

dans chaque cas particulier mais il serait bon que chacun fit tout pour éviter la tuberculose par le lait d'animaux phthisiques il faut alors faire bouillir le lait ou ce qui vaut mieux le faire stériliser par une ébullition en vase, alors dans un appareil *ad hoc*.

Le bouillon nourrit moins que le lait, néanmoins il ne faut pas le dédaigner. Le bouillon de poulet convient bien aux enfants et la logique voudrait qu'on le fit avec un jeune poulet, c'est pour cela peut-être qu'on le prépare plus souvent avec une vieille poule. Un poulet d'une livre bouilli un quart d'heure ou vingt minutes en vase couvert dans un litre d'eau donne un bouillon léger que l'on rend plus agréable en ajoutant vers la fin quelques feuilles fraîches d'oseilles et de laitue. On peut aussi farcir le poulet d'orge mondé ou de riz.

Le *thé de bœuf* ou *boef tea* est un bouillon aussi expéditif qu'agréable : une livre de bœuf haché est mise dans un demi-litre d'eau froide, on fait bouillir pendant quelques minutes, on exprime la viande, on passe le bouillon que l'on sale et que l'on colore et assaisonne comme on veut.

Le bouillon dit *américain* se fait dans une boule en plomb appelée marmite Lucotte ou dans le sustenteur Raynal. On coupe la viande par morceaux gros comme un dé à jouer on les met dans l'appareil que l'on ferme et qui est abandonné pendant sept à huit heures dans un bain marie.

Le *bouillon de bœuf* des malades se fait avec la *calotte*, la *tranche*, et le *gîte à la noire*. Il faut une livre par litre d'eau. On introduit la viande à froid et élève progressivement la température en évitant les coups de feu, on sale et on enlève l'écume à mesure

qu'elle arrive à la surface. Quand l'écume a disparu on ajoute les légumes et on continue la cuisine pendant cinq ou six heures.

Les seuls légumes admis au pot-au-feu des malades sont les carottes, les poireaux et le céleri. Les choux et les navets sont indigestes.

Quant aux oignons brûlés ils sont très bien remplacés par le caramel. Le bouillon passé au tamis de soie laisse ce qu'il contient d'écume et de débris de viande ou de légumes. S'il y a après cela encore des ailes de graisse qui surnagent on les arrête en passant le bouillon à travers un linge mouillé.

Le bouillon a besoin comme tout ce qui est gras d'être relevé par des condiments, aussi indépendamment des légumes y ajoute-t-on à la fin quelques clous de girofle et un peu de persil, les aromates valent mieux que l'ail qui donne des renvois et ne convient pas aux enfants malades.

Le bouillon froid coupé d'eau ou de lait convient bien aussi aux enfants malades et aux convalescents.

Les consommés sont des bouillons concentrés par une longue coction ou du bouillon dans lequel on a mis une plus grande proportion de viande.

Deux procédés sont en usages : 1o A la viande qui sert à faire le bouillon de bœuf ordinaire on ajoute des viandes telles que abatis ou chairs de volailles, jarrets ou pieds de veau et on pousse la coction jusqu'à ce qu'une cuillerée du liquide, pris pour essai, se gélatinise en se refroidissant. 2o Au lieu de prendre plusieurs espèces de viandes on met dans l'eau la quantité double de bœuf, 1 kilogr. pour un litre et on pousse la coction lentement jusqu'à ce qu'on ait du bouillon qui se prend en gélatine au froid. On peut ajouter à ce consommé passé avant