

## PAGE DE LA MÉNAGÈRE

PAR CORDON BLEU

Suivons-nous bien : dans ma première page, nous avons parlé de l'importance pour toute bonne ménagère de bien laver la vaisselle et démontré comment on peut accomplir cette tâche, répétée plusieurs fois par jour, sinon avec plaisir, du moins avec beaucoup d'intelligence. Nos conseils ont dû, par suite du manque d'espace, être réduits à leur plus simple expression ; mais, enfin, nous avons fait tout notre possible pour être clair et, surtout, pratique.

Notre deuxième page a porté sur deux questions



A.—Tenez la battense dans une position quelque peu inclinée et non pas perpendiculaire. Fouettez le blanc des oeufs jusqu'à ce qu'il adhère bien aux cerceaux comme dans la gravure ci-dessus.

excessivement importantes : les principes nutritifs des aliments ordinaires, et comment faire le choix des aliments, comment choisir le bon boeuf, le veau succulent, le mouton tendre, l'agneau frais, le porc bien nourri, le jambon bien fumé. Que les ménagères suivent nos petits conseils, et elles s'en porteront bien.

Notre prochaine page (la quatrième) portera sur le premier des repas du jour, le déjeuner, ou, comme disent les Français, le petit déjeuner.

Pour aujourd'hui, je vous parlerai des oeufs, qui occupent une place si prépondérante dans notre cuisine canadienne. J'ajouterai aussi quelques conseils sur le choix des volailles, du gibier, du poisson, etc., que j'ai dû forcément négliger dans ma dernière revue.

\* \* \*

Posons d'abord en principe général que les oeufs mirés à la lumière sont d'une transparence parfaite lorsqu'ils sont frais. La moindre tache doit être regardée comme suspecte, principalement pour les oeufs destinés à être servis à la coque.

A propos, comment faire bouillir les oeufs ? Ne l'oubliez jamais, mesdames les ménagères, c'est à une eau tranquille que doivent cuire vos oeufs. Si votre eau est trop chaude, si vos oeufs sautent constamment dans la bouilloire, ils sortiront durs, caoutchoucés, indigestes.

Si ce sont des gâteaux, des omelettes, etc., que vous êtes à préparer, ayez bien soin de battre les blancs et les jaunes à part. Rappelez-vous toujours qu'une bonne cuisinière, en battant ses oeufs, doit s'attacher à faire rentrer le plus d'air possible dans ses oeufs délayés. C'est un principe important à observer. L'expansion de cet air contenu dans les bouffies d'oeufs causées par une chaleur lente, produit ces ravissantes cuissons qu'on remarque sur les gâteaux et les omelettes de bonne maison. C'est le grand secret de la cuisson des oeufs.

Voici, maintenant, quelques excellentes recettes, d'application canadienne, pour la préparation alimentaire des oeufs :

**OEUF A LA COQUE.**—Faites bouillir de l'eau, mettez-y vos oeufs et laissez-les-y seulement trois minutes ; servez dans une serviette pour les laisser faire leur lait.

**OEUF MOLLETS.**—Laissez-les cinq minutes

dans l'eau bouillante, alors ils sont "mollets", c'est-à-dire que le blanc est devenu solide et que le jaune est resté liquide ; retirez-les à l'eau froide, ôtez les coquilles avec précaution et servez sur une farce d'oseille, une sauce tomate, une sauce blanche, etc.

**OEUF DURS.**—Brouillés plus de cinq minutes, les oeufs deviennent durs ; ils s'accrochent comme les oeufs mollets et, de plus, entrent dans la préparation de diverses salades.

Les oeufs durs se préparent encore "à la tripe" : passez au beurre, sans les faire trop roussir, des oignons en tranches ; ajoutez un peu de farine ; mouillez de bouillon (ou d'eau), avec sel et poivre ; laissez mitonner ; coupez dans cette sauce des oeufs durs, laissez-y chauffer, en remuant sans les laisser bouillir. Liez avec de la crème.

**OEUF SUR LE PLAT.**—Foncez de beurre un plat allant au feu ; cassez-y vos oeufs ; assaisonnez de poivre et sel ; faites cuire à petit feu.

**OEUF AU BEURRE NOIR.**—Faites brunir du beurre dans une poêle ; cassez-y vos oeufs avec sel et poivre. Quand ils sont cuits, vous les dressez sur le plat, vous faites chauffer une cuillerée de vinaigre dans votre poêle et la versez sur vos oeufs avec du persil frit.

**OEUF POCHÉS.**—Cassez vos oeufs dans l'eau bouillante additionnée de vinaigre et sel. Dès qu'ils auront pris une certaine consistance, retirez-les avec une écumoire, placez-les dans l'eau froide ; faites égoutter et servez sur une sauce relevée ou une sauce blanche, ou encore sur un lit de chicorée, d'épinards, etc.

