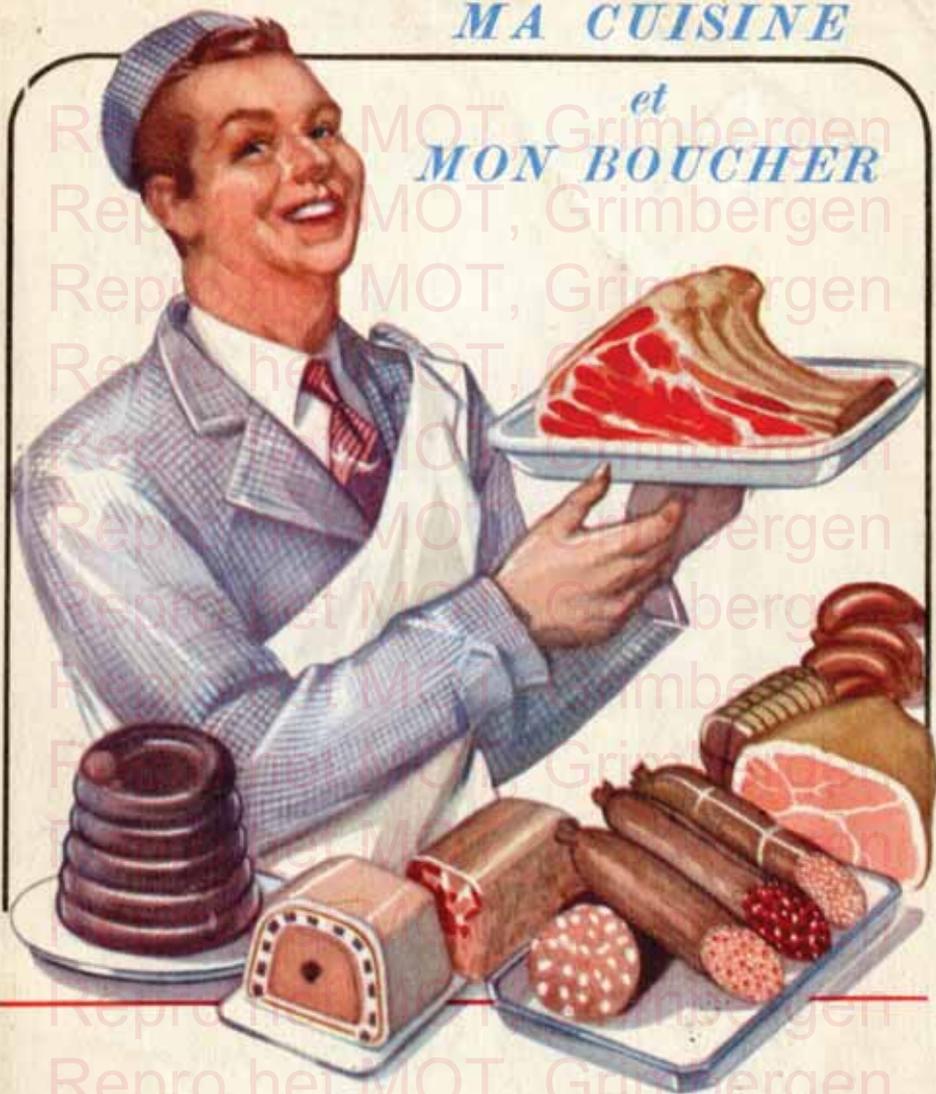


MA CUISINE

et MON BOUCHER



JDavid

BOUCHERIE - MOUTONNERIE de 1^{er} Ordre

Maison P. DE SOMME

14. avenue du Prince Héritier — WOLUWE - St - LAMBERT

TEL. 70.55.90

SERVICE A DOMICILE RAPIDE & SOIGNE

MAYONNAISE & VINAIGRE DE VIN

D . L

Toujours fraîche et
savoureuse, par la
fermeture sous vide.

Pur et clair
aromatique et doux.

PRODUITS

DEVOS - LEMMENS

HOBOKEN

AVEC TIMBRE HISTORIA !

Madame,

Ce petit livre de recettes culinaires a été conçu pour vous en tenant compte de l'adage : « POUR TOUS LES GOUTS ET POUR TOUTES LES BOURSES ».

Notre but est de vous permettre, à l'aide de produits de première qualité, de cuisiner mieux en dépensant moins.

Il n'y a pas de fêtes sans viandes et vous pouvez vous convaincre vous même que les plats de viande sont les plus appréciés par les convives.

