

CITRON.—Fruit très sain, convient dans les fièvres et certaines dyspepsies, mais il serait imprudent d'en abuser.

CITROUILLE.—Faiblement nourrissante et assez lourde, ne contient qu'une très faible quantité de fécule.

COING.—Les sirops et les confitures de ce fruit s'emploient contre les diarrhées rebelles.

CONDIMENTS.—Substances peu nourrissantes par elles mêmes, mais propres à exciter l'appétit et à relever la saveur des mets. On distingue *les condiments salins et acides* : sel, vinaigre, fruits acides, *les condiments âcres et aromatiques* : ail, oignon; poireaux, ciboule, rocambole, civette, cerfeuil, persil, *les condiments sucrés* : sucre, miel.

CONFITURES.—Condiments sucré, mets agréable et de facile digestion dont il ne faut pas abuser, voir les mots coing, fraise, rhubarbe, etc.

CONGRE. (anguille de mer)—Chair huileuse, coriace et difficile à digérer.

COULIS.—Jus exprimés des viandes par une extrême cuisson, relèvent le goût des aliments fades, mais employés seuls sont très excitants.

COUSCOUS.—Ou couscoussou des arabes, blé dur mouillé quelques heures, puis séché au soleil, de façon que la pellicule épidermique du grain se détache facilement quand on le broie à la meule, on tamise ensuite le grain moulu pour séparer les lamelles épidermiques; la farine obtenue contient tous les principes alimentaires du froment, on la fait cuire avec de l'eau et du mouton, ou avec du beurre et du sel ou du lait, ou à la vapeur du pot au feu.

CRESSON.—Condiment âcre, stimulant dépuratif.

CRÈME.—Aliment gras, d'assez difficile digestion; les crèmes cuites faites d'œufs et d'aromates sont légères et nourrissantes.

CREVETTE (crevette-salicoque).—Aliment excitant et de difficile digestion. Se corrompt très vite. Doit être mangé à l'état frais.

DATTE.—Fruit du dattier, arbre de la famille des palmiers, c'est un aliment agréable, stomachique, adoucissant; on fait le *vin de palme* avec la sève fermentée des espèces de dattier dont le fruit n'est pas comestible. Excellent pectoral.

DAURADE.—Poisson très commun dans la Méditerranée, chair un peu grasse et lourde mais de goût délicats.

DINDON.—Chair fine, délicate et de bon goût, mais un peu lourde

DORADE.—Ou cyprin doré, c'est le poisson rouge de nos aquariums, dorade est aussi le nom vulgaire du coryphem, poisson de mer commun dans l'Atlantique et la Méditerranée, dont la chair est un peu lourde et un peu estimée.