



Croustade Languedocienne

Cours de M. A. Colombié

Compte rendu spécial du "Pot-au-Feu"

MESDAMES,

Ce plat, spécial à la région languedocienne, est une espèce de fricassée de poulet cuit avec des salsifis dans une tourtière que l'on recouvre de pâte, à la façon des pies (prononcez *pail*) anglais. D'une préparation très simple, d'aspect original, il constitue un vrai régal et peut être servi comme entrée dans un déjeuner ou dans un dîner un peu cérémonieux.

Pour un repas de famille on peut le rendre plus économique, en remplaçant le poulet par des abatis de poularde ou de dindonneau, ou, encore, en employant des restes de poulet rôti ou braisé.

Proportions

Pour 5 à 6 personnes :

1 poulet en chair moyen ;

1 bel oignon ou une dizaine de petits oignons ;

1/2 botte de salsifis ;

100 grammes de lard de poitrine, gras et maigre ; ou, mieux encore, de jambon un peu gras ;

20 grammes de farine ;

1 cuillerée de dégraissis ;

1 pincée de sucre ;

3/4 de litre de bouillon ;

1 décilitre de vin blanc ;

1 petit verre de cognac ;

3 cuillerées de purée de tomate, facultatives.

POUR LA PÂTE

200 grammes de farine ;

100 — de beurre ;

1 pincée de sel ;

1 décilitre, environ, d'eau.

La pâte

Je commence par préparer la pâte, car il est préférable qu'elle repose quelque temps avant d'être employée, autant que possible deux ou trois heures, afin de perdre son élasticité. Mais, si l'on est pressé par le temps, on peut ne la commencer qu'une demi-heure environ avant de mettre au four.

Cette pâte est une pâte demi-feuilletée : je la détrempe d'abord comme une pâte brisée, puis je lui donne quatre tours comme si je faisais une pâte feuilletée.

Je dispose la farine en couronne sur la table avec, au milieu, le beurre, pas trop dur, et le sel. Avec les doigts de la main droite je pétris le beurre avec le sel ; puis j'amène peu à peu la farine pour l'incorporer au beurre, ajoutant de l'eau à mesure que c'est nécessaire. La quantité d'eau indiquée, 1 décilitre, est approximative, la farine absorbant d'autant plus d'eau qu'elle est de meilleure qualité. En tout cas, il faut tenir la pâte un peu molle.

La détrempe terminée, je rassemble la pâte en boule et je la « fraise ». Pour cela, avec la paume de la main droite, — et par « paume » j'entends la naissance du pouce, — j'écrase la pâte contre la table en la faisant glisser par petites parties à

la fois que je pousse à mesure devant moi. De telle sorte qu'au milieu du travail j'ai deux parts de pâte : celle qui est fraisée, au bout de la planche, et celle qui ne l'est pas encore, là, près de moi. Il faut très fortement appuyer la paume sur la table tandis qu'on écrase la pâte en poussant, de telle sorte que la petite quantité que l'on est en train de fraiser soit, pendant ce temps, tout entière appliquée sur l'espace qui sépare les deux parts de pâte.

Naturellement, plus cet espace est étendu, plus la pâte est amincie. Il en faut fraiser très peu à la fois, gros comme un marron, qu'on détache de la masse simplement avec la paume, au fur et à mesure.

Quand toute la pâte est fraisée, et, par conséquent, se trouve rassemblée en une seule masse, je la pelotonne entre les mains, sans que la pâte quitte la table, pour former une boule bien unie, sans trace de soudure ; je la mets dans une terrine que je couvre avec un linge pour l'abriter de l'air et je la laisse reposer au frais.

La pâte ayant reposé au moins une vingtaine de minutes, et, si possible, deux ou trois heures, je vais lui donner quatre tours.

Je pose la boule de pâte sur la table légèrement farinée, et je l'étends avec le rouleau, de manière à former une bande d'environ 1/2 centimètre d'épaisseur. Je plie cette bande de pâte sur elle-même en trois, et j'appuie dessus avec le rouleau pour faire tenir ensemble les trois épaisseurs de pâte : j'ai ainsi donné le premier tour.

Il faut, maintenant, donner tout de suite le deuxième tour. Je place le carré de pâte devant moi dans le sens opposé de celui où je l'ai déjà travaillé. C'est-à-dire que, si je déplaçais la bande, elle se retrouverait

devant moi sur sa largeur au lieu d'être dans le sens où je la poussais sous le rouleau la première fois.

J'étends ce carré de pâte, puis je le replie comme la première fois. J'ai ainsi donné deux tours.

Je laisse reposer de nouveau la pâte pendant 15 à 20 minutes, après quoi seulement je donne encore deux tours en opérant exactement comme pour les deux premiers.

La pâte est alors prête pour garnir le moule, comme nous le verrons tout à l'heure.

Les salsifis

Pendant que la pâte repose, je m'occupe des salsifis.

Il y en a deux variétés : le salsifi proprement dit, qui est blanc, et la scorsonère, qui est noire. Cette dernière est préférable, elle est plus fine et moins filandreuse.

Après avoir lavé les salsifis, je les fais tremper une demi-heure dans l'eau froide pour les raidir, ce qui rend le râtissage plus facile. Je les ratisse avec un couteau pour bien enlever la peau, je les coupe en deux, et je fends le côté de la tête s'il est un peu gros. Je puis laisser ou enlever, suivant les goûts, la naissance des feuilles.

Après les avoir de nouveau lavés, je les mets dans une casserole remplie d'eau froide, avec 5 grammes de sel par litre, 1 cuillerée à bouche de jus de citron et un morceau de pain, un peu plus gros qu'un œuf.

Le jus de citron et le pain empêchent les salsifis de noircir ; on peut, à la rigueur, supprimer le citron, mais il ne faut pas le remplacer par du vinaigre, car son acide contrarie la cuisson.

Je couvre bien la casserole et je fais bouillir de une heure à deux. Le temps de cuisson varie, en effet, dans ces proportions, suivant la nature du terrain où l'on

a récolté les salsifis. Ceux-ci doivent être tendres, presque complètement cuits, car ils cuiront très peu par la suite. Je les laisse attendre au chaud dans leur eau, jusqu'au moment de les ajouter à la sauce.

Le poulet

Je choisis un poulet bien en chair, pas trop vieux, ou, encore, une poulette d'un an ou deux.

Je le découpe comme pour une fricassée, c'est-à-dire chaque membre en deux morceaux, la carcasse en deux ou trois morceaux. J'emploierai tous les abats.

Pour faire revenir

Je prends un sautoir, c'est-à-dire une casserole basse, à fond épais, assez grande pour contenir tout à l'heure tous les morceaux de poulet et les salsifis.

J'y mets le dégraisis avec le lard ou le jambon coupé en dés d'environ 1 centimètre et les petits oignons entiers ou le gros oignon coupé en quatre ou huit morceaux. Je laisse blondir doucement, pendant cinq ou six minutes, en remuant fréquemment avec la cuiller de bois pour colorer le lard et l'oignon sur toutes leurs faces, et en ayant soin de ne rien laisser roussir. Je retire alors le lard et les oignons, que je mets de côté sur une assiette, laissant dans la casserole toute la graisse qui va servir pour faire revenir le poulet.

