



La Créole
LE MEILLEUR DES
CAFÉS D'HAÏTI

COMME NOUS DESIRONS VOUS FAIRE GOUTER CE NECTAR DES ANTILLES, nous vous en enverrons une boîte échantillon contenant 1/4 de livre, sur réception de 10 cts et le nom de votre épicer.

AUGUSTIN COMTE & CIE
244, rue Saint-Paul. Montréal

Ce que l'on peut faire avec des bananes

Il n'est pas besoin d'être centenaire pour se rappeler le temps où la banane était presque inconnue dans nos régions. Maintenant ce fruit exotique, si savoureux, a pénétré partout, jusque dans les villages les plus reculés, et il n'est pas une épicerie, si peu importante soit-elle, qui n'ait un régime de bananes à détailler à ses clients. Ce fruit est d'un prix peu élevé, il est au goût de presque tout le monde, et il constitue la base d'une bonne variété de plats faciles à préparer et dont une cuisinière ordinaire aura toujours plaisir à enrichir ses menus.

Voici quelques méthodes de préparer des desserts ou entremets à la banane. Celle-ci peut être grillée ou frite, ou sautée; on peut la convertir en pouding, en pâté, en gâteau, en charlotte ou en crème; elle pourra même être servie avec la viande en guise de sauce tomate; une fois réduite en purée ou en compote et assaisonnée à cet effet.

Les bananes qui sont dures ou qui n'ont pas atteint leur pleine maturité ne doivent pas être dédaignées; pour certains usages, elles sont préférées, tandis que celles qui seraient trop mures sont très précieuses pour faire des purées ou être préparées en pouding.

Bananes cuites au four. — Prenez des fruits dont la chair soit plutôt ferme, placez-les dans un plat allant au feu et préalablement beurré, pour empêcher les bananes d'y adhérer. Les fruits ne doivent pas être pelés, une seule lanière de peau doit être enlevée de chaque côté. Laissez cuire jusqu'à ce que la peau du fruit soit devenue noire. Servez dans le plat de la cuisson. Cette délicieuse recette a l'inconvénient de ne pas faire un joli plat. Les peaux empêchent toute garniture soit avec de la crème ou de la gelée, mais on peut servir de la crème en même temps que ces bananes, cependant. Peut-être quelque lectrice ingénieuse trouvera-t-elle un procédé pour améliorer l'apparence de ce plat exquis; alors, je serais heureuse qu'elle veuille bien m'en faire part: je le communiquerai à nos autres lectrices.

Une autre méthode consiste à peler les bananes jusqu'à la moitié, à les saupoudrer de sel et les laisser cuire jusqu'à ce qu'elles deviennent noires; alors on les sert avec la viande. C'est excellent.

Beignets de bananes. — Faites une purée de fruit, préparez ensuite une pâte avec une tasse de farine, deux cuillerées à thé de sucre, autant de poudre à pâte et une pincée de sel, le tout ajouté à un oeuf bien battu, un quart de tasse de lait et une cuillerée de jus de citron. Mélangez le tout et ajoutez votre purée de bananes; jetez ensuite par cuillerée dans la graisse bouillante. Laissez frire jusqu'à ce qu'il devienne croustillant, mais non pas cassant, chaque beignet. Roulez dans le sucre et servez très chaud. Quelques personnes versent une sauce au citron sur les beignets. Voici comment on la prépare: Délayez 1 1/2 cuillerée à thé de farine dans un quart de tasse d'eau et ajoutez trois quarts de tasse d'eau bouillante et le jus d'un citron, puis laissez cuire pendant dix minutes; ajoutez encore une cuillerée de jus de citron et sucrez au goût. Faites jeter encore un bouillon, coulez et servez avec les beignets.

Bananes sautées. — Coupez les fruits en deux dans le sens de leur longueur et sautez chaque morceau dans un peu de beurre; servez ensuite de la même façon que des légumes. Vous pouvez aussi couper vos bananes en tranches et procéder de la même façon, ou bien les rouler dans le sucre, et les servir avec une sauce au raisin de Corinthe.

Pouding à la banane (chaude). — Un plat délicieux est obtenu ainsi: Pelez quatre bananes mûres, écrasez-les et passez-les à travers un tamis; ajoutez un quart de li-

vre de macarons écrasés, les jaunes et les blancs de deux oeufs battus séparément, et une roquille de crème. Décorez un moule à pouding soigneusement beurré, avec des tranches de banane et des cerises glacées, versez-y le mélange, couvrez avec un papier beurré et cuisez à la vapeur pendant trente à quarante minutes. Servez avec une sauce sucrée et parfumée à la vanille.

