

qui butinent de fleur en fleur, le nectar savoureux qu'elles déposent ensuite, dans de petits vases si élégamment construits ! Quoi de plus délicieux qu'un de ces rayons !

LE MIEL DANS LA PREPARATION DES ALIMENTS

Tous les mets qui exigent du sucre comme toutes les pâtisseries, peuvent être confectionnés au miel avec l'avantage d'être de qualité supérieure, plus riches et se conserver alors plus longtemps.

Malheureusement, l'on n'est pas assez familiarisé avec ces idées; les préjugés que l'on conserve au sujet du miel ont été combattus, mais n'ont pas encore complètement disparu, malgré les connaissances acquises à ce sujet. L'on regarde encore le miel, soit comme un petit dessert ou comme une douce et délicieuse médecine, capable de combattre et guérir un rhume. Le miel n'est pas un aliment complet comme les œufs, le lait et le pain, mais il peut être considéré comme pouvant régulièrement s'associer à ces aliments de premier ordre et tous les autres de moindre valeur, afin d'en augmenter la richesse alimentaire.

Nous donnons ici, une collection de recettes choisies entre mille, qui seront de nature à démontrer aux cuisinières ingénieuses, de combien de manières différentes, le miel s'emploie en art culinaire.

Il ne faudra pas entendre par là, qu'on devra se borner à ce nombre de recettes pour utiliser du miel; loin de là, toutes les recettes ordinaires peuvent servir à une cuisinière avertie, connaissant les règles qui doivent présider à la manière de substituer le miel au sucre.

Voici ces règles toutes élémentaires et faciles à observer :

1°. Lorsqu'il s'agit de remplacer la mélasse par le miel, ajouter moins de soda; $\frac{1}{2}$ cuillerée à thé par tasse suffit.

2°. En employant du lait sûr et du miel, ajouter $\frac{1}{2}$ cuillerée à thé de poudre à pâte par tasse de farine; la pâte est ainsi plus succulente et de plus belle apparence.

3°. Tenir compte de la quantité d'eau que contient le miel avant d'ajouter le liquide, ne mettre que les 4-5 de tasse, par tasse de lait ou d'eau mentionnée puisque le miel en contient 1-5.

4°. La cuisson des pâtisseries au miel dans lesquelles il n'entre pas de beurre se conservent mieux; ce dernier devient rance après quelques semaines.

RECETTES DIVERSES

Pain, gâteaux, pâtes, biscuits, poudings, salades, crèmes, conserves, liqueurs, etc.

Pain

Les ménagères désireuses de faire du bon pain, qui soit frais longtemps et toujours savoureux, y mettront du miel à la place du sucre.

Rô

tre
tez
peu
frir

Gâ

à t
fari
en c
lem
dér

Auf

thé
rine

Gât

5 et
leré
L'o
con

Peti

tass
1 et
 $\frac{1}{2}$ t
le n
l'ajc
les 1
ble
mou

Peti

tass
esse
le m
puis

Aut

de la