

FRUITS VERTS

Nous cotons:

Ananas, \$4.00 la boîte de 2-1-2 doz.
 Bleuets, \$1.50 la boîte.
 Bananes, de \$1.25 à \$1.75 le régime.
 Citrons de Messine, \$3.00 la boîte.
 Melons, de \$3.00 à \$7.00 la manne.
 Melons d'eau, 20c à 25c.
 Oranges de Jamaïque, \$7.00 le quart.
 Pommes, \$1.00 à \$3.00 le quart.
 Pêches, \$1.50 la boîte.
 Prunes, \$1.50 le crate.
 Poires, de 40c à 50c le panier.
 Pêches, 40c le grand panier.
 Pêches, 35c le petit panier.
 Prunes, 35c le panier.
 Prunes, 25c le demi-panier.
 Raisin rouge, \$2.50 le crate.
 Raisin rouge, 45c le panier.
 Raisin bleu, 30c le panier.
 Raisin bleu, \$1.60 à \$1.75 le crate.

PEAUX VERTES

Le marché fait preuve d'une certaine activité: les prix précédents sont en vigueur.

Nous cotons:

Bœuf, No 1, 9c et No 2, 8c; taureaux, 7c; veaux, No 1, 11c et No 2, 9c la lb; peaux de mouton, 55c pièce; chevaux No 1, \$2.00; No 2, \$1.50 et No 3, \$1.00 la peau.

BOISSONS MOUSSEUSES DE LAIT

Parmi les diverses boissons mousseuses que l'on obtient avec le lait, il en est deux qui jouissent d'une grande réputation au point de vue thérapeutique et qu'il convient de signaler d'une façon toute spéciale. Ce sont le koumyss et le kéfir.

Le koumyss, qui est la principale boisson d'un grand nombre de peuplades de la Russie méridionale et des steppes de l'Asie centrale, s'obtient généralement avec du lait de jument, soit en mélangeant à du lait frais une partie de koumyss précédemment préparé et qui joue ainsi le rôle d'un véritable levain, soit en incorporant au lait de la semence séchée de koumyss. Il faut agiter et remuer fréquemment les bouteilles, la qualité du produit en dépend. Il se manifeste une fermentation et le produit est de force variable suivant qu'on laisse cette fermentation se faire pendant un, deux ou trois jours. Le koumyss est un liquide de couleur blanche, laiteux, mousseux, de goût acidulé et piquant. Il a joui pendant quelque temps d'une grande vogue dans le traitement de certaines maladies telles que les affections de poitrine ou d'estomac, l'anémie, etc... Aujourd'hui on lui préfère le kéfir que l'on prépare avec du lait de vache, de chèvre ou de brebis.

Le kéfir est originaire des montagnes du Caucase dont les populations ont gardé pendant longtemps avec un soin jaloux le secret de la fabrication. De même qu'il a été dit pour le koumyss, on peut préparer le kéfir soit en mélangeant à du lait frais une partie de kéfir déjà préparé, soit en ayant recours à de la se-