Pouding à la banane (froide). — Garnissez un moule avec des tranches de gâteau spongieux humectées d'un peu de sherry. Battez la chair de six bananes avec une roquille de crème parfumée de sherry et sucrée au goût. S'il est nécessaire, ajoutez un peu de gélatine dissoute dans du lait. Mélangez bien, remplissez le moule, et laissez reposer cinq ou six heures avant de démouler. On peut garnir ce pouding avec des amandes blanchies ou des cerises au Marasquin.

Pâté de banane. — Garnissez vos assiettes à pâté d'une croûte feuilletée ou non, et remplissez-les avec le mélange suivant: Quantités égales de jus de citron, de marmelade d'abricots, d'eau de fleur d'oranger, et assez de banane écrasée pour donner la consistance d'une pâte. Une cuillerée de chacun des ingrédients précédents pour six bananes est une bonne proportion. Cuisez quinze à vingt minutes, ajoutez un peu de méringue et servez chaud ou froid.

Autre recette. — Faites cuire six ou huit bananes, coupées en morceaux dans un plat à pâté, avec un sirop clair (un quart de livre de sucre et un peu d'eau bouillies ensemble), parfumez à la vanille. Laissez sur le feu jusqu'à ce que les bananes amollissent; couvrez alors avec une croûte et cuisez de la manière ordinaire des pâtés.

Gâteau à la banane. — Ayez un gâteau mûre ou un gâteau d'éponge, en enlevez-en le milieu. Faites une purée de quatre bananes, deux oranges et deux onces de sucre granulé; versez le tout dans le gâteau. Battez une roquille de crème avec une cuillerée à thé de sucre granulé et une demi-cuillerée à thé d'essence de vanille; versez ce mélange sur la purée. Décorez le dessus avec des tranches de bananes et de la crème fouettée. On peut aussi y ajouter des fruits glacés ou des bâtons d'angélique confite.

Gelée à la banane. — Décorez un moule à gélatine avec des bananes coupées en deux dans le sens de la longueur, avec le côté concave du fruit à l'intérieur du moule. Prenez ensuite une demi-livre de chair de banane, que vous réduirez en purée, à laquelle vous ajouterez une cuillerée et demie de marmelade d'abricot, le jus d'un citron et une roquille de vin. Faites dissoudre un paquet d'une chopine de gélatine au citron dans un peu moins d'une chopine d'eau. Mélangez le tout ensemble, ajoutez un peu de crème fouettée, et remplissez le moule. Démoulez lorsque ce sera froid.

La valeur alimentaire de la banane. — Aujourd'hui que la banane se vend un peu partout et en toutes saisons, dans des conditions abordables pour presque toutes les bourses, il est intéressant d'insister sur sa valeur alimentaire et sa facilité de digestion. En voici un nouvel exemple. Le Dr Leroy, de Méricourt, rapporte que, se trouvant à bord d'un navire sur les côtes de Madagascar, il avait vu toutes les dames passagères atteintes de fièvres, et plusieurs étaient dans l'impossibilité de nourrir de jeunes enfants; or, on réussit à alimenter les bébés de la façon la plus satisfaisante en leur faisant uniquement consommer de la bouillie de bananes. Pendant un mois, les nourrissons se trouvèrent au mieux de cet aliment.

Il convient d'ajouter qu'au Canada, nous sommes particulièrement bien placés pour obtenir à bon marché ce fruit délicieux de l'Amérique Centrale. Tandis qu'en Europe, à Paris notamment, on paie de cinq à dix sous pour une seule banane, à Montréal, le prix en est de quinze à vingt sous la douzaine, parfois encore moindre.



Palmer & Son

1745 RUE NOTRE-DAME
TELEPHONE MAIN 391

Coiffeurs - Artistes

Nous faisons et tenons le stock le plus considérable de POSTICHES, TOUPETS, TRANSFORMATIONS, POMPADOURS et ONDULATIONS.

Nous sommes les plus forts importateurs, et nous avons le plus bel assortiment de cheveux naturels frisés et droits, les teintes les plus brillantes, les dessins et modèles les plus exclusifs.

Nos salons de coiffure sont les mieux aménagés.

MANICURE, MASSAGE, VI-BRASSAGE.

Catalogue Gratis Commandes par la poste demandées.