Nous désirons simplement vous démontrer que ces préparations sont à la portée de tous et vous permettre de préparer certaines viandes qui n'auront rien à craindre d'une comparaison avec quelque autre plat, quel qu'il soit.

Notre intention est de vous être utile et de vous donner l'occasion, de créer beaucoup de joie autour de vous.

Madame, votre boucher-charcutier vous remercie de votre attention et vous souhaite à vous et aux vôtres

UN JOYEUX NOEL et

UNE HEUREUSE ANNEE

Votre boucher.

SOMMAIRE

	Pages
Dénominations culinaires	3
Les sauces	4
Les aimez-vous ?	6
Les potages	7
Hors-d'œuvre	8
Le bœuf	10
Le veau	12
Le porc	14
Volaille et gibier	16
Les poissons	18
Les légumes	20
Les pâtes	22
Comment servir les vins	23
Pâtisserie	24
Utilité du vinaigre	26
Quand nous recevons nos amis	27
La peinture	28
La teinture	29
Procédé pour enlever les taches	30
Contrepoisons et premiers secours	31

DENOMINATIONS CULINAIRES

Afin de faciliter la compréhension des recettes et d'éviter de devoir à chaque instant entrer dans les détails, nous vous donnons ici la signification de quelques termes culinaires des plus courants.

BOUQUET GARNI : c'est un ensemble de persil, thym et laurier ficelé ensemble et que l'on retire de la préparation avant de servir.

MIREPOIX : c'est un ensemble composé de thym, laurier, carottes, oignons et lard maigre, le tout coupé en petits morceaux que l'on fait colorer au beurre.

LIER : c'est incorporer, avant de servir, à une sauce ou à un potage, soit un féculent, soit des jaunes d'œufs crus délayés dans un peu de liquide et ceci afin d'épaissir quelque peu la sauce ou le potage.

BRASER : c'est cuire des viandes ou des légumes dans un peu de liquide et ceci sur feu lent et à casserole couverte.

BAIN-MARIE : c'est placer un récipient contenant une composition qui doit cuire sans bouillir ou qui doit

rester au chaud, dans un autre récipient plus grand contenant de l'eau très chaude.

NAPPER : c'est recouvrir un mets d'une sauce très épaisse.

PANER : c'est tremper dans de l'œuf battu et ensuite dans la chapelure.

APPAREIL : mélange de différents produits qui forment une nouvelle préparation. — Ex. : un appareil à fondus.

REDUIRE : c'est rendre un liquide plus épais par une ébullition rapide.
Ex. : réduire une sauce, un bouillon.

SAUTE : c'est cuire vivement à plein feu.

DRESSER : c'est disposer avec goût une préparation sur le plat qui doit servir à la présentation.

RAFRAICHIR : c'est plonger dans l'eau froide des aliments qu'on a cuits; se fait généralement avec les légumes verts pour les empêcher de jaunir.



LES SAUCES

SAUCES CHAUDES

LA SAUCE BECHAMEL.

Cette sauce qui se prête à de multiples opérations, s'harmonise aussi bien avec les œufs, le poisson, les pâtes, la viande, qu'avec la volaille et les légumes; au point de vue économique, elle peut être considérée comme la Reine des sauces.

Faites fondre dans une casserole une cuiller à soupe de beurre et ajoutez en mélangeant au fouet la même quantité de farine. Ayant obtenu une pâte épaisse, incorporez-y, toujours en mélangeant au fouet 1/4 de litre de lait bouillant, assaisonnez ensuite de poivre et sel; terminez en ajoutant, hors de feu, un ou deux jaunes d'œuf en remuant bien au fouet.

Selon la quantité de lait que vous utiliserez, vous obtiendrez une Béchamel concentrée ou liquide.

SAUCE AU BEURRE.

Mélangez à une cuiller à soupe de beurre que vous aurez fait fondre, la même quantité de farine; ajoutez ensuite en mélangeant au fouet 1/4 de litre d'eau chaude et faites entrer en ébullition; au premier bouillon, retirez du feu et ajoutez en mélangeant au fouet 2 ou 3 jaunes d'œufs; remet-

tez au feu, en évitant l'ébullition, et en remuant ajoutez une cuiller à soupe de beurre et finissez avec le jus d'un citron.

SAUCE HOLLANDAISE.

Mettez dans une casserole 3 cuillers à soupe de beurre divisé en petits morceaux, quatre jaunes d'œufs, deux cuillers à soupe d'eau froide et le jus d'un citron.

