

couennes de lard et un pied de veau qui rendront le jus épais et gélatineux ; saler et poivrer, ajouter le bouquet garni, les navets, carottes, oignons émincés.

IV. Placer sur ce fond le morceau de bœuf et mouiller l'eau ou le bouillon.

V. Faire cuire en mijotant de quatre à cinq heures.

VI. Lorsque la pièce est cuite, la mettre sur un plat et les légumes sur un autre.

VII. Dégraisser le jus et verser sur les légumes.

VIII. Déglacer le fond de la casserole avec un peu d'eau ou de bouillon, afin de détacher le jus caramélisé et l'ajouter à l'autre. On peut servir les légumes en garniture avec la viande.

LAITUE BRAISÉE AU JUS

4 laitues

2 à 3 petits oignons

$\frac{1}{4}$ lb de lard de poitrine 1 bouquet garni
2 pommes de terre eau chaude ou bouillon
2 carottes sel, poivre, etc.

I. Prendre des laitues bien pommées, les éplucher, les laver soigneusement, fendre le cœur en deux et les passer 5 minutes à l'eau bouillante.

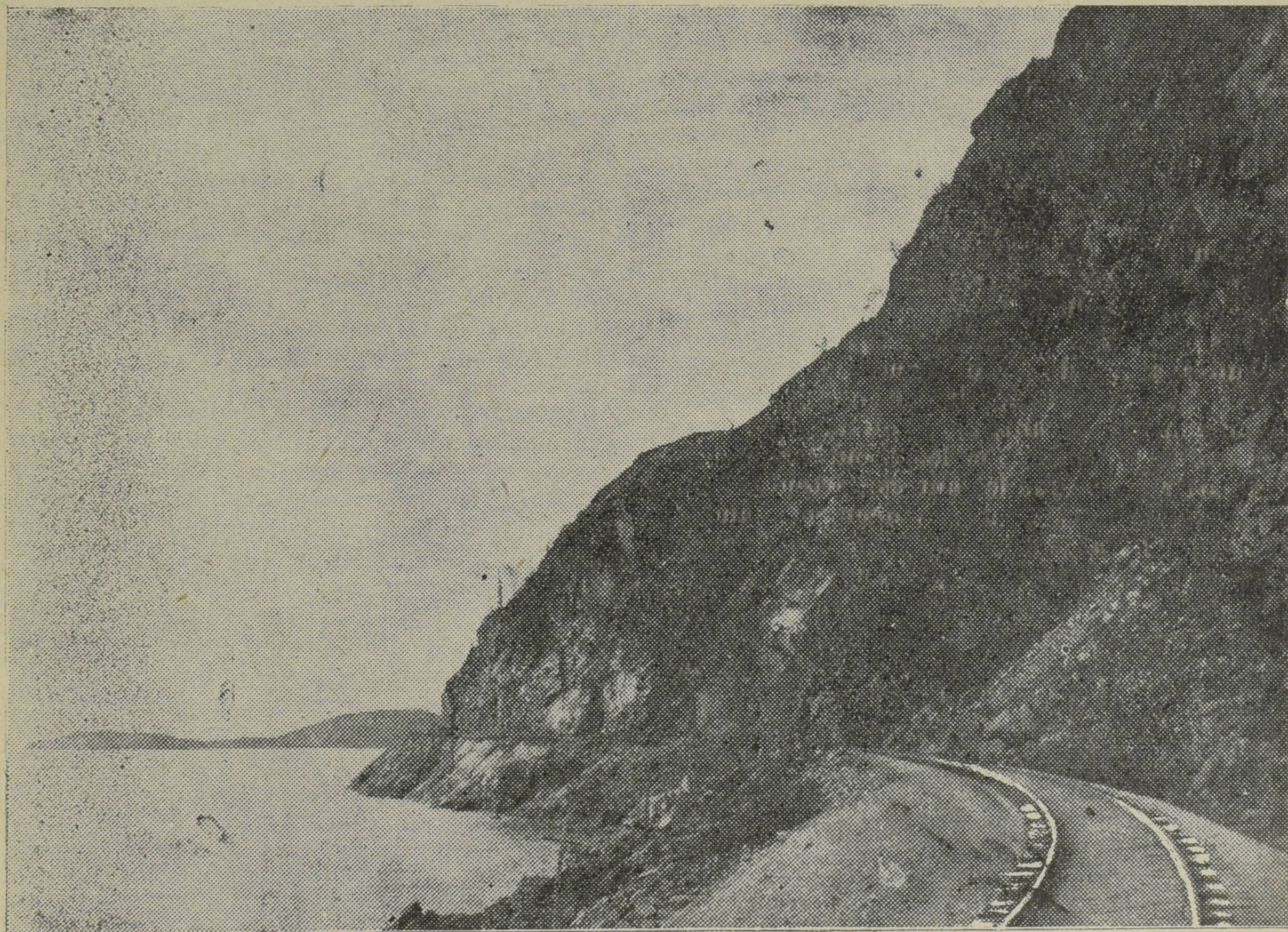
II. Retirer et passer à l'eau fraîche, les égoutter sur un linge.

III. Foncer une casserole avec le lard coupé en petits carrés, ranger dessus les laitues, ajouter les légumes, le bouquet garni, assaisonner et couvrir d'eau.

IV. Laisser cuire doucement de 2 à 3 heures.

V. Disposer ensuite les laitues en couronne sur un plat et verser dessus le jus après avoir retiré le bouquet garni. Tous les légumes frais peuvent s'accommoder de cette façon.

[*La cuisine à l'école primaire.*]



SUR LA ROUTE DE L'OUEST CANADIEN

La rive nord du Lac Supérieur offre des paysages d'une sauvage grandeur. On voit ici la voie du C. P. R. qui a dû se frayer un passage à travers un rocher.