

Recettes Faciles

MANGEONS DES POMMES

La pomme a été calomniée depuis que notre mère Ève en a fait un si mauvais usage. Nous nous imaginons que c'est la pomme qui a déterminé tout le mal dans le Paradis terrestre, et la pomme a un mauvais renom.

Tout le monde au surplus, regarde la pomme comme un fruit si commun que personne ne s'occupe de ses propriétés médicinales. Souvent on s'en abstient, pour ainsi dire inconsciemment, parce que les diabétiques et les dyspeptiques ne doivent pas en manger ; ce sont, fort heureusement, des exceptions.

Toute personne bien portante doit, nous dit une récente communication à l'Académie, manger une pomme bien mûre et bien savoureuse comme dessert ; c'est encore meilleur pour la santé avant de se mettre au lit.

La pomme est, par excellence, un aliment pour le cerveau, parce qu'elle contient plus d'acide phosphorique qu'aucun autre fruit, que l'acide est très facile à digérer. Elle excite le fonctionnement du foie, elle procure un sommeil agréable, des songes gais, et entretient la bouche saine.

Donc, il faut manger des pommes en abondance..

CHOUX-FLEURS AU GRATIN (entremets).—On prépare ainsi les choux-fleurs qui ont déjà été servis à la sauce blanche. On les met sur un plat qui va au feu, avec mie de pain très fine, beurre et un peu d'épices. On leur donne une forme arrondie et on leur fait prendre couleur dans le four.

CHOUX-FLEURS AU GRATIN ET AU FROMAGE (entremets).—Lorsqu'ils sont cuits à l'eau, on les dresse sur un plat allant au feu et préalablement beurré ; on les arrose de beurre fondu, on les couvre de fromage de gruyère et de parmesan râpé en quantité égale, on arrose de nouveau avec du beurre, sur lequel on répand encore du fromage en pou-

dre mêlé de mie de pain, et on fait prendre couleur dans le four.

CIDRE DE POMMES.—Pour une pinte de cidre, prenez 2 douzaines de pommes très sûres, tranchez chaque pomme en 4 morceaux, ajoutez 2 pintes d'eau, faites bouillir jusqu'à ce qu'elles soient cuites, coulez dans un linge (coton blanc un peu clair), ajoutez 1 1-2 livre de sucre granulé, 2 cuillerées à soupe de cochenille, 1 cuillerée d'essence d'amande amère (ratafia), faites bouillir le tout 1 heure et 30 minutes, dans un plat couvert (en granit), faites refroidir, mettez ensuite dans des bouteilles bien bouchées.

POMMES FARCIES. — Vous commencez par préparer une bonne compote de pommes bien sucrée et un peu épaisse. Pendant que cette marmelade refroidit, évidez de belles pommes reinette sans en déchirer la peau. On se sert pour cela d'une petite cuillère à légumes en acier tranchant. Arrosez l'intérieur des pommes de quelques gouttes de rhum. Fouettez en neige très ferme 5 blancs d'œufs et amalgamez-les rapidement à la marmelade de pommes.

Remplissez de ce mélange les pommes évidées et saupoudrez de sucre très fin. Mettez à cuire environ 5 à 6 minutes. Dressez les pommes sur un plat garni et servez aussitôt.

SOUPE A LA CITROUILLE. — Prenez un quartier de citrouille, ôtez-en la peau et les pépins ; coupez-le en morceaux de la grosseur d'une noix, et mettez-les sur le feu, dans une marmite avec de l'eau. Lorsque la citrouille est complètement réduite en marmelade, mettez-y un demi-quarteron de beurre et un peu de sel. Donnez encore quelques bouillons. Faites bouillir une chopine de lait, ajoutez-y un peu de sucre ou de sel si vous le préférez et mêlez avec la purée de citrouille, mettez du pain émincé dans la soupière, et versez dessus le mélange de citrouille et de lait.

RESTES DE BLANQUETTE. — Faites crever du riz dans du bouil-

lon. Coupez le reste de viande en petits morceaux ; écrasez les pommes de terre, si vous en avez mis dans la blanquette, mélangez le tout avec le riz ; versez dans un plat beurré. Parsemez de fromage de Gruyère et de petits morceaux de beurre, faites prendre couleur au four pendant un bon quart d'heure.

Conseils Utiles

—Le sel fait tourner le lait : par conséquent, en préparant des bouillies ou des sauces, il est bon de ne l'ajouter qu'à la fin de l'opération.

—L'eau bouillante enlève la plupart des taches de fruits ; versez l'eau bouillante sur la tache comme à travers une passoire, afin de ne pas mouiller plus d'étoffe qu'il n'est nécessaire.

—Le jus des tomates bien mûres enlève les taches d'encre et de rouille sur le linge et les mains.

L'AME NORMANDE

Nous avons annoncé dans un de nos derniers numéros les conférences que se proposait de donner Monsieur le lieutenant Lanrezac.

La première de ces causeries sera donnée le 12 novembre dans la salle académique du collège Sainte-Marie, et aura pour sujet : L'Ame Normande.

Pendant quatre ans alors qu'il parcourait les plaines de la Normandie, avec ses soldats, le lieutenant observa les vieilles traditions et les vieilles coutumes de cette province qui nous tient si au cœur puisque beaucoup des nôtres viennent de cette partie du vieux pays.

Ainsi qu'il l'avait fait au Soudan, le lieutenant nota des vieux contes, des chansons curieuses, qui, bientôt hélas ! ne seront plus connues, et c'est le résultat de ce travail considérable qu'il nous donnera dans une causerie accompagné de chansons et de projections lumineuses.

Cette causerie aura lieu dans la Salle Académique Sainte-Marie, sous le haut patronage de l'Union Catholique dont on connaît les travaux remarquables et qui depuis plusieurs années déploie une activité inlassable sous la direction de son président l'honorable avocat de la Cité, Monsieur Archambault.

On peut dès à présent se procurer des billets au collège Sainte-Marie, dont le prix est de 50 cents pour les sièges réservés, et de 25 cents pour une entrée simple.

Mme Z... parle sans cesse de son âge, et de sa belle vieillesse.

—J'ai soixante ans, eh bien...

—Eh bien, lui dit son mari, très sèchement, ne vous en vantez pas si fort. Quand on a tant de lustres, on ne les allume pas !