Mettez cette casserole au bain-marie et fouettez sans cesse; au bout d'une dizaine de minutes votre sauce aura acquis le double de son volume primitif; veillez surtout à ne pas laisser bouillir.

SAUCE BEARNAISE.

Mettez dans une petite casserole avec 4 cuillers à soupe de vin blanc sec et deux cuillers à soupe de vinaigre de vin, une échalote moyenne grossièrement hachée et 4 boules de poivre écrasées; laissez bouillir et réduire de moitié, puis passez au tamis.

D'autre part, faites fondre une cuiller à bouche de beurre et mélangez-y au fouet une même quantité de farine; toujours en mélangeant au fouet, incor-

ACHETEZ CHEZ VOTRE BOUCHER

porez-y votre jus passé au tamis, allongez avec un peu d'eau si nécessaire et, tout en fouettant, faites entrer en ébullition. A ce moment, vous retirez votre casserole du feu et vous ajoutez, en fouettant vivement, un ou deux jaunes d'œufs en veillant à ne plus faire bouillir.

SAUCE COLBERT.

Dans une casserole que vous mettez au bain-marie, faites fondre une cuiller à soupe d'extrait de viande. (Oxo ou Liebig).

Celui-ci fondu, ajoutez, en remuant vivement avec un fouet ou une cuiller en bois, trois cuillers à soupe de beurre frais; finissez votre sauce en ajoutant le jus d'un citron et un peu de persil haché.

SAUCE PIQUANTE.

Faites fondre une cuiller à soupe de beurre et mélangez-y, au fouet, une même quantité de farine, continuez à mélanger à feu doux jusqu'à ce que votre mélange prenne une teinte brune; allongez alors avec du jus ou du bouillon que vous aurez préparé en délayant une cuiller à dessert de Liebig ou Oxo dans un peu d'eau.

D'autre part, hachez une échalote que vous mettez dans une petite casserole avec une cuiller à soupe de vinaigre et faites réduire de moitié en mettant quelques minutes à plein feu; ajoutez ensuite à votre sauce et complétez hors du feu, avec deux cuillérées de cornichons, persil et estragons hachés.

SAUCES FROIDES

SAUCE MAYONNAISE.

Veillez toujours à ce que votre huile ne soit pas figée, ce qui arrive à 2 et 3 degrés au-dessus de zéro; l'huile

figée ne se lie pas immédiatement à la sauce et celle-ci tournerait. Le point le plus important pour réussir la mayonnaise est de verser l'huile au début goutte à goutte.

Battez dans une terrine au moyen d'un fouet, un jaune d'œuf bien frais, mélangez-y goutte à goutte une cuiller à bouche d'huile, puis le sel nécessaire et quelques gouttes de vinaigre ou jus de citron; continuez alors à verser l'huile et terminez en ajoutant le vinaigre ou citron nécessaire ainsi qu'un peu de moutarde.

S'il vous arrive que la mayonnaise se décompose, mettez dans une terrine 3 à 4 gouttes d'eau froide et ajoutez-y la sauce peu à peu sans cesser de tourner.

Un autre procédé qui donne une réussite certaine consiste à ajouter au jaune battu, un jaune d'œuf dur passé au tamis.

SAUCE REMOULADE.

Ajouter à une mayonnaise, du cerfeuil, du persil, de l'estragon et 1 ou 2 concombres, le tout finement haché.

SAUCE TARTARE.

Ajoutez à une mayonnaise bien assaisonnée un oignon, des câpres et des cornichons, le tout finement haché.

SAUCE RICHE.

Excellente avec du poisson froid.

Passer au tamis deux jaunes d'œufs cuits durs et les laitances de deux harengs; la laitance est la substance blanche et molle qui se trouve dans les poissons mâles.

Travaillez ce mélange comme une mayonnaise en ajoutant 3 cuillers à bouche d'huile et une de vinaigre, finissez en ajoutant un peu d'échalote et de persil finement hachés.

LES AIMEZ-VOUS ?

Le CHAMPIGNON a de multiples utilisations dans les préparations culinaires ; il est utilisé pour certains potages, comme hors-d'œuvre, comme garnitures et comme légume.

Lorsque les champignons sont destinés à des garnitures avec sauces blanches, ils doivent être pelés finement, en arrachant la pelure par lanières ; ceux destinés à être sautés au beurre ou grillés ne se pèlent pas.

CUISSON :

Laver les champignons à grande eau, les égoutter et les éponger ; couper les queues à ras de têtes et peler celles-ci.