mence séchée de kéfir. Cette semence se trouve dans le commerce à l'état d'un produit plus ou moins pâteux, jaunâtre et dénommé grains de kéfir. On peut s'en procurer dans les pharmacies. Ces grains de kéfir sont un agrégat mucilagineux de deux ferments vivant à l'état de symbiose. L'un de ces ferments est une bactérie et a reçu le nom de "Dispora Caucasicus" ou de "Bacillus Caucasicus", l'autre est une levure du genre saccharomyces. La levure produit de l'alcool et de l'acide carbonique, la bactérie de l'acide lactique. La levure, de plus, sécrète un principe diastasique, la lactase, capable de transformer le lactose du lait en deux glucoses, le dextrose et le galactose, condition préliminaire nécessaire de la fermentation. La substance gélatineuse agglutinante est sécrétée par la bactérie. Dans les grains de kéfir du commerce les deux ferments sont à l'état de vie ralentie, il faut les ranimer. C'est pourquoi avant de les utiliser directement on place d'abord les grains de kéfir à tremper dans de l'eau tiède à la température de 32 à 35° C. que l'on renouvelle à différentes reprises pendant cinq à six heures, au bout desquelles les grains, qui sont ainsi lavés et gonflés, sont enlevés de l'eau et placés dans environ dix fois leur poids de lait de bonne qualité préalablement bouilli et refroidi à la température de 20° C. que l'on maintient constante pendant la durée de l'opération; on agite de temps en temps et on remplace le lait toutes les vingt-quatre heures en ayant soin, à chaque changement de lait, de bien laver les grains à l'eau tiède pour les débarrasser des matières albuminoïdes. Au bout de cinq à six jours les grains de kéfir suffisamment gonflés montent à la surface et peuvent dès lors être employés. Pour cela, on les met dans un vase largement ouvert contenant du lait de bonne qualité préalablement bouilli ou stérilisé, écrémé et refroidi à la température de 20° C. que l'on maintient constante, on met une cuillerée à bouche de grains par demi-litre de lait. Il est préférable d'ajouter le lait peu à peu en agitant de temps en temps. Au bout de vingt-quatre heures on filtre le liquide à travers un tamis ou un linge qui retiennent les grains, et on remplit aux trois quarts des bouteilles à fermeture mécanique, analogues aux canettes de bière. Ces bouteilles bien bouchées sont mises couchées dans un local frais et agitées très fréquemment. Au bout de vingt-quatre heures on aura du kéfir doux ou kéfir No 1; au bout de quarante-huit heures du kéfir moyen ou kéfir No 2 et au bout de soixante à soixante-douze heures du kéfir fort ou kéfir No 3. Quant aux grains de kéfir, retenus par le tamis, ils doivent être bien lavés et peuvent resservir longtemps pour de nouvelles préparations.

Lorsqu'on a ainsi préparé un certain nombre de bouteilles de kéfir, on peut continuer à en préparer en ne consommant que la moitié ou les deux tiers du liquide de chaque bouteille que l'on remplace par du lait frais. On agite plusieurs fois par jour et au bout de deux ou trois jours on recommence.

Le bon kéfir doit avoir une écume persistante pendant quelque temps, un goût aigre-doux et ne présenter en suspension que de minces débris de caséine coagulée. Les matières albuminoïdes du lait s'y trouvent peptonisées, rendues plus assimilables, plus digestibles et c'est pourquoi le kéfir convient aux malades et aux convalescents, ainsi qu'aux enfants. On ordonne souvent le kéfir aux dyspeptiques, aux anémiques, aux phtisiques, etc... et depuis un certain nombre d'années on fait des cures au kéfir.

On peut citer encore comme boisson mousseuse de lait le produit connu sous le nom de "galazyme", que l'on obtient avec du lait dans lequel on détermine une fermentation en y incorporant du sucre de canne et de la levure de bière. Deschiens a donné pour la préparation de ce produit la formule suivante: On prend 4 grammes de bonne levure haute de grains et 10 grammes de sucre, on dissout le tout dans un peu d'eau, on verse le mélange dans un litre de lait contenu dans une bouteille que l'on ferme ensuite hermétiquement. On agite et le lendemain on a une boisson pétillante.

Il n'y a pas de doute que c'est le marchand qui, le plus souvent, dit la vérité, qui est cru le plus souvent.

Personnel

M. Armand Chaput, de la maison L. Chaput Fils et Cie est de retour à Montréal après avoir passé une quinzaine de jours dans le Nord de la Province.

Cours d'Esperanto

Aujourd'hui vendredi, 11 septembre, commence un cours préliminaire d'Esperanto, au No 137a rue Ste Elizabeth, coin Ste Catherine, à huit heures du soir, qui sera continué tous les vendredis.

Prière à tous ceux qui désirent apprendre la langue internationale de ne pas manquer la première séance. M. L. Hugo Gilbert, traducteur, a bien voulu se charger de ce cours qui, comme tous les autres, est absolument gratuit. Les dames sont spécialement invitées.

Les jeunes gens qui se destinent au commerce et les employés de commerce devraient profiter de ces cours, l'usage de l'Esperanto se répandant chaque jour davantage dans la correspondance entre commerçants de pays étrangers.

Le désagrément est le frère siamois d'une annonce mensongère: vous ne pouvez pas les séparer.