**OEUF BROUILLES.**—Cassez vos oeufs dans une casserole avec beurre, sel, poivre, muscade râpée ; faites cuire à feu doux en remuant constamment ; dès qu'ils commencent à prendre, retirez-



B.—Comme nous le disons dans le tableau que nous avons publié dans le précédent numéro, neufs oeufs font une livre. En principes nutritifs cette livre d'oeufs vaut une livre de bon boeuf.

les du feu ; ajoutez une bonne cuillerée de crème ou un demi-verre de lait.

**OMELETTE.**—Cassez vos oeufs dans un plat creux ; ajoutez une cuillerée d'eau, sel et poivre, et battez bien. Faites chauffer du beurre dans une poêle, versez-y les oeufs et faites cuire doucement. Quand l'omelette est cuite, penchez la poêle sur le plat où l'omelette doit être dressée, faites glisser celle-ci et repliez-la en deux. — En ajoutant à vos oeufs battus, avant de les mettre sur le feu, des fines herbes, ou des feuilles d'oseille, ou du cerfeuil, hachés menu, vous aurez une "omelette aux fines herbes", "à l'oseille" ou "au cerfeuil" ; avec du fromage de Gruyère râpé dans



C.—Lorsque vous mesurez une cuillerée à soupe de farine suivant le tableau précédemment publié, nivelez avec la lame d'un couteau comme dans la gravure ci-dessus.

les oeufs battus, vous obtenez une "omelette au fromage".

**OMELETTE AUX CHAMPIGNONS.**—Emincez ou hachez vos champignons et battez-les bien avec vos oeufs ; faites cuire comme l'omelette aux fines herbes, au fromage, etc.

**OMELETTE AU LARD.**—Coupez du lard de poitrine en petits lardons, faites-les revenir dans la poêle avec du beurre ; quand votre lard sera bien coloré, versez dans vos oeufs battus.

**OMELETTE AUX ROGNONS.**—Faites sauter vos rognons, coupés en petits morceaux, dans du beurre, avec sel et poivre ; retirez-les ; jetez-les dans vos oeufs battus ; opérez pour le reste comme pour l'omelette au naturel.

**OMELETTE AU SUCRE.**—Comme l'omelette au naturel, mais en remplaçant le sel par du sucre et un peu de pelure de citron. Dressez sur un plat couvert de sucre en poudre et semez-en sur votre omelette repliée.

**OMELETTE AUX CONFITURES.**—Faites une omelette au sucre ; quand elle sera cuite, retirez-la, couvrez-la de confitures sur lesquelles vous la repliez, et saupoudrez-la de sucre.

**OMELETTE AU RHUM.**—Faites une omelette au sucre dans les oeufs battus de laquelle vous aurez ajouté un ou deux petits verres de rhum, suivant son importance. Dressez-la, saupoudrez-la de sucre, arrosez-la de rhum, mettez-y le feu et servez.

**OMELETTE SOUFFLÉE.**—Cassez des oeufs et séparez les blancs des jaunes. Battez les jaunes avec du sucre en poudre et de l'eau de fleur d'orange ; fouettez les blancs en neige et mêlez avec les jaunes. Faites fondre du beurre dans une poêle sur un feu vif ; mettez-y vos oeufs et remuez-les bien. Lorsque votre omelette commencera à prendre, servez-la sur un plat beurré que vous poserez sur des cendres rouges, saupoudrez-la de sucre et couvrez-la avec le four de campagne bien chaud. Servez quand elle sera montée et de belle couleur.

\* \* \*

On m'a prié de vouloir bien donner quelques conseils sur le choix des volailles, gibiers, poissons, etc. Je m'exécute de bonne grâce.

**LIEVRES ET LAPINS.**—Quand les lapins ou les lièvres ont des hanches épaisses, les oreilles sèches et rugueuses, les ongles émoussés et inégaux, c'est un signe de vieillesse. Jeunes, ils ont les griffes polies et aiguës, des oreilles tendres, se déchirant au moindre effort ; le jeune lièvre a en outre une légère fente à la levre, un "bec-de-lièvre", enfin.

**PERDRIX.**—Vieille, la perdrix ne vaut pas la peine d'être recherchée. Il faut donc s'assurer que son bec est de couleur très-foncée et que ses pattes sont jaunâtres, signes de jeunesse.

**BECASSES ET BECASSINES.**—Vieilles, elles ont les pattes épaisses et rugueuses ; jeunes, elles les ont molles et lisses. Si leur bec devient humide, leur gorge verdâtre... consultez votre goût.

**CANARDS.**—Assurez-vous de la souplesse des pattes, palpez la poitrine qui doit être grasse et ferme. Le canard domestique a les pattes jaunes ; le canard sauvage les a rouges.



D.—Ayez toujours soin de casser les oeufs un par un dans un tasse ayant de les placer dans le bol ou dans la poêle.

(Suite à la page 909).