

la morue, sert à fabriquer le stockfish des Hollandais et des Allemands.

MIEL.—Aliment rafraîchissant et très sain ; on le falsifie souvent au moyen de glucose et de la fécule de pomme de terre ; pour s'assurer de sa pureté, on en dissout une partie dans de l'eau, on laisse tomber dans la masse liquide quelques gouttes de teintures d'iode ; si le miel est pur, il ne se produit pas de coloration bleue.

MIROTON.—Mets indigeste.

MORILLE.—Champignon comestible à chair assez légère.

MORTADELLE.—Gros saucisson d'Italie ; celles de Bologne et de Florence ont de la réputation ; c'est un mets lourd et indigeste.

MORUE.—La morue est un des aliments les plus nourrissants, riche en matières azotées et en matières grasses ; elle est facile à digérer.

MOULE.—Mollusque à chair facilement digestible ; les moules provoquent parfois des accidents assez graves : malaise quelque temps après le repas, soif, nausées, vomissements, gonflement du visage et de la langue, coloration rouge de la peau avec démangeaison insupportable ; ces accidents sont combattus par un vomitif et l'ingestion d'une grande quantité d'eau vinaigrée. On n'en connaît pas la cause, qui semble dépendre d'une prédisposition individuelle ; les moules doivent être mangées fraîches, car elles s'altèrent rapidement.

MOUTARDE.—Condiment âcre, qui est un stimulant du tube digestif et passe pour combattre la constipation ; prise en excès, elle enflamme la muqueuse de la bouche et de l'estomac, provoque des envies d'uriner et des sueurs exagérées.

MOUTON.—Viande rouge nourrissante et facile à digérer.

MULET (poisson de mer).—A la chair nourrissante, mais un peu lourde ; la viande du mulot (métis du cheval et de l'âne) a les mêmes qualités que les viandes du cheval.

MURE (des haies).—Fruit acide et sucré sert à faire un sirop un peu astringent employé contre les maux de gorge.

Le fruit du mûrier noir possède les mêmes propriétés astringentes.

MURÈNE.—Chair blanche grasse, tendre, fort estimée, mais un peu indigeste.

NAVET.—Se digère facilement ; les diabétiques doivent s'en abstenir à cause du sucre qu'il contient.

NAVETTE (huile de navette).—Sert dans l'alimentation et se tire de la graine d'une espèce de navet ; cette huile est visqueuse, jaune pâle, de saveur douce et agréable ; l'acide nitrique la colore en rouge orange.

NÈFLE.—Fruit acerbe qui, par le blettissement, devient sucré et