Je mets donc dans la casserole tous les morceaux de poulet et les abats sauf le cœur et le foie que j'ajouterai plus tard. Je fais revenir comme un ragoût ordinaire, c'est-à-dire à feu pas trop vif, la casserole découverte, en retournant de temps à autre les morceaux avec la cuiller de bois pour les rissoler bien également. Il faut, pour cela, environ un quart d'heure.

La cuisson

A ce moment, j'égoutte complètement la graisse de la casserole, puis je saupoudre

le poulet avec une pincée de sucre en remuant vivement les morceaux pour le mieux répartir. Aussitôt après, je mouille avec la moitié du vin blanc et je remue pour délayer le jus qui a glacé au fond de la casserole. Je saupoudre ensuite avec la farine, je mélange une minute et je verse le bouillon et le reste du vin blanc. J'ajoute la tomate, les lardons, les oignons et le cœur du poulet; je n'ajouterai le foie qu'à la fin.

Je chauffe doucement jusqu'à ébullition, et j'écume. Puis je couvre la casserole et je laisse mijoter à tout petit bouillon, comme un pot-au-feu, pendant 20 à 30 minutes, suivant l'âge du poulet.

La cuisson achevée, j'ajoute les salsifis égouttés, le foie et le cognac, et je chauffe jusqu'à ébullition. Je goûte pour l'assaisonnement, et je verse tout le contenu de la casserole dans la tourtière, ou je tiens un instant au chaud si celle-ci n'est pas prête.

La croustade

Comme moule, j'emploie soit une caisse à soufflés en porcelaine, comme on en trouve aujourd'hui partout; soit une tourtière à l'ancienne mode, c'est-à-dire une sorte de casserole basse, sans queue, avec deux anses et un couvercle à rebord sur lequel on mettait de la braise.

A défaut, on peut encore employer une casserole en terre. Quel que soit le récipient, il doit avoir environ 7 ou 8 centimètres de profondeur et, pour nos proportions, 22 centimètres de diamètre.

Il ne faut pas oublier que la croustade ne se démoule pas et paraît sur la table dans le moule où elle a cuit.

La pâte ayant reçu ses quatre tours, je l'étends sur une longueur égale à la circonférence du moule, et j'en coupe une bande large d'environ 2 centimètres.

Je replie la pâte en trois, je l'étends

une dernière fois, en rond, et j'y découpe un rond ayant à peu près 2 centimètres de plus que le moule à sa partie supérieure.

Avec le doigt ou un pinceau, j'étends un peu de blanc d'œuf légèrement battu sur le tour intérieur du moule, près du bord, puis j'y applique la bande de pâte comme une ceinture, en ayant soin de la bien fixer. Ce n'est pas difficile, mais la chose demande une certaine attention. Il faut replier légèrement le haut de la bande, de manière à couvrir le bord du moule, mais sans faire redescendre la pâte du côté extérieur.

Je verse tout le contenu de la casserole dans le moule.

Il s'agit maintenant d'appliquer le couvercle de pâte. Je passe du blanc d'œuf sur le bord supérieur de la bande que j'ai collée au moule. Pliant le couvercle en deux, j'en applique la moitié sur le bord du moule, lequel est couvert par la bande de pâte. Je le pose de façon qu'il dépasse le bord d'environ un demi-centimètre. Je relève ensuite la seconde moitié du couvercle et je l'abats sur l'autre partie du moule où je la colle de même. J'appuie avec les doigts pour bien souder et je laisse la pâte qui dépasse tout autour, sans la rabattre ; elle se retirera d'elle-même à la cuisson.

En posant le couvercle, il ne faut pas chercher à le tendre comme une peau de tambour ; on doit le laisser creuser un peu, car il a besoin d'un certain jeu. Il remontera et se tendra à la cuisson.

Je dore rapidement toute la surface du couvercle avec de l'œuf battu, je fais au milieu un petit trou de la largeur du petit doigt pour l'échappement de la vapeur, et je mets au four *immédiatement*. Si l'on attend, la pâte se ramollit et ne gonfle pas.

Il faut un four moyen. On compte environ une heure de cuisson. On reconnaît qu'elle est suffisante quand la pâte est croustillante.

Si le four est trop chaud, la pâte colore et ne cuit pas ; s'il ne l'est pas assez, elle se racornit et se fendille.

Pour servir

La croustade se sert telle quelle au sorti du four. On cerne le couvercle avec la pointe d'un couteau, on le détache, puis on le coupe en autant de quartiers qu'il y a de convives et que l'on présente à part sur une assiette.

Les restes de poulet

Si l'on emploie des restes de poulet, on procède de la façon suivante :

Après avoir fait blondir le lard et les oignons comme nous l'avons indiqué, on les saupoudre de sucre, puis de farine et l'on mouille avec bouillon et vin blanc. On porte doucement à ébullition en battant avec le fouet pour bien délayer la farine. On ajoute alors les morceaux de poulet et les salsifis, on chauffe de nouveau jusqu'à ébullition et l'on verse dans le moule.

MAZARIN.



BRULEURS " GUASCO "

Dissiper les mauvaises odeurs (tabac, cuisine, etc.), est le résultat qu'obtiennent les **Brûleurs " GUASCO "**, recommandés, d'ailleurs, par tous les médecins pour assainir les appartements et préserver de la contagion des maladies épidémiques. — Prix : 8 fr. Biformol : 2 fr. 75 le litre. — 48, rue Cambon, Paris. — Téléphone : 241.10.



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



Potage Purée de Racines

CET excellent potage maigre a tout l'arome d'un potage préparé avec un bouillon gras. Il est assez délicat et léger pour être servi dans un dîner très soigné. Sa préparation est aisée, tant par la facilité de se procurer partout les divers ingrédients dont il est composé, que par la simplicité des opérations; il ne faut que du soin et bien observer la lenteur et la régularité de la cuisson. Le bouillon de pois peut être même fait la veille.

Disons, de plus, que les pois qui ont servi au bouillon sont parfaits pour un plat de purée, soit avec une garniture de petits croûtons, soit encore avec des saucisses fumées.

Proportions

Pour 5 ou 6 personnes :
 200 gr. carottes épluchées ;
 200 — navets —
 75 — blancs de poireau ;
 30 — oignon ;
 15 — céleri ;
 50 — beurre ;
 10 — fécule de riz ;
 5 — de sucre ;
 1 litre 1/4 de bouillon de pois.
 Temps nécessaire : 2 h. 1/2.

POUR LE BOUILLON DE POIS

3/4 litre de pois secs ;
 3 litres d'eau ;
 15 gr. de sel ;
 1 oignon de 30 gr. ;
 2 clous de girofle ;
 1 tige de persil ;
 Temps nécessaire : 3 heures.
 Se prépare à l'avance.

RÉSUMÉ

Cuire les pois secs avec eau, oignon piqué, persil. Passer le liquide de cuisson ; reposer et réserver.

