. le kilo. Mais les plus petits pèsent souvent environ 3 kilos et, depuis quelque temps, il n'en arrive que deux ou trois fois par semaine.

Le merlan est assez abondant : 1 fr. 75 à 2 fr. le kilo.

La saison des harengs est finie.

Le maquereau, assez rare, va rester cher jusqu'au printemps : 90 cent. à 1 fr. 10.

Coquilles Saint-Jacques : 15 à 20 centimes.

La langouste et le homard baissent peu.

Langouste : 7 fr. à 8 fr. le kilo.

Le homard, qui vaut 6 fr. à 7 fr., manque complètement certains jours.

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.

Les huîtres sont toujours très bonnes. (Pour le détail des prix, voir nos précédents numéros).

CAUSERIE DU FOYER

Les suites de l'influenza

L'influenza n'est vraiment périlleuse que par ses suites; si surtout elle a implanté ses germes sur un terrain prédisposé ou affaibli, elle devient féconde en complications sérieuses ou graves. Dans l'épidémie actuelle, on sait que plusieurs personnalités ont succombé à des congestions pulmonaires ou à des maladies de cœur provenant tout simplement de la grippe vulgaire négligée.

Ce sont surtout les enfants faibles, les adultes névrosés du sexe féminin principalement, et les vieillards débilités dans leur système circulatoire qui souffrent le plus grièvement des suites de l'influenza. Qu'observe-t-on alors? Après les symptômes ordinaires de bronchite et de catarrhe, entrecoupés

de douleurs rhumatismales, mal de tête et courbature, le malade ne réagit pas. Il éprouve toujours des frissonnements, une grande prostration, une langueur générale. La toux traîne, la maigreur survient, l'estomac et l'intestin fonctionnent mal; la tuberculose pulmonaire, l'entérite chronique, la neurasthénie, ont alors la plus grande prise, au milieu de la déroute coutumière des forces vitales.

Pour remédier à ces dangers, aucun agent thérapeutique ne fournira des résultats plus constants que le *Vin Désiles*, qui, par sa composition habilement pondérée, relève le système nerveux, excite l'appétence et l'assimilation, accroît la tonicité musculaire et neutralise les effets néfastes des microbes régnants sur l'organisme. Avec le *Vin Désiles*, la résistance générale est accrue et la convalescence singulièrement abrégée.

D^r CENDRE.

Les **COUTEAUX**
A la marque de la **TROMPETTE**

MEDAILLÉ D'OR 1878
EXPOSITION 1878
SAINT-LOUIS

sont reconnus supérieurs.

GOUTTE, GRAVELLE
RHUMATISMES
sont guéris par les
SELS GRANULÉS EFFERVESCENTS
DE LITHINE
de Ch. LE PERDRIEL

THÉS DE **COMPAGNIE ANGLAISE**

23, Place Vendôme, Paris

Envoi du Catalogue
sur demande

Le Gérant : A. DEBOIN

PARIS. — IMP. CHARLES BONLAUREN, 267, RUE SAINT-HONORÉ.