

Science Ménagère

Quelques recettes pratiques

UN DINER

SOUPE AUX FÈVES.— BOUILLON DE BŒUF A LA MINUTE.—POMMES DE TERRE EN PURÉE.
—SALADE DE BETTERAVES.—POUDING AU SUIF.—SAUCE.—THÉ.

Faire tremper la veille au soir, une chopine de fèves dans de l'eau froide. Le lendemain les laver, les mettre dans leur eau de cuisson qui doit être froide. Après vingt minutes de cuisson, jeter cette eau et ajouter trois pintes d'eau bouillante, faire cuire jusqu'à ce que les fèves soient bien tendres : l'eau est alors en partie consommée. Faire revenir dans la graisse (1 c. à table) au moins 2 oignons hachés fin, ajouter 2 c. à table de farine et une c. à table de beurre, étendre avec deux pintes de lait chaud. Laisser jeter un bouillon et mélanger aux fèves. Assaisonner de sel, poivre, persil haché, Laisser mijoter de quatre à cinq minutes. Servir.

Le bouillon de bœuf à la minute se prépare comme suit : Couper en petits morceaux une livre de bœuf maigre, la couvrir d'une pinte d'eau froide. Lorsqu'elle commence à bouillir ajouter deux rondelles de carottes, une branche de céleri, un quart de poireau, assaisonner, et laisser mijoter durant une heure. Passer au tamis et servir chaud.

Quand il s'agit de pommes de terre en purée, faire cuire à l'eau bouillante salée, douze à quinze pommes de terre. Lorsqu'elles sont cuites, enlever l'eau et les passer en purée. Ajouter une tasse de lait chaud, battre quelques minutes avec une cuillère de bois afin de rendre la purée blanche et légère. Ajouter une c. à table de graisse fondue, assaisonner et déposer avec goût dans un plat.

Voici pour la salade de betteraves : Laver avec précaution cinq ou six betteraves, avoir soin de ne pas les couper et les faire cuire à l'eau

bouillante. Lorsqu'elles sont cuites, les trancher avec goût en rondelles ou en carrés. Les placer dans un saladier, les assaisonner de sel et poivre. Faire chauffer une chopine de vinaigre avec un quart de tasse de sucre et verser le tout sur les betteraves. Servir froid.

Voyons maintenant comment confectionner la pouding au suif et la sauce qui l'accompagne.

Dans une tasse de mélasse mettre deux c. à thé de soda, brasser. Ajouter une tasse de suif haché, un œuf battu et de la muscade. Faire la détrempe en alternant avec une tasse de lait et trois tasses de farine. Y mélanger une tasse de raisins au préalable saupoudré de farine. Mettre la préparation dans un moule, graissé et fariné. Faire cuire à la vapeur durant deux heures. servir avec la sauce que voici : Mettre dans une marmite une tasse de cassonade, une c. à table de vinaigre, une c. à thé de beurre, de la muscade. Verser sur ces ingrédients une chopine d'eau bouillante. Laisser mijoter dix minutes, ajouter deux c. à thé de farine de maïs délayée. Laisser mijoter de nouveau quelques instants. retirer du feu et ajouter l'essence au goût.

UN SOUPER

PURÉE DE LÉGUMES AUX ŒUFS BOUILLIS.—
CAROTTES A LA BÉCHAMEL.— CRÊPES AU
RIZ.— CAFÉ.

Faire cuire dans l'eau salée, dix-huit pommes de terre d'une moyenne grosseur et un demi-navet. Après la parfaite cuisson, les écraser avec le presse-purée. Ajouter vos oignons revenus dans deux c. à table de graisse, du sel, du poivre et une tasse de lait chaud. Battre le tout quelques minutes. Dresser en pyramide dans un plat. Faire une cavité au milieu, la remplir d'œufs bouillis préparés de la manière suivante : Battre quatre œufs, ajouter du sel, du poivre et quatre c. à table de lait. Faire fondre dans une poêle une demi c. à table de beurre, y verser la préparation, et la faire cuire jusqu'à ce qu'elle ait une