Colorer doucement au beurre les légumes émincés. Mouiller avec bouillon de pois. Cuire en mijotant. Passer au tamis de crin. Ajouter le reste du bouillon de pois nécessaire, fécule de riz délayée, sucre. Faire bouilloter 10 minutes ; écumer ; dégraisser avant de servir.

Le bouillon de pois

Il se prépare à l'avance, pour qu'il ait le temps de reposer ; on peut le mettre à cuire dès le matin, ou même la veille.

Il n'est pas nécessaire pour ce bouillon de faire tremper les pois avant de les mettre à cuire, et nos quantités de liquide sont calculées là-dessus. Il faut en effet se rendre compte que des légumes secs déjà gonflés par l'eau du trempage, absorbent moins d'eau pendant la cuisson. Lavez les pois à l'eau fraîche pour les débarrasser de toute poussière. Mettez-les dans une casserole quelconque ou une petite marmite avec l'eau froide indiquée, l'oignon simplement épluché dans lequel vous enfoncez les clous de girofle, le sel et une branche de persil comprenant les feuilles et surtout la tige qui donne plus d'arôme que les feuilles.

Posez sur un feu très modéré, pour que le liquide ne s'échauffe que progressivement. Sans cela les pois durciraient et ne cuiraient pas ensuite.

Comptez pour ces quantités que l'ébullition ne doit se produire qu'au bout d'une demi-heure. Couvrez alors complètement

la casserole et retirez-la sur un feu très doux, pour y entretenir un petit bouillonnement très tranquille, très régulier, pendant 2 h. 1/2. Au bout de ce temps les pois doivent être absolument tendres et s'écraser sous le doigt au moindre toucher.

Il faut vous assurer que les pois n'attachent point, ce qui se produit, malgré la quantité de liquide, avec certaines casseroles minces quand elles chauffent trop sur un point faible. Mais évitez, ce faisant, de trop mettre les pois en bouillie, afin d'avoir moins de dépôt ensuite dans votre bouillon.

Donc, cuisson douce et lente d'un bout à l'autre. Nous avons souvent répété que les légumes secs ne devaient jamais bouillir avec violence, car la forte ébullition empêche l'intérieur d'être atteint.

Quand la cuisson est au point voulu, passez le bouillon. Posez le tamis de crin sur une terrine. Avec une cuiller à pot, prenez doucement le liquide, que vous versez par petites quantités, et terminez en prenant les pois que vous posez de même façon sur le tamis ; laissez égoutter complètement, sans presser. Laissez ensuite reposer ce bouillon une demi-heure, environ, pour laisser au dépôt de fécule le temps de tomber au fond. Il n'y a plus qu'à le transvaser doucement dans une autre terrine, en prenant soin de n'y pas laisser couler trop de dépôt. Dès lors, le bouillon est prêt à employer.

Les racines

Ayez de belles carottes à cœur bien rouge, de l'espèce dite Crécy. Dans le cas où vous ne pourriez vous procurer cette qualité, pourtant très répandue, il ne faudra prendre que le rouge de la carotte et rejeter absolument toute la partie jaune de l'intérieur qui est dure et insipide.

Grattez les carottes, épluchez les navets, et coupez-les en rondelles de l'épaisseur

d'une pièce de cent sous, environ. Ne prenez du poireau que la partie blanche, que vous coupez en morceaux de l'épaisseur du doigt. Épluchez l'oignon en supprimant les extrémités de la racine et de la tête, qui sont âcres. Coupez-le en rondelles épaisses. Le céleri est coupé en petits morceaux également.

Pour revenir

Prenez une casserole en cuivre étamé, épaisse, ou une simple cocotte en fonte. Mettez-y tout le beurre indiqué avec, seulement pour commencer les carottes et les navets. Posez sur un feu très modéré, et couvrez tout à fait la casserole. Avec une cuiller de bois que vous laissez dans la casserole, remuez de temps en temps les légumes, pour que tous cuisent également. Au bout d'une demi-heure, ils doivent être déjà affaîssés, comme transparents, mais sans avoir encore jauni sensiblement. Ajoutez seulement après cet intervalle l'oignon, le poireau et le céleri, qui, étant plus tendres que le reste, ne doivent pas rester aussi longtemps à colorer, parce qu'ils finiraient par brûler. Remettez à moitié le couvercle, et laissez cuire encore tout doucement en remuant souvent, pendant 25 à 30 minutes.

Au bout de ce temps les légumes doivent être très amollis, très diminués, comme fondus, avec une teinte dorée bien égale. Jamais ils ne doivent brunir ni présenter des parties noircies, ce qui indiquerait qu'ils ont brûlé par endroits. C'est la chose qu'il faut éviter avec le plus grand soin, car tout le potage prendrait un goût âcre que rien ne pourrait corriger. Il faut éviter tout coup de feu, et plutôt diminuer la chaleur vers la fin quand la casserole est bien échauffée.

Pour mouiller et passer

Versez alors sur les légumes un demi-litre seulement du bouillon de pois. Faites

bonillir. Dès que l'ébullition est établie, couvrez complètement la casserole et retirez-la sur un feu doux où vous laissez cuire tout doucement avec un petit mijotement régulier, pendant 1 heure 1/2. Au bout de ce temps, les carottes doivent s'écraser avec la plus grande facilité.

Passez légumes et liquide au tamis de crin, avec le champignon de bois, par petites quantités à la fois.

Rincez la casserole ; reversez-y la purée liquide, et ajoutez le reste de bouillon de pois nécessaire pour obtenir en tout un litre 1/4 de potage, bien largement mesuré.

Délaissez la fécule de riz avec un demi-décilitre de bouillon, et mêlez-le à la purée. Ajoutez le sucre, pincée de muscade rapée.

Mettez la casserole sur un bon feu cette fois, et ne cessez de tourner jusqu'à ébullition bien déclarée. Tout de suite alors retirez sur le coin du feu pour ne laisser bouillir que sur un seul point du liquide, mais doucement, et sans couvrir la casserole ; cela pendant une dizaine de minutes. Avec une cuiller de métal enlevez la graisse et l'écume qui forment comme une taie autour du bouillonnement. Goûtez pour le sel, et servez.

Observation

Si le potage était trop épais, avec la quantité de liquide indiquée, cela tiendrait à ce que le bouillon de pois serait trop farineux. C'est ce qui arrive quand il n'a pas eu le temps de bien reposer, ou que sa cuisson n'a pas été menée doucement. Pour être à point, les pois ont dû rester en tiers tout en étant absolument cuits ; s'ils tombent en purée, il faut laisser reposer le bouillon plus longtemps encore. Si le potage semblait trop épais, on le mettrait au point en ajoutant un peu plus de bouillon de pois.

LA VIEILLE CATHERINE.