Pour 250 grs de champignons, mettre dans une casserole 1/2 décilitre d'eau, une pincée de sel, 20 grs de beurre et 1/4 de citron ; faire bouillir et ajouter les champignons, couvrir la casserole et faire bouillir fortement durant 5 minutes s'ils sont petits, 7 minutes s'ils sont de grosseur moyenne ; ces minutes sont à compter depuis le moment de reprise de l'ébullition.

Etant cuits, déposez-les dans une terrine et recouvrir d'un papier beurré ; le jus dans lequel vous avez cuit les champignons est utilisé pour les sauces.

CHAMPIGNONS cuits en salade.

Après les avoir nettoyés, lavés et coupés en minces lamelles, mettez-les dans une casserole dans laquelle vous aurez fait fondre un bon morceau de beurre ; poivrez et salez et mettez à plein feu durant 5 minutes.

Laissez ensuite refroidir et liez-les à une sauce mayonnaise ; dressez sur croûtons de pain rissolés au beurre et garnir d'œuf dur, blanc et jaune, finement haché que l'on saupoudre d'un peu de persil également finement haché.

SAUCE CHAMPIGNONS à la Provençale.

Faire blondir dans 3 cuillerées d'huile 2 cuillers à café d'oignons finement hachés et une petite gousse d'ail ; les ayant lavés et émincés, ajouter 300 grs de champignons crus que vous laissez étuver quelques instants avec l'oignon ; ajouter ensuite 300 grs de tomates pelées et hachées ainsi qu'un décilitre de vin blanc, poivre, sel et persil haché. Laisser cuire à petit feu et à casserole couverte durant 25 à 30 minutes ; retirer ensuite la gousse d'ail.

OMELETTE aux champignons.

Pour une omelette de 2 œufs, faites rissoler légèrement au beurre, 20 grs de champignons lavés et non pelés. Battez les œufs juste ce qu'il faut pour assurer le mélange des blancs et des jaunes et mélangez-y les champignons.

Faites fondre à la noisette une noix de beurre, versez les œufs et faites l'omelette comme à l'habitude et renversez-la sur un plat au moment de servir.

SOUPE AUX POIS.

Pour 8 à 10 personnes.

Faites un bouillon comme indiqué à la soupe Julienne.

Lorsque votre bouillon aura été bien écumé, vous y ajoutez 350 gr. de pois secs que vous aurez mis à tremper dans l'eau depuis la veille; vous y ajouterez, bien lavés et coupés en morceaux, 1 botte de poireaux et 2 oignons; après avoir bien laissé bouillir pendant 2 heures, vous passez le potage au tamis.

On sert généralement avec ce potage, des petits dés de mie de pain frit au beurre ou à la graisse.

BOUILLON.

Le meilleur bouillon est fait avec de la viande de bœuf; on peut, cependant, aussi faire d'excellent bouillon, soit avec une poule, soit avec des os.

Bouillon pour 8 à 10 personnes :

Dans 5 litres d'eau froide mettez 500 gr. de bouilli de bœuf, une cuiller à soupe de sel et une quinzaine de petites boules de poivre en grain que vous aurez préalablement enfermées dans un petit sac en toile; faites bouillir durant une heure environ en écumant régulièrement.

Vous aurez, d'autre part, nettoyé, lavé et coupé en morceaux une carotte moyenne, un céleri entier, une demi botte de poireaux et trois oignons; joignez à ces légumes un bouquet garni et versez le tout dans votre bouillon; après avoir fait bouillir le tout durant deux heures, vous passez le potage au tamis en ayant eu soin d'enlever au préalable le petit sac contenant le poivre.

BOUILLON DE POULE.

Pour 8 à 10 personnes.

Dans une casserole contenant 5 litres d'eau froide, vous mettez une poule d'environ 2 kilos, une cuiller à soupe de sel et quelques petites boules de poivre en grain que vous aurez enfermées dans un petit sac de toile.

Après une heure d'ébullition, durant laquelle vous aurez écumé soigneuse-

LES POTAGES

ment, vous enlevez 4 louches de bouillon que vous mettez dans une autre casserole.

Prenez ensuite un céleri blanc, 2 poireaux, un oignon; après avoir coupé ces légumes en trois et y avoir ajouté un bouquet garni, vous mettez le tout dans les 4 louches de bouillon que vous avez mis à part; vous faites bouillir durant 1 1/2 h. environ et vous passez au tamis en n'oubliant pas, au préalable, d'enlever le petit sac contenant le poivre; ceci terminé, vous remettez le tout dans votre bouillon.

