

## COMMENT FAIRE LA GELEE

La gelée de fruits peut être mise de côté et bouillie plus tard.

Les fruits doivent être sains, suffisamment ou presque mûrs, et cueillis depuis peu. Il faut les laver, en ôter les queues et trancher les plus gros; ajouter au jus assez d'eau pour l'empêcher de brûler pendant la cuisson. Si les fruits ne sont pas juteux, ajouter assez d'eau pour en couvrir les deux tiers, faire cuire lentement, jusqu'à ce que les fruits soient mous, les égoutter à travers un sac de flanelle ou deux épaisseurs de toile à fromage.

Remplacer le sucre par  $\frac{3}{4}$  de tasse de sirop de maïs par tasse de jus. Réduire le jus par l'ébullition jusqu'à un tiers de son volume et y ajouter le sirop de maïs. Faire bouillir à feu vif. Le mélange est cuit à point, lorsque deux gouttes coulent ensemble et tombent en une seule du rebord d'une cuillère. Ecumer le jus, le verser ensuite dans des bocaux stérilisés et faire refroidir très rapidement; cacheter les récipients avec une couche de cire et couvrir les orifices avec un couvercle de métal ou de papier.

On peut mettre maintenant en bocaux le jus de fruits et le convertir en gelée plus tard, quand il fera plus froid et que la provision de sucre sera plus abondante. Il faut faire bouillir ensemble le jus et le sucre pendant cinq minutes et verser ensuite le tout dans des bouteilles ou des jarres stérilisées, placer ces récipients dans de l'eau bouillante jusqu'aux goulots et les y laisser mijoter pendant 20 à 30 minutes, les boucher hermétiquement et les étiqueter soigneusement.

## CONSERVES DE TOMATES

Choisir des tomates fraîches, mûres, fermes. Les trier suivant la taille, le degré de maturité et la qualité. Elles cuiront mieux, si elles sont du même degré de maturité et de qualité, et auront meilleure apparence. Il faut les laver, les ébouillanter pendant une minute et demie, ou jusqu'à ce que la pelure s'amollisse sans se briser. Les plonger ensuite dans l'eau froide, mais ne pas les y laisser séjourner; en ôter la queue, mais ne pas entailler les cellules de la graine, ou bien la graine et la pulpe se répandront plus tard dans le liquide. Enlever la pelure.

Placer les tomates en entier dans les flacons; finir un seul flacon à la fois et le placer dans le stérilisateur, avant de commencer un autre. Tasser soigneusement les tomates en frappant le fond du récipient avec la paume de la main et les pres-

sant un peu avec une cuillère à table, sans les écraser.

Ne pas ajouter d'eau. On peut y ajouter de la pulpe de tomates, mais pas de liquide. Les tomates sont une exception à la règle générale qui demande addition d'eau bouillante ou de sirop chaud, aux fruits. La tomate renferme beaucoup d'eau en elle-même. Ne rien ajouter, sauf une cuillerée à thé de sel par pinte, et, suivant le goût, une demi-cuillerée à table de sucre. Le pulpe de tomate pour conserves domestiques, provenant de grandes tomates brisées, cuites et coulées, devrait recevoir une cuillerée à thé de sel par pinte et être versée chaude dans les flacons pour remplir les vides.

Mettre sur le flacon une rondelle de caoutchouc et le couvercle, ajuster le couvercle ou le visser avec le pouce et le petit doigt. Stériliser 22 minutes dans un bain d'eau chaude, ou 16 minutes dans un bain de vapeur sous cinq ou dix livres de pression. Enlever, attacher, cacheter et faire refroidir.—A. D.

## COMMENT CONSERVER

## LES BETTERAVES

Ne mettre en conserves que des betteraves de petite taille. Il faut les laver et les gratter si c'est nécessaire, afin de les rendre propres; Ne laisser qu'un pouce environ des feuilles. Les assortir et les ébouillanter pendant 5 minutes, les plonger ensuite dans l'eau froide et les peler. Celles qui ont environ, 1 pouce de diamètre peuvent rester entières, mais il faut trancher les plus grandes, avant de les mettre en conserve.

Ajouter une cuillerée à thé de sel par pinte et couvrir les flacons d'eau bouillante. Mettre une nouvelle rondelle de caoutchouc sur chaque récipient et le couvercle, après l'avoir plongée avant dans de l'eau chaude, y visser le couvercle avec le pouce et le petit doigt.

Stériliser le contenu 90 minutes dans de l'eau chaude, ou 60 minutes sous une pression de 5 à 10 livres de vapeur, puis enlever les flacons, les cacheter hermétiquement et les mettre refroidir.

## LA GOURGANE

Que n'a-t-on pas conseillé et recommandé jusqu'à présent pour diminuer le coût de la vie; on a surtout prêché la culture intensive des légumes, qui devait faire économiser la viande: dans ce cas, quelquefois on a fait fausse route; on aurait dû préciser davantage et dire quels légumes il fallait cultiver le plus. C'est ainsi que maints jardiniers d'occasion se sont lan-

cés dans la culture intensive de la laitue et des radis, ce qui a eu pour effet de leur faire manger davantage de la viande.

Tenez, il est un légume sur la culture duquel on aurait dû insister et que l'on n'a pas le moins du monde cultivé. C'est la gourgane. Voilà, si l'on veut m'en croire, le véritable légume de guerre, aussi excellent qu'économique, aussi facile de culture, que productif. La gourgane peut pousser avec abondance le long des rues et au bord des trottoirs, dans les cours les plus marécageuses comme dans les terrains vagues les plus ingrats.

On bêche un peu, on sème, on laisse faire et ça ne manque jamais de pousser; une gourgane en produit mille et un champ de gourganes peut nourrir toute une armée.

Mais..... il y a un "mais",..... on ne connaît pas la gourgane, le croirait-on? Un pied de gourgane à Québec serait une curiosité et on aurait des tentations de le transporter au musée de l'Instruction Publique. On en cultive quelques pieds dans certains villages des Cantons de l'Est où on en fait, paraît-il, du café. A Québec, à Montréal on ferait rire de soi si on allait parler des gourganes.

La gourgane tout de même a un pays: c'est le Saguenay. Là, en effet, depuis longtemps, on a reconnu tous les mérites et toutes les vertus de la gourgane. Aussi, la cultive-t-on sur la plus vaste échelle; pas un potager qui n'ait son "morceau de gourgane."

Mais on ne va pas, par exemple, en faire un vulgaire café. Fi de la gourgane à café! On ne connaît pas ça. C'est la gourgane à soupe que l'on cultive, et quelle soupe! Il y a des gourmets qui prétendent avoir dégusté de tout, des cuisines de grenouilles et des cervelles d'oiseaux, et qui ne sont pas fichus d'avoir seulement avalé une cuillerée de soupe aux gourganes. Je le répète, voilà pourtant le véritable légume de guerre: quand on a mangé deux assiettées de soupe aux gourganes on n'a plus envie de manger autre chose, et, en temps de famine, la gourgane serait considérée comme une manne comme elle devrait être considérée un délicieux légume en temps d'abondance.

Bhe! la connaissance parfaite que j'ai eu l'occasion de faire de la gourgane a fait surgir en moi une ambition: celle de devenir un jour, à Québec, le Parmentier de la gourgane.

Graindesel.

(L'Événement)

## COMMENT ON SE RUINE

Par le jeu;

En achetant des objets dont elles n'avaient pas besoin, uniquement parce qu'ils étaient en vente à bon marché;

En ne dépensant pas leurs revenus avec prudence et proportionnellement à leurs moyens;