* Menus *

OMELETTE AUX CHAMPIGNONS
MORUE A LA MAITRE D'HOTEL
RAVIOLI AU PARMESAN
COMPOTE DE PRUNEAUX

POTAGE SAINT-GERMAIN
TIMBALE DE GNOCCHI
BARBUE SAUCE TARTARE
PAIN DE CHOUX DE BRUXELLES
SWISS PUDING

ŒUFS FARCIS AUX ANCHOIS
RAIE AU BEURRE NOIR
MACARONI AU GRATIN
MARMELADE DE POMMES MERINGUÉE

POTAGE PURÉE DE RACINES
PETITS SOUFFLÉS AU FROMAGE
DARNE DE SAUMON SAUCE AUX MOULES
CANARDS SAUVAGES EN SALMIS
LANGOUSTE EN BELLE-VUE
SALADE RUSSE
RIZ A L'IMPÉRATRICE

ŒUFS POCHÉS AU GRATIN
ROGNONS SAUTÉS AU VIN BLANC
COTELETTES DE MOUTON
POMMES DE TERRE NOUVELLES SAUTÉES AU BEURRE
COMPOTE DE POIRES

PETITE MARMITE
CROUSTADE LANGUEDOCIENNE
JAMBON AUX ÉPINARDS
COQ DE BRUYÈRE
PARFAIT DE FOIE GRAS
POINTES D'ASPERGES EN PETITS POIS
PRALINÉ A LA CRÈME

FRICASSÉE DE POULET
ENTRECÔTE BÉARNAISE
POMMES DE TERRE SOUFFLÉES
CRÊPES SUZETTE


POTAGE A LA REINE
TIMBALE DE NOUILLES A LA JOINVILLE
FILET DE MARCASSIN SAUCE POIVRADE
NOISETTES DE VEAU PRINCESSE
POULARDE TRUFFÉE
ASPERGES EN BRANCHES SAUCE MOUSSELINE
BOMBE GLACÉE

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



DARNE DE SAUMON

SAUCE AUX MOULES

 n appelle « darne » une tranche épaisse coupée sur le centre du poisson. C'est une manière agréable et facile de préparer une petite quantité de saumon, et elle est fort usitée; on sert aussi bien deux darnes à la fois sur le plat, si les convives sont plus nombreux. La préparation de la sauce est très facile; nous recommandons de ne pas diminuer la proportion du beurre indiqué qui est la moindre qu'on puisse mettre, et d'employer de très bon lait.

Proportions

Pour 4 ou 5 personnes;
 Une tranche de saumon pesant, brut, de 400 à 500 gr.
 2 douzaines de moules;
 1 décil. de vin blanc;
 2 — de lait;
 90 gr. de bon beurre;
 20 — poireau;
 20 — carotte;
 45 — oignon;
 10 — tiges de persil;
 1 jaune d'œuf
 Epluchures de champignons; 3 ou 4 cuillerées de vinaigre. Sel, poivre, muscade, cayenne.
 Temps nécessaire : 1 heure.

RÉSUMÉ

Nettoyer le saumon. Macérer 1 heure avec sel. Cuire à eau froide vinaigrée. Bouillir 2 minutes. Pocher au chaud. Egoutter, parer; masquer avec partie de la sauce; envoyer le reste en saucière.

Sauce. — Ouvrir les moules avec vin blanc, persil, oignon. Réserver l'eau, détacher les coquilles. Passer les légumes au beurre; ajouter farine pour roux blanc. Mouiller avec lait, eau des moules. Pas-

ser. Lier sur le feu avec jaune d'œuf. Ajouter les moules, assaisonner. Ajouter le reste du beurre hors du feu.

Le saumon

C'est toujours sur le milieu du saumon qu'on prend les plus belles tranches. La partie avoisinant la tête n'est pas favorable à cause du trop grand vide qu'elle présente sur un côté. A défaut du milieu, mieux vaut prendre le côté de la queue, d'abord plus fin, et qui ensuite offre des tranches plus pleines; l'inconvénient est qu'elles seront plus petites. Faites couper la tranche de saumon sur une épaisseur de 6 centimètres environ, plutôt plus que moins.

Ecaillez la peau; lavez à l'eau fraîche; nettoyez bien l'intérieur sanguinolent. Saupoudrez les chairs, du côté coupé, avec du gros sel; la valeur d'une cuillerée à bouche en tout, et laissez ainsi macérer pendant une heure, dans un plat de terre ou de faïence.

Pendant ce temps, vous mettez votre sauce en train.

La sauce

Avant de commencer à vous occuper des moules vous pouvez mettre les légumes, puis le roux en train, et pendant qu'ils cuisent doucement, — le plus longtemps est le mieux — nettoyez et ouvrez les moules. Tout ceci dépend de ce qu'on a à faire au même moment. Comme les moules peuvent, sans aucun inconvénient, être préparées à l'avance, nous indiquons d'abord la manière de les ouvrir.

Les moules

La petite espèce doit être toujours préférée. Répétons qu'elles doivent être scrupuleusement ratissées, et qu'on ne doit les laisser séjourner dans l'eau qu'une minute après le ratissage, juste le temps de les nettoyer en les brassant avec fracas. Sans cela elles s'ouvrent dans l'eau et perdent

leur propre eau de mer qui donne toute la saveur à la sauce.

Mettez-les dans une casserole quelconque avec 30 gr. d'oignon en tranches, 5 gr. de persil, le vin. Couvrez, posez sur un feu vif. Dès que le liquide monte en bouillonnant, et c'est presque tout de suite, enlevez la casserole du feu, et tenez-la simplement au chaud pendant 5 minutes, après l'avoir fait sauter. Les moules durcissent et jaunissent quand on les laisse bouillir ou trop chauffer.

Enlevez les coquilles des moules, en les égouttant bien au-dessus de la casserole. Réservez les moules, sans les tenir au chaud. Passez leur cuisson à travers la fine passoire, et laissez-la reposer pour que la vase tombe au fond.

Les légumes

Prenez une petite casserole de la contenance d'un demi-litre, au moins, en cuivre étamé. Mettez 30 gr. de beurre; 20 gr. de carotte épluchée, coupée en tranches fines comme du papier; 20 gr. de poireau, du blanc seulement; 15 gr. d'oignon, le tout coupé en rondelles; 5 gr. de tige de persil, les épluchures de champignons, si vous en avez, soit 20 gr., ou même quantité de champignons entiers, coupés en petits morceaux.

Posez sur un feu assez doux et laissez doucement fondre et jaunir, pendant une vingtaine de minutes, en remuant souvent avec la cuiller de bois. Rien ne doit brunir; pas même une feuille de poireau ou d'oignon ne doit noircir; il faut que tout soit simplement doré.

Le roux

A ce point, ajoutez toute la farine, soit 15 gr.; mélangez avec la cuiller de bois, et laissez cuire encore plus doucement pendant 15 à 20 minutes. La farine ne doit point colorer du tout; c'est ce

qu'on appelle un roux blanc. Toutefois, il faut qu'elle cuise réellement, et pendant ce temps, remuez de temps en temps avec la cuiller, pour vous assurer que rien n'attache.

