A LA VEILLEE
Glose hebdomadaire

Le fromage et le cerveau

Bis repetita placent, les choses répétées plaisent, dit un antique aphorisme.

Répétons donc, sans plus de cérémonies, un bout de la causerie dont je délectais les lecteurs du **Bulletin** voici déjà deux fois douze mois. (1)

Il y a quelques années, je faisais le trajet en chemin de fer de Québec aux confins de Bellechasse et de la frontière néo-brunswickoise. A Ste-Sabine, centre d'activité forestière, je liai connaissance avec un M. Morisson, homme instruit, affable et bien élevé, écossais, et protestant je crois, (retenez ce détail.) Les habitués du Château Frontenac, où il descendait souvent, doivent avoir conservé de ce sympathique meneur d'hommes le meilleur souvenir, tout comme le plus modeste de ses ouvriers d'ailleurs. M. Morisson était propriétaire ou gérant général de grands chantiers forestiers dont les produits flottaient tous les printemps, sur le parcours de la rivière St-Jean, de la frontière québecoise à la Baie de Fundy.

"J'estime beaucoup vos compatriotes, dit M. Morisson, j'emploie des centaines de "lumber jacks" (hommes de chantiers), et à tout autre je préfère le Canadien-français. Il est intelligent, rude travailleur, pas du tout turbulent, loyal à son patron, etc., etc.,"

—Je vous sais gré de votre courtoisie, M. Morrisson, et au nom de ma race je vous en remercie; mais ne versez-vous pas un peu dans le lyrisme... je veux dire la flatterie, à notre égard?

—Pas du tout ! Je suis absolument sincère, à preuve que si vous me le permettez je vais maintenant signaler un très grand défaut, un vice des plus graves chez vous, et qui sévit chez toutes les classes de la société. Je le trouve aussi florissant chez les pensionnaires du Frontenac que chez mes ouvriers.

— ? ? ? (Je connaissais bien aux travailleurs des bois quelques imperfections, je leur soupçonnais même quelques péchés mignons, mais aux habitués du Frontenac, quoi supposer? Où, diantre, le vice va-t-il maintenant se loger? me demandais-je, interloqué...)

— Les Canadiens-français, continua M. Morrisson, sont en train d'affaiblir considérablement leur remarquable vitalité. Un grand mal les ronge...

— La goutte?...

— Pis que cela, j'oserais dire. Il est de vos compatriotes qui abusent des liqueurs fortes; mais même les ouvriers les plus ignares trouvent dans votre religion un frein qui m'étonne et qui les protège contre les débauches prolongées. La débauche à laquelle se livrent toute l'année les gens de votre race, est celle de la viande. Vous en consommez beaucoup trop; vous vous en gavez, vous vous en gorgez ! Aussi les individus se démolissent l'estomac et ruinent peu à peu la vigueur native de leur race.

— Oh ! ça, c'est un cas d'atavisme si obstiné qu'il serait bien difficile, à peu près impossible, de songer à obtenir un changement rieux...

— Atavisme ! Mais vous en avez vaincu un pire cas ! Vous savez bien que vos pères venus de France, ne connaissaient, d'autre boisson de table que le cidre, le vin ou une autre liqueur fermentée.

— Oh ! cela remonte même au temps de César et de Vercingétorix. Les Anciens Gaulois, nos premiers ancêtres, buvaient déjà de la cervoise, une bière autrement plus légère et moins malfaisante que celles d'aujourd'hui, paraît-il.

— Comme vous voyez, continua M. Morrisson, l'atavisme chez les premiers colons du Canada était assez fort ! Cependant vous en avez eu raison, vous l'avez vaincu. Chez toutes les classes de la société, au Château comme au chantier, les Canadiens boivent maintenant du thé comme des Anglais.

— Et... du "scotch" comme des Ecossais, M. Morrisson?

— Pas tant que cela ! D'ailleurs, j'ai déjà répondu à cette question. Vos ouvriers respectent leurs curés et sont attentifs à leurs avis; aussi la tempérance est-elle en progrès.

— Oui, mais si l'ouvrier écoute son pasteur lorsqu'il lui recommande d'être sobre, l'écoutera-til bien lorsqu'il lui demandera de manger moins de viande?

— Ecoutez mon expérience. Lorsque je commençai à employer de vos compatriotes, je fus étonné de leur vigueur, de leur savoir-faire, et surtout de leur résistance aux durs travaux; mais lorsque m'arrivèrent les comptes de mes fournisseurs de victuailles, je fus encore plus étonné de la robustesse de ces estomacs canadiens-français ! Que de viande ! que de viande ! que de **pork and beans** ils avaient consommés ! Dans le but de réagir contre cet abus, je procurai à toutes les cuisines des légumes et du fromage. La première année j'achetais le choux de Siam au sac, et le fromage à la meule, et les deux duraient assez longtemps. Aujourd'hui, j'achète le chou de Siam au char et le fromage par 1,000 lbs; et dès qu'il en manque au chantier, les hommes s'en ennuient. Aussi ils consomment actuellement un tiers moins de viande qu'autrefois, ne s'en portent que mieux et sont contents. Ce n'est pas si difficile que cela à renverser l'atavisme, chez-vous.....

M. Morisson, qui avait lu des ouvrages scientifiques sérieux, termina l'entretien par une énumération des vertus des légumes et du fromage.

