

Le savant professeur a abordé ensuite la question du jeûne et de l'abstinence pendant le carême. Les prêtres envoient généralement aux médecins les personnes qui demandent une exemption du jeûne pendant le carême. C'est de sage prudence. Les médecins doivent être libéraux sur ce point. Les personnes occupées à un travail pénible, comme, par exemple, les bûcherons ne doivent pas jeûner; celles qui voyagent non plus, parce que souvent on contracte des maladies en voyageant à jeun. De fait, le froid a beaucoup plus d'empire sur une personne à jeun, que sur une autre qui vient de se fortifier et de se réchauffer par les aliments qu'elle s'est appropriés. Les personnes à qui on applique un traitement tonique ou ferrugineux, doivent manger de la viande.

Il faut aussi étudier le degré de digestibilité des substances tirées du règne végétal. Commençons par le pain fait avec la farine des céréales. Il y a le pain blanc, le pain bis et le pain de ménage. Le pain blanc est le plus facile à digérer et on le recommande aux dyspeptiques. A part quelques biscuits secs, les pâtisseries sont très-indigestes à cause de la grande quantité de beurre qui entre dans leur confection. Le mélange de froment et de seigle fait un excellent pain. La farine d'avoine est employée dans la confection du "gruau". Le gruau est laxatif, et développe à la longue des maladies: les dartres en particulier. Le riz, les pois, les fèves, forment un grand objet d'alimentation habituelle. Les pois et les fèves sont très-nutritifs, mais très-indigestes. Les "bourgeois" de chantiers de bois donnent en grande quantité les pois et les fèves à leurs employés; c'est nutritif et ça ne coûte pas cher; double avantage que les bourgeois savent apprécier. La pomme de terre a été appelée "un pain tout fait". Elle est de digestion facile, mais à condition qu'elle soit bien cuite. Une patate est bien cuite quand elle est "farineuse".

Pour un malade, le meilleur mode de cuisson des patates, c'est de les faire rôtir sur la cendre. Les choux et les carottes sont de digestion difficile, et leur meilleur mode de cuisson est l'ébullition.

Voilà, résumé d'une manière bien succincte, ce que le Dr. Larue a dit sur la "digestibilité" des différentes viandes et légumes qui forment les aliments habituels au Canada. L'auditoire était nombreux.....

RAOUL DE NOUVELLE.

M. le comte d'Angers nous a montré ces jours derniers, dit la *Minerve*, des échantillons superbes du blé qu'il vient de récolter sur sa ferme du Sault-au-Récollet. Quoique ne possédant cette propriété que depuis quelque temps, M. le comte l'a grandement améliorée et il doit faire venir de France une avoine sur laquelle il fonde les plus grandes espérances et qu'il veut essayer en Canada.

Nous lisons dans le dernier numéro de la "Gazette des Familles."

Aujourd'hui se termine la troisième année de la "Gazette des Familles Canadiennes et Acadiennes." Nous sommes persuadé que tous nos lecteurs considèrent cette publication comme une bonne œuvre; mais comme une œuvre bonne en elle-même, ne peut produire tout le bien qu'elle est appelée à faire qu'autant qu'elle est accompagnée des bénédictions du ciel, pour attirer sur elle ces bénédictions en aussi grande abondance que possible, nous la mettons, en cet instant, sous la protection toute spéciale du Cœur Adorable de Jésus; et pour l'engager à la regarder d'un oeil favorable, nous nous engageons à faire célébrer tous les premiers vendredis de chaque mois, une messe basse, en son honneur, pour le bien spirituel et temporel de tous nos abonnés. Pour le temps actuel, où nous avons à verser des larmes amères sur la captivité du Souverain Pontife, le magnanime Pie IX, et les persécutions exercées contre notre Mère, la Sainte Eglise, nous joindrons à notre première intention celle de demander la délivrance du premier et le triomphe de la seconde. Nous donnons le jour où se dira cette messe, afin que tous nos lecteurs s'unissent à nous d'intention, et demandent pour eux et leurs familles les faveurs qu'ils croient leur être nécessaires. Cette union dans la prière, sous la protection du Sacré Cœur de Jésus, ne pourra qu'attirer sur tous les membres, qui composeront cette société, les faveurs les plus signalées pour le temps et l'éternité.