Pour mouiller

A ce point vous pouvez « mouiller » le roux. C'est-à-dire que vous y versez le lait froid ou chaud, mais en tous cas bouilli auparavant; ne le versez que par très petites quantités à la fois, et délayez fortement avec la cuiller de bois à mesure jusqu'à mélange parfaitement uni. Ajoutez de même la cuisson des moules qui ne doit guère monter à plus d'un décilitre, en supprimant son fond trouble et vaseux. Assaisonnez avec sel, poivre, une pincée de poudre d'épices, une pincée de cayenne si on l'aime; la sauce a besoin d'être bien relevée.

Ne cessez pas de tourner doucement la cuiller dans la sauce, sur un feu modéré, jusqu'à ce qu'elle bouille. Laissez bouillir, toujours en tournant, une minute seulement, et retirez du feu.

Enlevez le persil. Passez la sauce au-dessus d'un bol, à travers la passoire en étamine métallique dite chinois. Frottez doucement avec le dos de la cuiller de bois pour faire bien passer, mais sans écraser les légumes en purée.

Rincez vivement la casserole, et reversez-y la sauce que vous liez tout de suite.

La liaison

Cassez un jaune d'œuf dans le bol où était la sauce. Débarrassez-le de tout blanc et de son germe blanchâtre. Délayez-le parfaitement avec deux ou trois cuillerées de sauce chaude. Versez le tout dans la sauce. Posez sur un feu modéré, et ne cessez de tourner jusqu'à ce que la sauce ait bouilli; sans crainte de voir cailler l'œuf. Si l'œuf ne cuisait pas, la consistance de la sauce pourrait varier ensuite.

Dès que l'œuf est bien délayé et qu'il chauffe progressivement, il n'y a pas à craindre de le voir cailler. Ajoutez alors les moules. Chauffez une minute sans bouillir. Retirez du feu, et ajoutez le reste du beurre, soit 60 gr. cassé en petits morceaux pour qu'il fonde mieux ; gardez un petit morceau gros comme un marron. Tournez fortement pour bien mélanger le beurre : goûtez pour l'assaisonnement qui doit être très relevé, autant en épices qu'en sel, nous le répétons. Il ne faut pas exagérer le sel jamais, bien entendu, mais une sauce de ce genre, insuffisamment salée reste sans saveur malgré tout ce qu'on y a pu mettre. On ne peut indiquer de quantités précises à cause de l'eau des moules dont le degré de salaison naturelle est variable.

Sur la sauce, terminée, posez le peu de beurre réservé qui en fondant fait une couche d'huile et empêche ainsi la formation d'une peau à la surface de la sauce. Pour servir vous donnerez quelques bons coups de cuiller qui mélangeront tout. Tenez la casserole à sauce dans une casserole d'eau très chaude, couverte, mais sans bouillir.

La consistance de la sauce doit être parfaitement liée, mais pas épaisse cependant, au point de ne pas être unie et coulante. Si on la jugeait un peu trop épaisse, il n'y aurait qu'à la mettre au point avec une ou deux cuillerées de lait chaud.

La cuisson du saumon

Prenez une casserole dans laquelle la tranche de saumon puisse aisément entrer, mais pas trop grande. Si vous avez plusieurs tranches, vous pouvez faire usage de la poissonnière.

Mettez le saumon dans la casserole en ajoutant juste ce qu'il faut d'eau froide pour le couvrir ; pour la tranche indiquée, 1/2 litre d'eau doit suffire. Ajoutez 3 ou 4

cuillerées de vinaigre, selon qu'il est plus ou moins fort, et encore une demi-cuillerée de gros sel, si celui dont vous aviez saupoudré le poisson est fondu.

Posez la casserole sur un feu plutôt modéré ; si l'eau vient à bouillir trop tôt, le poisson est saisi et cuit mal à l'intérieur ; si elle chauffe trop lentement, il s'amollit. Il faut donc un juste milieu ; en tous cas, il est encore préférable qu'il ne chauffe pas trop vite. Comptez, pour ces quantités, que l'ébullition doit se produire au bout d'environ 25 à 30 minutes. Enlevez l'écume qui monte. Dès que l'eau commence à vouloir bouillir, surveillez pour qu'elle ne vienne pas à bouillir trop fort ; l'ébullition violente fait perdre au poisson tout son goût et le rend coriace. Aussitôt que l'eau a jeté deux ou trois petits bouillotte-ments, pendant au plus 2 minutes, couvrez la casserole, retirez-la sur le coin du fourneau, pour que l'eau se tienne seulement aussi chaude que possible, juste frémissante, mais *sans bouillir* ; ceci pendant 20 à 25 minutes.

Pour servir

Egouttez la tranche de saumon avec précaution sur un linge, et épongez-la. Enlevez la peau qui l'entoure. Posez-la sur le plat de service chauffé, et versez dessus quelques cuillerées de sauce, juste ce qu'il faut pour la masquer et couvrir le fond du plat. Envoyez le reste de la sauce dans une saucière chauffée. On peut servir en même temps, dans un légumier, des pommes de terre cuites à l'eau de sel.

LA VIEILLE CATHERINE.

Poulardes truffées.

Parfaits de foie gras.

Voir les précédents numéros.

La saison des pâtés de grives est finie.



LA BIÈRE EMPOISONNÉE

Les journaux quotidiens nous ont signalé, il y a quelques semaines, les empoisonnements causés par la bière dans plusieurs grandes villes d'Angleterre. Le docteur Bordas, sous-chef du laboratoire municipal, envoyé en mission par le Conseil d'hygiène pour étudier sur place les circonstances dans lesquelles ces accidents se sont produits, a bien voulu nous communiquer quelques observations intéressantes dont chacun pourra faire son profit.

Rappelons d'abord succinctement les faits.

Depuis plusieurs années les médecins d'Outre-Manche avaient découvert chez leurs clients une maladie nouvelle qui n'était ni l'influenza, ni la neurasthénie ! Après avoir hésité à l'attribuer au brouillard ou à la poussière de charbon, ils se décidèrent à y voir une conséquence de l'abus du whisky, et ils arrivèrent à s'entendre pour la dénommer « névrite périphérique d'origine alcoolique ». Cette affection se traduisait par les accidents les plus variés : atrophie musculaire, douleurs périphériques, desquamations de la plante des pieds et de la paume de la main, troubles cérébraux et gastro intestinaux, etc. On ne s'en préoccupa point outre mesure ; les médecins, pour qui c'était une nouvelle rente, en conclurent simplement que leurs concitoyens, depuis, la prospérité des sociétés de tempérance, buvaient un peu plus de whisky qu'auparavant.

C'est seulement au mois de juin 1900 que l'on commença à prendre la chose plus au sérieux.

A l'hôpital de Manchester on s'était trouvé tout à coup en présence de 143 malades atteints de névrite contre 34 à la même époque de l'année précédente. Et, en quelques semaines, le total des cas dans les diverses villes d'Angleterre s'éleva à 3.650, amenant plus de 400 décès.

Le docteur Reynolds constata que tous les malades étaient de grands buveurs de bière, dont ils consommaient chaque jour au moins 4 litres. En analysant la bière, il y trouva une proportion notable d'arsenic. C'était la cause du mal.