Je me rappelle une longue citation d'une célébrité médicale, anglaise ou américaine, établissant que le fromage et le poisson, ce dernier à cause du phosphore qu'il contient, sont plus riches en nourriture cérébrale que les viandes: **"They contain more brain food"** ... Pour citer textuellement: "Ils contiennent plus de nourriture pour le cerveau.

Jean de la Glèbe.

(1) Voir, sous le titre: "Ce que nous mangeons", le "Bulletin de la Ferne" du 27 avril 1922.

Pour avoir des tomates au commencement d'août, et même fin de juillet. Le secret. Transport des plants par la poste, etc.

I—Plants de tomates

Il ne manque pas de gens qui, faute de couches chaudes, font croître leur plants de tomates à la maison même, dans une boîte quelconque, tenue près de la fenêtre, afin que la jeune plante puisse capter le plus possible de rayons de soleil, chose indispensable à sa croissance normale. Un autre élement aussi indispensable à la vigueur du plant est l'air atmosphérique pur.

C'est pourquoi les plants élevés à la maison ne vaudront jamais ceux qui ont cru en plein air, dans les couches, dans les serres chaudes, où l'air atmosphérique est à peu près normal.

Aussi, sans condamner la production du plant à la maison, méthode qui avec les précautions voulues peut réussir d'une manière satisfaisante, les praticiens déclarent qu'il vaut cependant encore mieux recourir, lorsqu'on peut le faire, aux plants élevés en couche ou en serre.

La chose, aujourd'hui, est souvent assez facile, grâce aux jardiniers de profession qui écoulent à bon marché le surplus de leurs plants, ou qui font une spécialité de l'élevage, pour la vente, de plants de tomates, choux, celeri, asperges etc., dont le coût d'achat est minime, et qui s'expédient également à bon marché et avec securité par la poste.

Il n'y a généralement qu'à consulter la page des petites annonces des revues agricoles pour trouver où se procurer ces plants.

II—Pour avoir des tomates de bonne heure—Le secret

Il est encore une foule de personnes qui ignorent les deux grands secrets de la production des tomates hâtives, des tomates de prime saison, ou primeurs.

Ces deux secrets sont les suivants: **repiquage des palnts et taille**.

Le repiquage consiste à déplanter les tout jeunes plants et à les replanter en leur donnant plus d'espace.

Cette opération se fait avec profit jusqu'à deux fois avant replantage définitif en pleine terre.

Ces repiquages successifs retardent la croissance **en longueur et en feuilles** de la plante, mais ce qu'elle perd en longueur et en feuilles elle le gagne en vigueur et en précocité. C'est dire que le repiquage hâte la maturité de la plante, et lui permet de produire des fruits plus tôt.

Tenons donc pour acquis que pour avoir des tomates de bonne heure il faut recourir au repiquage.

Pour obtenir des tomates de bonne heure le repiquage, ou replantage temporaire, est quasi aussi nécessaire que l'émondage, que la taille elle-même.

Un bon moyen de pratiquer le repiquage est d'acheter des plants tout jeunes, alors qu'ils ont de deux à trois pouces de hauteur; ils coutent alors bien bon marché. En les recevant on les repique, puis un peu plus tard on fait la plantation définitive.

Il va sans dire que le même procédé s'applique aux plants élevés à la maison.

Nous avons dit pourquoi il faut repiquer. Plus tard, nous verrons pourquoi, quand et comment il faut pincer et émonder.

P. S.—Règle générale, le transport des plants, boutures etc; est payé par l'expéditeur.

Nous publions d'ailleurs, et une fois pour toutes, en 2e page de la couverture, sous le titre **Panier aux lettres,** les conditions et tarif du transport par la poste de ces produits agricoles. Voir tarif des colis postaux.

Parle d'après expérience. Mme Peter Weber de Dunlap, Ia., écrit: "Après une expérience de plus de trente ans je veux dire sincèrement que le Novoro du Dr Pierre a toujours été un remède efficace dans notre famille. Quelque chose me manque quand la dernière bouteille est finie et que la remplaçante n'est pas encore arrivée." Si le Novoro du Dr Pierre est employé comme il convient il économisera de fortes notes de docteur, quand il est le remède de famille. C'est un remède multiple. Son efficacité comme curatif et sa pureté ont fait de ce simple remède végétal la plus populaire des médecines de famille. A cause de son action inoffensive et de son goût agréable il est le favori des jeunes et des vieux. Il n'est pas vendu chez les pharmaciens, des agents spéciaux le procurent. Pour renseignements écrire au Dr Peter Fahrney & Sons Co., 2501 Washington Blvd., Chicago, Ill.

Livré exempt de droits au Canada.

Que diriez-vous si vos cheveux repoussaient dans un mois?

Vous devenez chauve, vos cheveux se fanent et tombent? Si vous désirez refaire immédiatement votre chevelure, je vous enverrai, **gratuitement** un échantillon du fameux **Glandahair Alexander.** Aucun déboursé, aucune obligation de votre part. Envoyez-simplement votre nom à **Alexander Laboratoire,** 242 Edifice Bohan, Toronto, Canada.

CONSTRUITES POUR DURER

La construction solide des MOULANGES VESSOT assure leur parfait fonctionnement et leur longue durée. Ces machines absolument pratiques résultent de 40 années d'expérience dans la fabrication.

Ecrivez aujourd'hui pour demander brochure illustrée, informations complètes et prix.

S. VESSOT & CIE.
Manufacturiers - JOLIETTE, P.Q.

Vendues par
International Harvester Co. of Canada, Limited
HAMILTON, Canada

MOULANGES VESSOT