

ont été données à intervalles assez rapprochés est une garantie qu'elle saurait en profiter.

Nous connaissons pour notre part, nombre de personnes qui ont mangé tout l'hiver les conserves qu'elles avaient faites d'après les instructions du département de l'agriculture.

Nous croyons qu'un nombre plus grand profitera, cette année, de l'expérience acquise, et que cette mise en conserves est une économie sérieuse qui permet d'utiliser tous les produits du jardin et les légumes quand ils sont en abondance.

#### Ginevra.

"Le Soleil".

#### L'EXPOSITION PROVINCIALE DE QUEBEC.

Les préparatifs de la grande Exposition Provinciale continuent avec un succès qui laisse indubitablement entrevoir que le prochain événement qui rassemblera tous les cultivateurs de la province dans le Parc de l'Exposition de Québec, du 28 août au 6 septembre, établira un record quant aux exhibits et à l'assistance.

Déjà, la plupart des espaces sont loués à des compagnies, des associations agricoles, des maisons de commerce et des particuliers. Les experts agricoles du département de l'Agriculture fédéral et provincial ont commencé à préparer leurs diverses démonstrations qui présenteront cette année, un intérêt capital.

Les fêtes du Mérite Agricole seront particulièrement intéressantes à cause surtout du nombre inusité des concurrents du concours de cette année. Les juges ont commencé leur tournée dans les comtés de la division No. 5, par le comté de Portneuf, la semaine dernière. Ils ont une rude besogne à accomplir mais on espère qu'ils l'auront terminée vers le milieu d'août alors que le rapport général sera publié faisant connaître les heureux lauréats et diplômés. On attend, cette semaine, au département de l'agriculture, un premier rapport du secrétaire, M. Marsan, qui dira l'itinéraire que suivront les juges pour le reste de la division.

On demande de partout depuis quelques jours, des exemplaires de la Liste des Prix qui seront accordés cette année. C'est un signe que l'on s'intéresse grandement à l'événement de la fin d'août prochain. Le fait que tous les honoraires d'inscription sont entièrement abolis encore cette année stimule au plus haut point ceux qui désirent exposer. Ils savent que ceci constitue un avantage qu'aucune autre exposition dans la province ni ailleurs ne présente.

Nous croyons savoir que la Commission de l'Exposition est à faire des arrangements avec toutes les compagnies de chemins de fer pour réduire considérablement les taux de transport pendant la grande semaine de l'Exposition qui sera celle du "Retour à Québec".

## Au Foyer Féminin

#### "RECITS LAURENTIENS",

**Contes et nouvelles du terroir, par le Fr. Marie-Victorin des E. C., Montréal, 1919.**

"Hâtons-nous, disait Charles Nodier, hâtons-nous de raconter les délicieuses histoires du passé de peur qu'elles se perdent dans l'oubli!"

Ceux de nos écrivains qui, depuis soixante ans, se sont préoccupés d'inscrire en marge de notre histoire les chroniques et les légendes qui la complètent, ont ouvert à notre inspiration ses sources les plus vives et les plus abondantes. Si tous n'ont pas été pareillement sincères, si toutes leurs œuvres n'ont pas brillé d'un même reflet de beauté, du moins savons-nous que leurs écrits restent précieux à la génération qui monte et constituent le patrimoine inépuisable où nous puiserons l'aliment le plus riche et le plus substantiel à notre enthousiasme et à notre patriotisme.

Le Frère Marie-Victorin, des Ecoles Chrétiennes, vient d'ajouter à ces trésors de nos lettres originales une gerbe de récits qui fleurent bien bon le terroir laurentien.

Est-ce pour nous être retrouvé en des décors déjà familiers que nous avons goûté davantage ces récits?.... Est-ce à cause de l'amour qui nous attache à cette "grande amie", la terre laurentienne, à laquelle l'écrivain voue lui-même un culte si touchant?—En tout cas, nous avons réalisé, de pleine conscience, que la lecture de ce beau livre a su et saura ressusciter, en ceux qui ont eu le bonheur de grandir sous un ciel champêtre, les impressions les plus heureuses avec leurs bienfaisants souvenirs.

Quoi de plus savoureux, en effet, que cette "Corvée des Hamel", pièce primée, si j'ai bonne mémoire, à l'un des concours annuels de la Société St-Jean-Baptiste! Et quoi de plus joli dans sa simplicité que "le Rosier de la Vierge"!.... Mais aussi, nous connaissons peu de pages chez nos meilleurs chroniqueurs que "la Croix de Saint-Norbert", que "Jacques Moillé" et que "le Colon Levesque"! Et je ne crois pas qu'on ait su mieux piquer le grain de philosophie pratique que l'a fait le Frère Victorin, dans ses récits intitulés "Sur le Renchaussage", "Charles Roux", "Ne vend pas la Terre" et "Peuple sans Histoire"!

Comme il convenait à un livre de ce genre, l'auteur, sans effort apparent du reste, a laissé parler toute son âme de terrien ressaisie par la vaste nature qu'il

affectionne et qu'il comprend jusqu'en ses secrets botaniques.

Car, ce n'est pas lui qui veut jeter son cri dans la multitude des êtres, c'est la nature qui parle en lui, la nature fraîche, sans voiles et sans artifices, et c'est pourquoi cet écrivain plaira à tous comme Montaigne plaisait. "Un parler simple et naïf, tel sur le papier qu'à la bouche".

Aussi, le délicieux poète et le bon patriote qu'est Albert Ferland a-t-il saisi avec bonheur l'occasion de dire encore une fois son admiration pour les choses qui sont bien de chez-nous, en servant de parrain à l'un des plus récents, et non des moins élégants, ouvriers attachés à la vigne des Belles-Lettres canadiennes-françaises.

Les "Récits Laurentiens" figureront bien dignement à la suite des mémoires et des chroniques de Taché, Larue, Legendre, Buiés et Faucher de St-Maurice, et non moins justement à côté des plus beaux livres de l'abbé Groulx, d'Adjutor Rivard, de Madeleine et de Michelle Le Normand.

Alphonse Désilets.

#### LE BON PAIN DE CHEZ NOUS

Nous avons eu le plaisir d'assister à une démonstration sur la manière de faire le pain avec la farine naturelle.

Cette démonstration était faite pour le bénéfice des conférencières qui donnent les cours abrégés d'enseignement ménager, et c'est M. Désilets, le directeur des cours abrégés d'agriculture, qui avait bien voulu nous faire cette invitation parce qu'il sait tout l'intérêt que nous portons au retour vers le bon pain, dont le Dr Nadeau dans sa brochure de "La grande erreur du pain blanc" s'est fait le défenseur.

Son livre a été toute une révélation pour une armée de dyspeptiques qui n'avaient plus d'espoir que dans l'usage journalier de pilules de toutes descriptions et qui agravaient leur mal en tentant de le guérir.

Le bon pain brun, fait avec la farine blutée à 85%, c'est la nourriture qui a fait de nos pères une saine et forte race, et il faut lui donner la place d'honneur sur nos tables, si nous voulons que les générations futures valent celles du passé.

Au moment où se faisait cette campagne en faveur du pain brun nous n'avions pas à Québec de farine naturelle véritable et nombre de personnes décidées à adopter ce pain ont dû y renoncer. Aujourd'hui, cette difficulté est surmontée et l'on peut avoir à prix presque égal la farine blutée à 85%.

On se fait un épouvantail de boulanger et de cuire son pain. La chose est toute simple et nous donnons ci-après une excellente recette, précisément celle que nous avons vu essayer sous nos yeux, et dont nous avons pu goûter les excellents résultats.