Mais pourquoi y avait-il de l'arsenic dans la bière ? La raison est bien simple. Pour produire la bière à meilleur marché, au lieu de la fabriquer avec du malt d'orge, on la préparait avec du glucose de maïs américain, traité par l'acide sulfurique du commerce, lequel est toujours plus ou moins chargé d'acide arsénieux, dont on a trouvé jusqu'à 21 milligrammes dans 1 litre de bière.

Telle est la source d'arsenic découverte par les médecins anglais. Le docteur Bordas en a trouvé une autre.

Dans cette bière économique il n'entre pas une feuille de houblon, lequel possède des propriétés légèrement antiseptiques. On l'aromatise avec les drogues les plus variées, et, pour l'empêcher de tourner, on est obligé d'y ajouter des sulfites de chaux impurs, lesquels contiennent encore une certaine dose d'arsenic.

Ce dernier fait nous montre combien l'on doit se défier de l'emploi des antiseptiques pour la conservation des substances alimentaires.

En effet, de deux choses l'une : ou l'antiseptique conserve ou il ne conserve pas. Dans le premier cas, par cela même qu'il empêche les fermentations, il contrarie la digestion ; dans l'autre cas, il est non seulement inutile, mais, même s'il n'est point toxique, il devient souvent dangereux. Car s'il y a, par exemple, de l'acide borique dans le lait, dans le jambon, dans la bière, etc., toutes ces doses qui, séparément, auraient peu d'inconvénient, finissent par former un total dont l'absorption quotidienne constitue un véritable danger.

Enfin, il est encore à craindre — comme le montre l'histoire des bières anglaises — que des commerçants trop âpres au gain, emploient des antiseptiques qui, sans danger s'ils étaient purs, contiennent des poisons violents.

Devons-nous conclure de ce qui précède que toutes les bières anglaises sont mauvaises pour la santé? Ce serait peut-être exagéré, car les empoisonnements de Manchester ont été provoqués par des bières bon marché ne s'adressant qu'à une clientèle très spéciale. Mais il y a lieu de méditer le fait suivant.

Il y a quelque temps, un médecin des hôpitaux parisiens, fort connu, croyant que toutes les maladies sont dues aux 2 grammes de sulfate de potasse qu'on tolère dans le vin, supprima complètement le vin dans son service, et le remplaça par de la bière anglaise.

A partir de ce jour tous ses malades allèrent beaucoup plus mal. On analysa la bière anglaise qui était d'excellente marque; elle contenait 4 grammes de sulfate de potasse.

Notre docteur s'est aussitôt réconcilié avec le vin, et, guéri de son anglomanie, quand il prescrit encore de la bière à ses malades, c'est exclusivement de la bière française.

DUTUYAU.



POTAGE PROVENÇAL

AU

TAPIOCA-BOUILLON BOUDIER

Coupez en rouelles un gros oignon, faites-le frire dans un peu de bonne huile d'olives. Mouillez avec la quantité d'eau nécessaire au potage. Ajoutez une ou deux gousses d'ail, non épluchées, un bouquet garni, une ou deux cuillerées de tomate fraîche ou de conserve, poivre, sel. Cuisez doucement. Enlevez le bouquet et l'ail. Jetez le Tapioca-Bouillon en pluie dans le liquide, et laissez pocher hors du feu.

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

En petites cartouches de 1 potage : Le paquet de 10 cartouches.....Fr. 1 90
En boîte de fer blanc de 25 potages..... 4 »
En 1/2 boîte de fer blanc de 12 potages.. 2 »

Remise de 10 o/o sur tout achat > 16 fr. aux bonnées du Pot-au-Feu.



HYMÉNÉES

Après le temps de calme — très relatif à Paris — de la longue quarantaine, la semaine de Pâques est le signal d'une joyeuse reprise de l'existence mondaine; les femmes separent de choses jolies et nouvelles, de tour plus pimpant que le luxe un peu lourd des mois écoulés de l'hiver; les soirées reprennent, les matinées font rage. Il y a une gaieté dans l'air, plus que de la gaieté: de la joie aussi, car c'est le moment où les romans ébauchés entre deux sauteries blanches vont avoir leur dénouement, où les idylles, — il en est aux salons plus qu'aux champs, — tournent à l'épithalame.

Donc on se marie, on se marie beaucoup après Pâques, on peut même dire que « c'est la mode de la saison », et dans ce sujet grave et riant tout ensemble, l'éternelle question féminine occupe, dès les fiançailles affirmées, une place capitale. « Auras-tu beaucoup de toilettes? Quel sera ton trousseau? Que mettra-t-on dans ta corbeille? » disent en chœur Suzette et Gisèle, Yvonne et Germaine à la fiancée nouvellement promue. Il faut donc établir un plan, voir ce que sera en effet le trousseau. Mais pour élaborer les combinaisons multiples, les colonnes du journal suffiraient à peine; il y faudrait des catégories. La corbeille, bijoux, dentelles, fourrures, bibelots, etc. — Le mobilier, sujet inépuisable. — Le linge si banal, si pareil dans sa nomenclature, et si extraordinairement différent selon les milieux, les goûts personnels, les habitudes, plus encore peut-être que par sa diverse valeur. — Les toilettes enfin, et c'est de celles-ci, de ce qui compose au point de vue robes et chapeaux un trousseau normal, que je voudrais aujourd'hui dire quelques mots.

Mais combien difficiles, ces indications, puisque deux familles n'ayant jamais situation

identique, les dépenses suivent le même étiage et varient avec chaque budget ! Il faut donc avant tout décider que le mot *élégance* est synonyme d'*harmonie*, et qu'une jeune mariée doit proportionner la sienne à l'*ensemble* de sa nouvelle existence. Puis établir des généralités, une moyenne sur laquelle ajoutant ou retranchant selon les moyens, chacune peut organiser le premier fonds de toilette, qui servira peut-être de base à une réputation de goût et de soin devant l'accompagner toute la vie, grâce à la durée des premières impressions ; celles qu'il faut avant tout conquérir.

« A tout seigneur, tout honneur », voyons d'abord la robe de la mariée. Il faut que celle-ci soit une merveille, ce qui ne doit pas l'empêcher d'être, si l'on veut, fort simple ; mais faisons au besoin une folie pour avoir un beau tissu, et plus encore une coupe impeccable ; laissons de cette vision fugitive, de cette apparition d'une heure, un souvenir inoubliable. Le satin sera l'étoffe imposée jusqu'aux mois de gros été. A ce moment seul l'étiquette fléchit suffisamment pour permettre une fantaisie moins classique : le dessous satiné entièrement voilé de mousseline de soie plissée ornée de volants et de ruchettes, un ensemble de nuage, une mousse neigeuse ; dix-huit ans, un teint de fleur, c'est exquis. Aussi jeune et charmant à la campagne, le simple linon brodé et garni de Valenciennes, ou les volants d'organdi et de mousseline brodés au plumetis, genre second empire.

