

### La conservation des fruits par le séchage

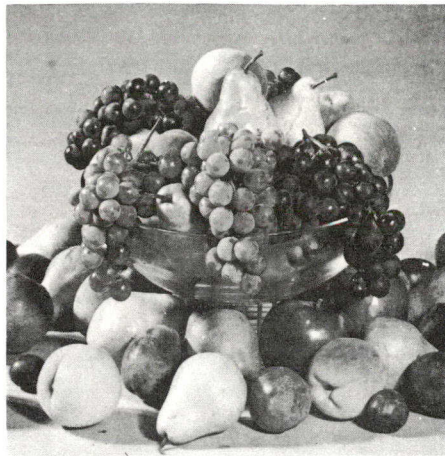
Délaissé depuis plusieurs années au profit des conserves et de la congélation, le séchage des aliments jouit aujourd'hui d'un regain d'intérêt à cause de ses nombreux avantages. En effet il exige peu de travail; l'entreposage ne requiert pas d'installations spéciales, prend peu d'espace, et ne nécessite aucun contenant coûteux.

Les fruits séchés, plus nutritifs que la plupart des confiseries, font un excellent produit maison. Ce sont des friandises bon marché et riches en énergie.

#### Technique de séchage

Il s'agit, en gros, de faire sécher les aliments, soit au soleil, soit à basse température dans le four d'une cuisine ou dans un appareil fabriqué à cette fin.

A une Station de recherches du ministère de l'Agriculture, on a utilisé



une armoire en contre-plaqué de fabrication domestique, chauffée par quatre ampoules de 60 watts et pouvant garder les fruits à la température idéale de 45°C (110°F) de 24 à 48 heures. Il a été possible d'y déshydrater, dans une seule fois, six livres d'abricots qui ont donné une livre de fruits deséchés.

Il est également important de bien

suivre les recommandations suivantes: laisser mûrir les fruits pour qu'ils atteignent leur teneur maximale en sucre; les exposer ensuite à des vapeurs de soufre ou les chauffer dans un sirop, pour conserver leur couleur et leur valeur alimentaire; les laisser sécher jusqu'à ce qu'ils présentent une texture à la fois souple et tannée, mais surveiller pour éviter qu'ils ne brûlent; conserver dans un endroit obscur dans des sacs de plastique ou des bocaux hermétiques; il est inutile de les garder au congélateur.

Les fruits à chair ferme, pommes, abricots, pêches, pruneaux et cerises douces, se prêtent bien au séchage.

Enfin, même si la méthode est assez simple, il est essentiel de connaître certaines spécifications sur le temps de séchage et le prétraitement de chaque fruit ou légume.

Pour tous renseignements à ce sujet, s'adresser aux:

Services consultatifs de l'alimentation  
Ministère de l'Agriculture  
Ottawa (Ontario) Canada.

### Histoire du Canada en images

Les onze premiers volumes de la série *Histoire du Canada en images* publiés l'année dernière ont suscité chez plusieurs Canadiens un vif intérêt pour l'histoire.

Dix autres cahiers s'ajoutent cette année à cette série qui a connu un grand succès. Au fur et à mesure que ces études paraîtront, la structure thématique, fondement de ce projet, deviendra de plus en plus évidente. Ce concept d'interdépendance constitue le cœur même de la collection. Les thèmes nationaux dépassent les frontières régionales, de sorte que l'étudiant apprend à développer une appréciation des nombreuses richesses que représente la diversité historique du Canada.

Chaque volume de *Histoire du Canada en images* comprend un jeu de 30 diapositives plus un livret bilingue, et s'adresse aux étudiants du cours secondaire et collégial. Des historiens bien connus y ont travaillé, tant au niveau du choix minutieux des sujets et photographies qu'à celui de la rédaction du livret. Ce dernier fournit un bref aperçu du sujet traité, auquel on a joint des commentaires explicatifs sur les diapositives, des suggestions de lectures et de projets de travaux.

Les sujets ont été judicieusement choisis et constituent les Volumes 1 à 21 de la Série I. D'autres séries sont en préparation; elles constitueront un tableau unique en son genre de l'évolution de la société canadienne.

*Histoire du Canada en images* est à la fois un retour vers le passé et une porte ouverte sur l'avenir.

(Les commandes doivent être adressées à:  
La Société Secas internationale, 400 est, rue  
Notre-Dame; Montréal (Québec) H2Y 1C8.

### Indice des prix à la consommation

(L'indice des prix à la consommation de chaque agglomération urbaine mesure les variations de prix d'une période à l'autre à l'intérieur de cette agglomération. Ils indiquent le mouvement des prix dans chacune d'elles, mais non pas la disparité des prix entre les agglomérations.)

De juin à juillet, l'indice des prix à la consommation a progressé dans toutes les agglomérations, les hausses variant de 0.1% à Winnipeg à 0.6% à Halifax et Montréal. Ces augmentations sont attribuables en grande partie à l'accroissement des frais de logement, tant de propriété que de location. Les prix des chambres d'hôtel et de motel et les tarifs ferroviaires ont enregistré

une hausse saisonnière; les frais d'aide ménagère ont aussi augmenté. Le mouvement des prix des aliments consommés à la maison a varié selon les régions du pays, le prix des légumes frais augmentant un peu partout.

Nous donnons ici le taux de progression des prix dans les principales villes du Canada durant l'année écoulée (juillet 1975 à juillet 1976):

Saint-Jean (T.-N.): progression de 7.9%.

Halifax (N.-É.): progression de 8.5%.

Saint-Jean (N.-B.): progression de 6.6%.

Québec (Québec): progression de 6.2%.

Montréal (Québec): progression de 6.0%.

Ottawa (Ont.): progression de 7.0%.

Toronto (Ont.): progression de 6.5%.

Thunder Bay (Ont.): progression de 8.4%.

Winnipeg (Manitoba): progression de 8.0%.

Saskatoon (Sask.): progression de 7.6%.

Regina (Sask.): progression de 8.4%.

Edmonton (Alberta): progression de 7.1%.

Calgary (Alberta): progression de 7.9%.

Vancouver (C.-B.): progression de 9.1%.