

LAIT.—Ne servons pas du lait cru à nos enfants, faisons le plutôt bouillir, car il est reconnu que le lait, au naturel, est souvent le véhicule des germes infectueux de la fièvre typhoïde, de la diphtérie et autres maladies épidémiques.

Nous sommes heureux de savoir que le nouveau projet de *loi de la santé publique*, contient une clause spéciale qui pourvoit à l'inspection et à l'analyse du lait et autres substances alimentaires. Nous voudrions plus, et nous espérons que notre suggestion sera acceptée: que l'inspection s'étende aux vaches laitières dont le lait est vendu à la ville; car elles sont souvent affectées de maladies faciles à reconnaître, dont l'influence retentit sur la qualité du lait.

* * *

CAFÉ.—Sous ce nom d'emprunt, le public achète une poudre composée d'un grand nombre de substances dont l'usage est nuisible à la santé. Que n'achète-t-il du café vert? On le ferait rôtir (torréfier) à la maison, et pulvériser au fur et à mesure du besoin. On aurait ainsi une boisson hygiénique substantielle et pure.

* * *

VINS.—Le public apprendra-t-il avec surprise que la plupart des vins qu'on lui sert ne sont autre chose que des teintures additionnées de substances chimiques dangereuses? C'est là un fait constaté par tous les connaisseurs.

L'acheteur préfère et recherche un vin qui tache le verre.....et qui détériore la santé. Non content de se faire tondre, il aime à se faire empoisonner!

En attendant qu'il se corrige nous lui recommandons un vin hygiénique par excellence, le **ST-MICHEL**.

Ce vin est stimulant, astringent, substantiel et tonique. Il relève l'appétit, facilite la digestion, donne de la force, et porte une chaleur vivace dans tous les membres. Plusieurs médecins de Montréal lui recon-

naissent les qualités que nous venons d'énumérer et le prescrivent à leurs patients. Ce vin qui ne manque pas de bouquet, sera bientôt recherché non-seulement par les malades et les convalescents, mais aussi par les amateurs au goût fin et délicat. Ils abandonneront l'horrible *bitter* pour commander avant leurs repas, un verre de généreux **St-Michel**.

* * *

Le Docteur Dumoulin disait à plusieurs confrères éminents qui assistaient à son agonie.

“ Chers amis, je laisse après moi, trois grands médecins”.

Chacun des humbles docteurs croyait s'entendre nommer. Après un silence qui était un point d'interrogation, le pauvre agonisant murmura, *lu dicte, l'exercice et l'eau*. Tête des trois médecins qui évidemment n'étaient de forts Hygiénistes.

J. M. B. M. D.

LE FROMAGE DIGESTIBLE POUR TOUS.

Les fromages sont quelquefois de difficile digestion pour certains estomacs délicats. On peut facilement y remédier, dit le *Scientific American*, en employant le procédé suivant, qui les rendra digestibles pour tous, en permettant d'ajouter à tous les menus un excellent produit.

“ Couper tout d'abord le fromage en tranches très minces, le gratter, ou mieux le raper en fine poussière. Ajouter à chaque livre de fromage ainsi obtenue, un quart d'once de bicarbonate de potasse. Mettre cette mixture dans une casserolle, avec trois fois autant d'eau froide, ou quatre fois autant de lait, et bien mélanger. La placer sur le feu, et remuer doucement jusqu'à complète ébullition, en ayant soin d'agiter tout le temps. Verser le fromage ainsi fondu dans une tasse et l'utiliser, suivant le désir de chacun, pour les besoins de la cuisine.

“ Cette pâte, qui présente une grande analogie avec le *flanc*, une fois refroidie, peut être impunément mangée par tous ceux qui reloutent pour leur estomac le fromage à l'état naturel.”