Mais maintenant ne pensons qu'au satin, un beau satin moelleux, blanc nacré, blanc de perle, mais plus du tout crème. La traîne longue, sans être démesurée, généralement princesse ; le devant drapé, et près du visage de la mousseline de soie ou de la dentelle, adoucissant les reflets du satin. Si la corbeille comporte des dentelles, celles-ci se disposeront en baldaquin Louis XVI sur le devant, en quille de côté ; ou, délicieusement, en manteau de cour partant de l'encolure et s'allongeant jusqu'au bas de la traîne. Ceci tout à fait nouveau et créé pour un récent

mariage célébré à la nonciature : c'est le charme et la richesse du voile de dentelle ornant la robe, sans l'inévitable lourdeur que celui-ci apporte toujours à la coiffure. Le voile de tulle aussi léger, aussi « illusion » que possible, baissé jusqu'à la taille en avant et long comme la traîne, la pose en mantille réservée pour la dentelle. Peu de fleurs d'orange sur la robe, à peine une petite traîne au corsage, et une mignonne couronne ducale ou Cérès posée en avant sur les cheveux ondes.

Mais avant la robe nuptiale, il a fallu celle du contrat, — généralement l'occasion d'une matinée, — donc d'un rose très atténué. Par exemple, un fond de satin souple rose de Bengale recouvert d'une première jupe plissée en chiffon de soie rose plissé, et d'une robe de dessus en mousseline de soie blanche incrustée de fin Luxeuil écru, décolleté carré et manches Louis XV ornés de plissés de chiffon de soie rose ; guimpe intérieure en dentelle à clair, ceinture rose en ruban de satin souple à taille très longue en avant, remontant en arrière pour se fixer entre les deux épaules au décolleté en un nœud Watteau à longs pans étroits accompagnant la traîne. Telle quelle, la toilette sera d'une rare élégance pour des garden-parties ou des réunions de Casino ; allégée de la guimpe et des manches elle fait une délicieuse robe de bal.

Pour le mariage à la mairie, il nous faut un joli costume qui fera ensuite les visites habillées. Velours ou éolienne, drap clair ou crépon de soie, selon la saison : ensemble très « ville » ; corsage boléro destiné à être porté sans vêtement.

Une robe de petit dîner ou de théâtre : Chantilly pailletée sur fond de satin blanc, ou crêpe de Chine ; celui-ci très ouvragé, petits plis, jours, broderies incrustations ; façon avec empiècement ou guimpe intérieure pouvant se supprimer pour faire décolleté négligé.

S'il se peut, une robe de bal, dentelle ou tulle perlé, pour n'avoir point à transformer de suite le satin blanc du grand jour ; là, toutes les élégances.

L'inévitable robe noire, en taffetas, pour faire chic et jeune : celui-ci très façonné également ; encore des petits plis et des jours, — on en met à tout et partout, — et beaucoup de comètes de velours noir faisant ravures.

Un costume tailleur drap ou cheviote velue pour le voyage.

Une robe d'intérieur genre Empire en drap pastel, en Liberty ou en simple crépon.

Une jupe indépendante à porter avec des blouses et un boléro de fantaisie, peluche ou fourrure en hiver, taffetas ou drap brodé au printemps.

Un grand manteau de drap pouvant être mis le soir pour, les petits théâtres et les diners intimes, ou le jour comme vêtement de promenade, de voiture ou de voyage : ce mot impliquant aujourd'hui, grâce aux dieux, une élégance simple et raffinée, différente de l'achèvement systématique du vieux costume fané, de mise, autrefois, pour le chemin de fer.

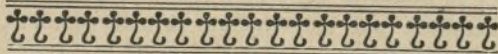
Un manteau du soir en soie brochée, en panne ou en drap clair, toujours floconné de mousseline de soie et de dentelles.

Pour les chapeaux, peu d'indications : ils s'imposent d'eux-mêmes. Un élégant, allant avec la robe de visites habillées ; un grand tout noir ; un pour le théâtre, en fleurs ou en tulle d'or voilé de dentelle ; un joli toquet pour le voyage : voilà un jeu des plus satisfaisants.

Tout ceci d'un ensemble assez luxueux, faisant large part aux sorties du soir. Dans une existence calme, très « home », peu mondaine, cette partie s'efface, allégeant considérablement le budget. Mais amplifié ou diminué, il faut surtout voir dans ce projet un désir d'approprier la façon de se mettre au genre de vie que l'on mène ; ne l'oublions jamais : là est la véritable élégance. Etre trop habillée dans une circonstance simple ou un milieu modeste n'est pas l'élégance : c'est une note fausse. Etre négligée lorsque l'occasion demande quelque recherche ou que la situation fait presque du luxe une obligation, — faire travailler est une forme de la charité, — n'est

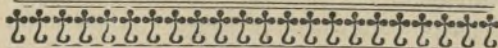
pas la simplicité : c'est encore une fausse note. Le vrai goût n'est qu'une sorte d'eurythmie de la pensée, une harmonie des milieux.

SYBIL DE LANCEY.

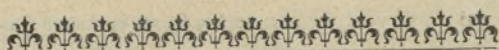


ECHEC A LA GRIPPE

On sait avec quelle intensité la grippe a sévi cette année aux Etats-Unis. De mémoire des plus vieux Yankees, on n'avait jamais vu d'épidémie plus féroce et plus dévastatrice. Toute la presse du nouveau monde en est encore à discuter les remèdes qui ont été le plus efficaces et à préconiser les préservatifs souverains contre la grippe envahissante. Parmi les palliatifs les plus énergiques, les panacées et les réparateurs les plus vantés, on cite et recommande partout, dans les feuilles quotidiennes aussi bien que dans les causeries médicales des grands magazines, le vin Mariani dont les effets furent surprenants : le succès de ce réactif incontesté a été considérable et s'affirme chaque jour davantage dans toute l'Amérique. — Le vin Mariani est aujourd'hui considéré, aux Etats-Unis, comme le véritable antidote de l'influenza, car on a pu constater que tous les fervents habitués du vin Mariani, soit comme boisson de réconfort, de dessert et de five o'clock, à l'état de grogs ou de cocktails, ont été préservés des atteintes du terrible mal épidémique.



ALIMENT DES ENFANTS



COURRIER

Toute demande de renseignements doit être accompagnée d'une bande de journal ou, à la rigueur, lisiblement signée avec adresse. Il n'est tenu aucun compte des lettres ne remplissant pas ces conditions.

Il est répondu dans la mesure du possible.

Les recettes déjà parues ne sont résumées qu'exceptionnellement, et quand la place le permet, le courrier étant avant tout réservé aux renseignements inédits et d'un intérêt général.

Nous ne pouvons envoyer de recettes par lettres.

Vosges. — Le haddock se fait griller très légèrement, à peine deux minutes de chaque côté. Comme sauce : beurre fondu ou tartare.

A. — Suivez exactement la recette que nous avons donnée, et vous réussirez les pets de nonne ou beignets soufflés. — Gâteau breton.

