

temps et sont toujours prêts, quel que soit le mets à préparer. S'ils prennent une couleur foncée, il suffit de les réchauffer pour les ramener au jaune clair.

## CUISSON DU POISSON EN GÉNÉRAL

### POISSON FRIT

Beaucoup de ménagères entendent par «friture» la cuisson dans une poêle, avec juste assez de graisse pour empêcher les aliments de prendre au fond. Nous estimons, au contraire, que pour frire un plat, il faut le baigner dans la graisse.

La friture est parfois le seul mode de cuisson possible, par exemple, lorsque le fourneau n'atteint pas la chaleur voulue, ou lorsqu'on n'a qu'une minime portion à faire cuire.

La meilleure friture à poisson est l'huile; on peut la porter à une température assez élevée sans risque de la brûler, et elle dégage moins de vapeurs désagréables.

Si vous roulez le poisson dans la farine, ajoutez à celle-ci un peu de sel, pour en relever le goût. Portez l'huile à une température assez élevée avant d'y mettre le poisson que vous tournerez avec une pelle à crêpes afin de le cuire également. Il faut deux ou trois cuillères à soupe d'huile par poêlée. Avant de frire la seconde poêlée, il est préférable de rincer la poêle, de l'essuyer et de la remplir d'huile fraîche. On obtiendra ainsi de meilleurs résultats. Si l'on fait frire plus d'une poêlée dans la même graisse, on s'expose à voir la farine se brûler et prendre au fond, et le poisson se tachera de noir; en outre, on risque de ne pouvoir le retirer de la poêle sans le briser.

### Cuisson au four d'un poisson entier

Choisissez, à cette fin, un poisson de trois à cinq livres, comme le saumon, le maquereau, le poisson blanc qui cuisent dans leur propre graisse et qu'on n'a pas besoin d'arroser. Leur peau s'étend et conserve sa forme, au lieu de se fendre et de tomber en lambeaux. On a constaté, en effet, dans la cuisson au four des poissons entiers, à chair sèche, tels que la morue, l'églefin, etc., que leur peau se fend et que l'apparence du poisson se gâte, à moins qu'on ait eu la précaution d'y pratiquer trois entailles bardées de lard et d'arroser souvent le poisson.

Quant au poisson gras, mieux vaut le faire cuire sans eau car l'huile qu'il dégage suffit.