

## Économie domestique

10e LEÇON

## LA CUISINE DE LA MÉNAGÈRE (Suite)

1.—*Soupe aux choux.*—Il faut, pour les différentes sortes de soupes dont il est ici question, mettre la viande quand l'eau bout et ne mettre les choux qu'après cela. On laisse mijoter la soupe lentement, pour n'avoir pas à y ajouter: l'on y met du sel à propos, pour que la viande en prenne le goût. L'on y met des oignons et du céleri, en laissant cuire le tout autant qu'il faut.

2.—*Soupe au riz.*—On ne met la viande que quand l'eau bout, il est à remarquer que le lard seul ne fait pas de bonne soupe. On peut y mettre des oignons et des herbes, mais le riz ne doit être mis quand le bouillon de la soupe est bon, c'est-à-dire lorsque la viande est à peu près cuite. Une des meilleures viandes pour faire la soupe au riz, c'est la volaille.

3.—*Soupe à l'oignon.*—On fait frire des oignons dans du beurre ou de la graisse, puis on met le pain tranché bien fin dans les oignons, afin qu'il sèche un peu et en prenne le goût avant de le jeter dans l'eau bouillante.

4.—*Soupe au jarret de bœuf.*—Coupez le jarret par morceaux, faites-le revenir dans le chaudron avec des épices à votre goût, un demiard d'eau, trois oignons, carottes, quelques têtes de poivre rond. Remuez jusqu'à ce que le tout devienne un peu brun; ajoutez un quarteron de farine blanche, tournez encore, puis ajoutez trois pintes d'eau et plus au besoin.

5.—*De la soupe aux pois.*—Si les pois cuisent facilement, on les met à l'eau chaude. Mais il faut en général les mettre à l'eau froide et même il est nécessaire de les faire tremper dès la veille. L'on met dans la chaudière, qui sert à faire la soupe, assez d'eau pour qu'il ne soit pas nécessaire d'en ajouter pendant qu'elle mijote. Le lard et les pois se mettent en même temps que l'eau. Lorsqu'elle bout, on y met des herbes, oignons, sel à son goût. On la laisse bouillir doucement, en prenant garde que rien ne colle au fond du chaudron; ce qui lui donne un mauvais goût.

## La vieille fille

La vieille fille? au ciel, ce nom resplendira plus lumineux autour de certaines âmes que le titre de mère, car si le mariage est saint plus sainte est la virginité, même gardée dans le monde.

Cette vocation a son "but pratique" Que de bonnes œuvres ne sont faites que par la vierge chrétienne, et ne peuvent être faites dans toute leur perfection que par elle! Elle est placée à la tête des confréries qui protègent la jeunesse; son âge protège les filles, son expérience les éclaire; elle soutient, patronise et encourage les œuvres de charité, soulagement du corps et sanctification d'âme.

Cette vocation a sa raison d'être. Elle est souvent le résultat d'un magnifique et

rare dévouement. C'est pour ne pas quitter sa vieille mère, c'est pour élever ses jeunes frères, c'est pour rester l'humble et dévouée collaboratrice d'un frère que Dieu a appelé au sacerdoce et travailler ainsi plus directement au salut des âmes que la vierge chrétienne est devenue la "vieille fille".

Continuez votre vie de sacrifices, ô filles de Dieu, continuez-la comme les anges; faites peu de bruit; qu'on entende à peine vos pas et le son de vos paroles, vivez humbles, petites...

Gardez la joie dans votre cœur et le sourire sur vos lèvres. Tante et grand'mère sont comme deux synonymes qui désignent les mêmes vertus, le même dévouement ingénieux, les mêmes délicatesses, la même condescendance.

P. MONSABRÉ

## Abstinence Totale

Ceux qui pratiquent l'abstinence totale, apprécient de plus en plus les avantages de s'assurer dans **The Manufacturers Life Insurance Company**, car non seulement nous donnons aux assurés de cette classe, les privilèges de plans et taux spéciaux, mais nous tenons une classification séparée sous le rapport de la mortalité. En 1905 la proportion d'affaires dans la Section des Abstinents était à la section Générale, de 2 à 3; en 1915, juste une portion était devenue 4 à 3 en faveur du Département des Abstinents.

Deux facteurs essentiels sont la cause de cette bienfaisante augmentation: Premièrement, la popularité de nos polices spéciales pour les abstinents, joint à l'approbation publique de notre Actif et de notre accroissement; et secondement, le progrès de la mentalité de la tempérance.

N'aimeriez-vous pas être assuré dans une Compagnie qui reconnaît d'une manière non équivoque les avantages auxquels vous avez droit comme Abstinents.



## The Manufacturers Life

Insurance Company

TORONTO - - CANADA

Assurance en force.....\$83,746,172.00  
Actif.....\$20,744,678.00

J.-T. LACHANCE, dir. Succ., Edifice Dominion

No 126, rue St-Pierre, Québec

### Racines et Graines de Guiseng à vendre

Cultivateurs, il y a beaucoup d'argent dans la culture du Guiseng. Racines de 1, 2, 3 et 4 ans, aussi graines fraîches et stratifiées à vendre, pour renseignements et prix, adressez

**J.-A. GOSSELIN, Ste-Sophie, Co. Megantic**

N. B.—Petite brochure sur la culture de Guiseng 25c.