M. S. — La sole Marguery a été publiée. — La sauce au vin blanc n'a rien à voir avec la béchamel. — Pour obtenir des pommes de terre frites très minces que l'on mange dans les restaurants, on les jette en pleine friture où on les laisse 3 ou 4 minutes ; on les retire, et quand elles sont refroidies, on les remet 1 minute dans la friture.

M. A. B. — Nous ignorons de quoi il s'agit. La plombière est une glace mêlée de fruits. — Confits : Cuire le dégraissis de bouillon, avant de l'ajouter à la friture, pour en extraire l'eau. — Glaces à l'orange : 6 oranges, 1 citron, 1/2 litre cième, 250 gr. sucre.

Rue Comtoise. — Cette préparation n'est point pratique en petites quantités.

B. G. — Pour avoir des ris de veau bien blancs : les laisser tremper 24 heures en renouvelant l'eau plusieurs fois. Les blanchir en mettant à l'eau froide et en portant très doucement à l'ébullition.

Cognac. — Recettes parues. — Les œufs Meyerbeer sont des œufs sur le plat garnis de rognons de mouton avec une sauce Périgueux.

Saintes. — Tous nos regrets. Ces numéros manquent.

Matho. — Nous vous rappelons que nous ne pouvons consacrer le courrier à la répétition de recettes antérieures.

M. G. — Nous avons déjà parlé de la friture ; nous y reviendrons.

J. R., Poissy. — Veuillez tenir compte des observations en tête du courrier.

M. P. — Le poulet en cocote a paru en 1895.

E. D. — Recettes parues.

Mariquitta. — L'amertume des endives tient souvent au terrain et souvent à ce qu'elles sont cueillies depuis plusieurs jours.

Rue Leverrier. — Nous avons donné beaucoup de ces recettes ; nous en donnerons encore.

Plusieurs abonnés. — Depuis que nous avons signalé dans le journal que nous avons plus de tables séparées disponibles, on nous en demande des quantités. Nous ne pouvons que renvoyer ces abonnés aux indications données dans le journal.

H. de P. — La pâte de vos fritures est molle parce que, pas assez cuites ou cuites trop vite, l'humidité intérieure n'a pas le temps de s'évaporer. — Bonne note est prise pour cette recette. — Vos babas se démoulent mal, soit parce que le moule n'est pas assez beurré, soit parce que vous les faites lever dans un endroit trop chaud : le beurre fond et rentre dans la pâte.

E. M. — Pour glacer des quartiers d'orange, il suffit de les tremper dans du sucre cuit au cassé.

B. C. — Oui, les gros poissons, sauf le turbot et la barbue, doivent être pelés avant de paraître sur la table.

Mary. — Nous ne nous expliquons pas votre question, la dose de farine est mentionnée à la page que vous indiquez.

M. de V. — Bonne note est prise pour ces recettes.

Plusieurs abonnés. — La levure anglaise agit pendant la cuisson ; elle augmente la légèreté de certains gâteaux, mais ne saurait remplacer la levure de bière.

Carlsbad. — Impossible, sauf pour 1900. Les prix des collections sont indiqués dans tous les numéros à la suite du sommaire.

▲ 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^d de Strasbourg, Paris.**

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

EAU DE BOTOT Exiger la marque. Se méfier des Contrefaçons Inférieures offertes sous divers noms

MARS GASTRONOMIQUE

POISSON

Le saumon est un peu moins cher. Les petits saumons, jusqu'à 3 kilos, valent de 9 fr. 50 à 10 fr. le kilo; le saumon coupé coûte 9 fr. 50 à 10 francs. On trouve, à meilleur compte, même dans de « bonnes maisons » du saumon ayant tout l'aspect du saumon frais, et qui est du saumon frigorifié habilement arrangé, dont le prix, en gros, ne dépasse guère 3 francs le kilo.

Pas de changement sur la truite saumonée. 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 moins chère : 7 à 9 fr. le kilo.

Nous retrouvons le turbot et la barbe aux cours d'il y a quinze jours : 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 et même 6 fr. 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 les arrivages restent fort irréguliers.

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 sont moins chers. Les cours, très différents d'un jour à l'autre, varient de 6 fr. 25 à 7 fr. 50 le kilo.

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

Mars inclement

L'influence des saisons est la cause occasionnelle la plus puissante de nos maladies, et les personnes sensibles au froid, dont les chairs sont pâles et flasques, le tempérament lymphatique, les allures lentes, l'humeur mélancolique, doivent particulièrement craindre les transitions de mars; de même les personnes sédentaires, les femmes, les enfants, les malades affligés d'affections chroniques doivent éviter les variations de température causées par le printemps. — Quel est, en réalité, l'effet du froid sur l'organisme? Il agit presque exclusivement sur la circulation sanguine qui devient plus lente; le sang est refoulé des organes périphériques de la peau, qui se resserre et se crispe, pour se porter vers les organes centraux : poumons, estomac, reins. De là, congestion facile des organes. — Si l'action de l'humidité vient se joindre à l'action du froid, les effets produits sont plus désastreux encore.

— On a eu bien des fois l'occasion de conseiller à cette saison l'usage continu du *Vin Désiles* à des personnes affaiblies, sensibles au froid ou sédentaires, et qui se sont vues toujours exemptées, quand elles ont suivi ce conseil, des mille petits maux dont les giboulées de mars sont l'occasion. En effet, le *Vin Désiles* est à la fois excitant et reconstituant. Par la Kola, il excite la circulation; par la coca, il augmente l'appétit; par l'iode il veille à la santé des vaisseaux sanguins; par le phosphate de chaux, c'est le tonique par excellence, puisqu'il fournit à tous les tissus leur base inorganique essentielle. — Aux personnes qui, par goût ou par tempérament, ne prennent pas de vin, le *Tonique Désiles* est offert sous deux ou trois formes d'efficacité identique : 1° la *Désiline*, liqueur à prendre après le repas et qui se recommande aux personnes dont la digestion est difficile; 2° le *Désiles granulé*, aux glycérophosphate et à l'extrait complet du *Vin Désiles*, sorte de bonbons délicieux au goût et qui convient aux enfants, aux femmes, aux nourrices, puis aux bicyclistes, aux chasseurs, aux voyageurs, etc.

D^r HADOT.

Téléphone : 702 39 — MAISON FONDÉE EN 1793 — Adresse tél. : Tradob

BOUTEILLES pour Grands Vins **EDARD BOUCHONS** Liège surfin

ARTICLES DE CAVE 26 et 28, rue du Dragon — PARIS — CAPSULES MÉTALLIQUES

Seul Dépositaire des Verreries de Vauxrot (Aisne), Lourches (Nord), Arques (Pas-de-Calais)

Livraison à domicile dans Paris. — Expédition en province : les bouchons par postaux de 3, 6, 10 kilos; les bouteilles par barasse de 250 ou cadre de 500.

THÉ DE CEYLAN MARAVILLA

Médaille d'Or de l'Exposition Univ. de 1900

14, Rue de Rome, Paris

1889 **THÉ DES 3 MARQUES** 1900

La Gérant : A. DEMBOIS

PARIS. — IMP. CHARLES SCHLACKER. — RUE SAINT-MARC