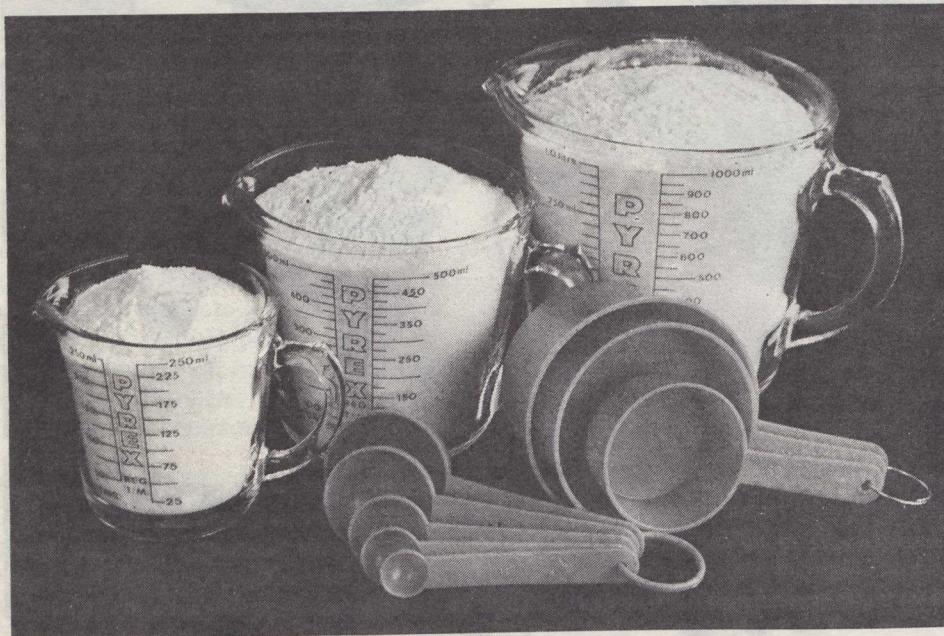


Pour bien réussir vos recettes



Mesures culinaires métriques

Au Canada, l'adoption de recettes culinaires métriques ne révolutionnera pas nos façons de préparer les repas. En effet, nous continuerons toujours de mesurer la plupart des ingrédients d'après leur volume; la différence se situera au niveau des instruments de mesure.

Dans la cuisine métrique, le millilitre (ml) remplace l'once liquide à titre d'unité de mesure. Afin de pouvoir exécuter certaines recettes métriques, vous devrez vous procurer des ensembles de mesures culinaires graduées en millilitres. Voici les mesures que vous devrez utiliser de façon régulière.

- une tasse à mesurer de 250 ml graduée à tous les 25 mL qui remplacera celle de 8 onces (il existe également des tasses de 500 ml et de 1000 ml);
- un ensemble de trois mesures pour les ingrédients secs (50 ml, 125 ml et 250 ml);
- un ensemble de cinq mesures pour les ingrédients secs ou liquides: 1 ml, 2 ml, 5 ml (remplace la cuillère à thé), 15 ml (remplace la cuillère à table) et 25 ml.

Ces mesures sont déjà en vente partout au Canada et seront celles utilisées dans la préparation de recettes aux États-Unis et au Canada.

Un collège se raconte...

Le Collège classique de Saint-Laurent, à Montréal, a largement contribué à la vie collective des Québécois. Un jour, une poignée de religieux de Sainte-Croix est venue de France pour ouvrir une petite école dans le village de Saint-Laurent. Cent trente ans plus tard, trois gros volumes ne suffiraient pas à rendre compte de l'action que ces hommes et leurs successeurs ont exercé sur des milliers de Québécois!

La vie du collégien québécois au Collège classique de Saint-Laurent commençait avec "un morceau de sa campagne dans la tête, la valise à la main", un peu d'appréhension au coeur, et les pensées "aussi noires que la soutane de ces hom-

mes au regard sévère qui l'accueillaient pourtant avec bienveillance." Un monde disparu, balayé par la création des cégeps qui ont regroupé une part des institutions privées pour former un réseau d'enseignement public, situé entre le cours secondaire et universitaire.

Cet univers — inconnu pour les Québécois qui avaient seize ans et moins en 1967, et lointain pour les plus âgés — se révèle aux lecteurs dans un tour d'horizon qui les emmène de 1847 à nos jours. L'histoire du Collège de Saint-Laurent ressemble, en abrégé, à celle du Québec. Il a connu les mêmes interdits, les mêmes élans, les mêmes doutes, les mêmes espoirs!

(*Un collège se raconte*, Fides, 1977, 158 p., illustré, 6,95\$).

Un village culturel pour les Indiens

Le ministre d'État à la Santé et au Sport amateur, Mme Iona Campagnola, a annoncé l'octroi de 110 000\$ au *Native Development Village Committee*.

Ce comité spécial travaillera à la conception et à la planification d'un village axé sur l'épanouissement des autochtones, qui tiendra lieu de centre culturel, éducatif et commercial, aux autochtones de la Colombie-Britannique. Il ouvrira également ses portes à la collectivité non autochtone. Le village sera le centre de diverses activités, notamment: des ateliers d'art, de danse et de théâtre indiens; des cours sur les langues et les religions autochtones; des expositions d'art et d'artisanat autochtones et autres. Il constituera un foyer pour les arts d'interprétation et les échanges culturels ainsi qu'un centre commercial de distribution des artefacts indiens. Les autochtones travaillant à ces projets pourront acquérir une certaine formation en cours d'emploi.

Hélène Champagne

Ils ont choisi l'aventure en canoë

Il faut environ deux ans pour parcourir la distance séparant Vancouver de Montréal...en canoë bien sûr. Deux Canadiens, Jerry LaChapelle, 34 ans, de Montréal, et son cousin Denis Bilodeau, 22 ans de Québec, ont entrepris en canoë un long périple de 24 100 milles (38880 km).

Ils longeront la côte du Pacifique, contourneront le cap Horn pour revenir au Canada en longeant la côte de l'Atlantique, puis en remontant le St-Laurent. Les deux canoïstes qui ont quitté Vancouver en juillet, avaient déjà parcouru 2 100 milles (3381 km) à la fin du mois de septembre et avaient atteint Long Beach en Californie. Le soir, ils établissent leur campement dans un coin protégé du rivage. Ils ne voyagent que par beau temps.

"Tout le monde dit que notre entreprise est irréalisable, a déclaré LaChapelle, mais rien n'est impossible." Les deux jeunes gens ne s'inquiètent pas non plus de la possibilité de voir des pays d'Amérique latine mettre fin à leur voyage, même s'ils doivent traverser les eaux territoriales de onze États sud-américains.

"Je ne transporte pas d'armes, je me moque de la politique et je ne discute jamais de religion. Je suis tout simplement *Canadien*", déclare LaChapelle.