UNE IMMENSE RECOLTE DE BLE.

Des gens qui ne sont pas à plaindre et le temps qui court, ce sont les bons habitants de la Californie. Ainsi, loin d'être assiégés par les soucis de la perspective d'une famine prochaine, ils ne sauraient que faire de la surabondance de leurs récoltes, et seraient fort embarrassés de tant de biens. C'est du moins ce que nous apprennent les nouvelles de ce pays privilégié.

Voici ce que nous lisons à ce sujet dans la "Tribune" de New-York:

"La récolte du blé en Californie est plus que prodigieuse; elle est alarmante. Les céréales en général, dans ce superbe état, sont cultivées et moissonnées sur une échelle inconnue aux cultivateurs de l'Est; mais le blé est semé et recueilli avec une profusion fabuleuse. Les terres de quarante et cinquante acres, labourées et surveillées par les travailleurs de la Nouvelle Angleterre, ne sont que de petites lisières de terrain, comparativement aux vastes fermes des agriculteurs de la Californie. Les grandes fermes des prairies des Etats de l'Ouest ne seraient même rien auprès des domaines comprenant 20, 000, 30, 000 et 50, 000 acres qui,

comme dirait M. Harte, sont si "nombreux" en Californie. La région qui produit le blé est composée en grande partie de ces immenses étendues de terrain dont une légère partie seulement est couverte de fruits et de légumes.

Il a remarqué à chaque station des milliers de sacs de blé emmagasiné, et on l'a informé que d'autres milliers de sacs entassés sur les wagons étaient sur le point d'arriver. Chaque intro-pôt, magasin, hangar, etc., etc., était rempli de ces sacs de blé. Dans le haut des vallées de Sacramento et Napa, seulement, il y avait 4,742,000 sacs, ou 9,484,000 minots ou encore environ 234,520 tonnes de blé. Le rendement total du blé dans les vallées de San Joaquin, Livermore, Sacramento et Napa, était de 10,745,945 sacs ou 21,491,890 minots, ou soit 684,746 ts. Et l'on n'avait pas encore reçu l'état de la moisson des vallées, collines et versants de la côte. La perspective de transporter cette récolte d'une abondance sans exemple jusqu'ici, est assez maigre. A une époque où la Grande Bretagne en quête de céréales, et lorsque les dernières nouvelles des récoltes en Ecosse et au nord de l'Angleterre sont loin d'indiquer l'abondance, la Californie possède le surplus qui pourrait bien pourrir faute de moyens de transport. En premier lieu, le nombre des chars n'est pas suffisant pour transporter le blé à la côte, et en second lieu, San Francisco n'ayant pas de dépôt de chemin de fer plus près que la baie, est embarrassé par les transbordements. Mais le besoin le plus important de San Francisco et de toute la côte du Pacifique est la facilité des transports océaniques, et "l'Alta California" déclare que le Congrès, à sa prochaine session, devrait abolir toutes restrictions sur la construction des navires. La Californie, dit ce journal, a besoin de 600 vaisseaux pour transporter la récolte de cette année, et c'est un honneur pour cette grande nation, que de dépendre des vaisseaux étrangers pour l'exportation de nos propres produits." Si ce rapport n'est pas exagéré, on conviendra que les Californiens ne sont pas du tout mal partagés sous un rapport important, et qu'ils auraient assez mauvaise grâce de se plaindre de la dureté des temps.

Un intelligent correspondant de "l'Alta California", qui vient de terminer un voyage dans cette région et s'est arrêté à presque toutes les stations de chemins de fer pour obtenir des statistiques de la récolte et de la quantité prête ou sur le point d'être envoyée sur les marchés, apporte un état de chiffres extraordinaire

Avis aux amateurs de chasse.

L'automne étant la saison où un grand nombre de personnes font la