Romans

12 POUR \$1.00

Sur réception d'une piastre, j'enverrai francs douze volumes choisis parmi les ouvrages des romanciers les plus célèbres: Les Fiancés d'Yvonne — Vengeance de Femme, en 2 vols — La Capitaine — La Cosaque — Le Missel — La Belle Tiennette — L'Ami du Château — La Belle Tiennette — La Fiancée du Tueur de Lion — Le Mendiant Noir — La Lanterne Rouge — Dame d'Auteuil — Chagrin d'Amour — Le Secret du Blessé — La Voleuse d'Enfants — Le Mariage aux Roses — Les Dix-sept ans de Mme Z. — Cœur de Sceptique — Un Mariage d'Enfant, Amour d'Homme — La Vierge des Maquis — Un numéro spécimen sera expédié franco à toute personne qui m'enverra dix cents. Adressez:

DEOM FRERE,

1877, rue Ste-Catherine, Montréal

DENTS NOS DENTS sont très belles, naturelles, garanties

Institut Dentaire Franco-Américain
162 rue St-Denis, Montréal (Incorporé)

L'Eau Deerfield

Est la plus pure de toutes les eaux, agréable au goût, toujours pure, c'est l'eau idéale pour la table.

Un essai convaincra tout bon vivant des qualités de cette eau minérale effervescente.

Claire comme le cristal

Un verre d'eau DEERFIELD pris avant le coucher procure un sommeil réparateur, et quand on le prend au lever il donne de l'appétit et prépare le cerveau pour le travail mental de la journée.

J. H. MAIDEN,
Agent canadien Montréal

\$500.00 DE RÉCOMPENSE

à qui pourra nous prouver qu'un même remède a pu guérir plusieurs maladies. Il n'y a que les CHARLATANS qui puissent avoir l'audace de promettre ce qu'ils savent fort bien ne pas pouvoir donner.

D'un autre côté si votre médecin n'a pas réussi à rétablir votre santé compromise, il ne faut pas en déduire que c'est un incapable; car il est des cas particuliers qu'il faut soigner d'une manière particulière;

- PAR EXEMPLE: —
- La Dyspepsie,
 - La Constipation,
 - Le Diabète,
 - La Paralysie,
 - Le Rhumatisme,
 - Le Beau-Mal,
 - Les maladies des rognons
 - Et de la vessie,
 - Les Eruptions,
 - Le Catarrhe,
 - L'Asthme,
 - La Bronchite, etc., etc.

Si vous estimez que votre santé vaut un timbre de deux cents, envoyez-nous votre adresse (avec un timbre de 2 cts) une description de la maladie dont vous souffrez, et nous vous enseignerons par lettre cachetée, la manière de vous guérir vous-même, chez vous, et sans que cela ne vous oblige en rien envers nous. Cette offre est limitée à 300, premier arrivé, premier servi.

ÉCRIVEZ IMMÉDIATEMENT AVANT D'OUBLIER, ET ADRESSEZ AU

Laboratoire de Remèdes et Produits Végétaux Laliberté
136 RUE ST-DENIS, MONTREAL

"LA DIGESTIVE" Guérit la Dyspepsie EN VENTE PARTOUT.

LA CURE DU DR CHAGNON

LA GRIPPE
MAUX DE TÊTE, NEURALGIE, RHUMATISME, Etc.

EST INFAILLIBLE

Si votre pharmacien n'en a pas, envoyez 25c. en timbres du Canada ou des E.-U., et vous en recevrez une boîte par le retour de la malle.

CHAS. E. CHAGNON. Arctic, R. I.

Poils Follets, Cheveux et Barbe Superflue

AVANT

ENLEVÉS INSTANTANÉMENT sans douleur et sans endommager en aucune façon la peau la plus délicate.

\$50.00 DE RÉCOMPENSE à QUICONQUE NE RÉUSSIT PAS.

C'est par un accident que le Dr Simon, de Paris, a découvert ce miraculeux produit auquel il a donné le nom de RAZORINE parce qu'il est appelé à faire disparaître l'usage du Rasoir, et nous ne craignons pas de le faire essayer. Envoyez-nous 10c. pour un paquet assez gros, pour vous convaincre de sa parfaite infailibilité. Le prix de la RAZORINE du Dr Simon, est de \$1.00 le flacon, et est expédié franco dans toutes les parties du monde. Si votre pharmacien ne l'a pas encore en stock, insistez pour qu'il vous le procure, ou adressez

Cooper & Co., Dépt. 12, 425 St-Paul, Montréal agents spéciaux pour le Canada.



APRÈS