

## L ABSINTHE.

*(Suite et fin)*

Étonnez-vous après cela de la campagne nécessaire que les hygiénistes mènent sans cesse contre l'abus immodéré de ce délicieux apéritif. *Vox clamantis in deserto !*

L'excès on tout est un défaut, dans le bien comme dans le mal et loin de nous la pensée de la proscrire absolument, rigueur inutile et néfaste ! Outre les services qu'elle peut rendre, comme agent thérapeutique, dans les cas que nous avons cités, l'absinthe peut agréablement servir à couper la crudité de l'eau, avec adjonction d'un édulcorant quelconque, en très petite quantité toujours, et sans trop souvent répéter cette douce opération. Si le goût pour cette boisson était chez vous le plus fort, si vous ne pouviez le faire plier sous une immuable volonté de fer, suivez, de toute nécessité, l'excellent conseil du poète.

Versez avec lenteur l'absinthe dans le verre,  
Deux doigts, pas davantage ; — ensuite saisissez  
Une carafe d'eau bien fraîche : puis versez  
Versez tout doucement, d'une main bien légère.

Que petit à petit votre main accélère  
La verte infusion : puis augmentez, pressez  
Le volume de l'eau, la main haute : et cessez  
Quand vous aurez jugé la liqueur assez claire.

Laissez la reposer une minute encore :  
Couvez-la du regard comme on couve un trésor  
Aspirez son parfum qui donne le bien-être !  
Enfin, pour couronner tant de soins inouis,  
Bien délicatement prenez le verre, — et puis...  
Lancez, sans hésiter le tout par la fenêtre !

JOSEPH DE PIETRA SANTA.

## HYGIÈNE DE LA TABLE.

LES FRUITS.

*Les fraises.*— Les fraises n'ont pas de patrie. Ce délicieux fruit, le premier que la terre nous offre au retour du printemps, vient spontanément dans les forêts du nouveau-monde comme dans les bois ombreux de l'ancien continent. De tous temps, il a fait la joie des enfants, des bergers et des gourmets. Les renards, les abeilles et les oiseaux n'en sont pas moins avides que l'homme.

J'ignore si l'analyse chimique des fraises a été faite. Je ne la connais pas. On aurait peine, je crois, à y trouver autre chose que de l'eau, du sucre et un arôme qui leur donne tout leur mérite. Au point de vue alimentaire, ce n'est donc pas un produit qu'on puisse considérer comme riche, quoique je sache une famille de vieilles gens où, pendant tout l'été, on ne dîne que de fraises, de pain et de vin, sans en avoir jamais éprouvé le plus léger inconvénient ; mais à considérer ce fruit que comme dessert, on peut dire qu'il est adoucissant tempérant et qu'il ne fait jamais de mal, à moins qu'il ne soit pris en trop grande quantité. Il convient surtout aux personnes d'un tempérament bilieux ou sanguin, pendant les fortes chaleurs de l'été.

Linné déclare, d'après son expérience personnelle, que l'usage des fraises prévient les attaques de goutte et dissipe les concrétions taphacées produites par cette affection dans les articulations. Suivant d'autres, elle guérirait les maladies calculieuses, les affections du foie, la phthisie et