SOUPE JULIENNE.

Pour 8 à 10 personnes.

Dans 5 litres d'eau froide mettez 500 gr. de bouilli ou d'os de bœuf et une cuiller à soupe de sel; faites bouillir durant une bonne heure en écumant soigneusement.

Coupez ensuite en petits dés : 2 céleris, 1/2 botte de poireaux, une grosse carotte, 2 oignons, 3 pommes de terre et un bouquet garni; ajoutez le tout au bouillon et laissez bouillir durant 1/2 heure.

Ce potage ne doit pas être passé au tamis.

POTAGE AUX POIREAUX.

Pour 8 à 10 personnes.

Faites un bouillon comme indiqué à la soupe Julienne.

Après les avoir nettoyés et lavés, coupez en morceaux 5 poireaux, 4 pommes de terre et 3 oignons; ajoutez le tout à votre bouillon, laissez cuire 2 heures et passez au tamis.

D'autre part, faites colorer au beurre le blanc de deux poireaux que vous aurez coupé en tout petits morceaux; ajoutez un peu d'eau et laissez étuver durant 30 minutes; ajoutez alors le poireau étuvé à votre potage et faites bouillir à nouveau durant 10 minutes.



HORS-D'ŒUVRE

HORS-D'ŒUVRE FROIDS

ŒUFS FARCIS.

Epluchez des œufs durs et coupez-en la base et la pointe et retirez le jaune par le côté pointu, et ce, au moyen d'une petite cuiller. Travaillez les jaunes dans une terrine avec un peu de beurre, poivre, sel, persil haché et filets de sardines hachés.

Remplissez les blancs que vous avez évidés, au moyen de cette farce et placez-les debout sur les carrés de pain frit au beurre; garnissez votre plat de feuilles de salade, de tranches de tomates, d'un peu de crevettes et, pour finir, garnissez chaque œuf d'un peu de mayonnaise et de persil haché.

PLAT GARNI.

Garnissez le milieu d'un plat rond d'une salade de pommes de terre préparée de la façon suivante : mettez dans une terrine 1/2 kilo de pommes de terre froides que vous aurez coupées en petits dés, 1/4 oignon, 2 cornichons et un peu de persil, le tout finement haché; ajoutez poivre, sel, deux cuillères à soupe d'huile et une cuiller à dessert de vinaigre et mélangez bien le tout.

Dressez cette salade en forme de pyramide que vous garnirez d'asperge, de tranches de tomates et de demi-œufs durs; arrangez autour de cette

salade alternativement : deux sardines, deux tranches de saumon roulées, deux filets de hareng, et garnissez de feuilles de salade et de persil haché.

TOMATES FARCIES.

Choisissez quelques belles tomates et coupez horizontalement la tranche supérieure; videz partiellement les tomates, égouttez et assaisonnez de poivre et de sel.

Mélangez à une mayonnaise des crevettes fraîches ou du thon ou de la volaille et garnissez les tomates de ce mélange; recouvrez ensuite d'un peu de mayonnaise que vous garnissez de petits triangles découpés dans la tranche supérieure que vous aviez enlevée.

ASPERGES AU JAMBON.

Garnissez votre plat de feuilles de salade et dressez au milieu des asperges cuites coupées en trois et enroulées dans des tranches de jambon cuit; tout autour, garnissez votre plat alternativement de deux rondelles de tomates et d'un demi-œuf dur, parsemez ensuite les tranches de tomates de crevettes fraîches et recouvrez vos œufs durs d'une cuiller à café de mayonnaise, et finissez avec quelques pincées de persil haché finement.

ACHETEZ CHEZ VOTRE BOUCHER

HORS-D'ŒUVRE CHAUDS

BOUCHEES A LA REINE.

Les bouchées ou vidés sont rarement confectionnés par la ménagère, on se les procure chez le pâtissier et on se contente de les garnir. La garniture des bouchées est variée et, pour ce faire, on peut utiliser des restes de poisson ou de volaille ainsi que de viande blanche.

Faites une béchamel bien liée, poivrez, salez, et hors de feu incorporez-y un ou deux jaunes d'œufs; si vous faites des bouchées de volaille, vous coupez en petits dés quelques morceaux de blanc; on y ajoute généralement aussi quelques champignons cuits, également coupés en petits dés; ces blancs et ces champignons vous les incorporez à votre béchamel et, au moment de servir, vous garnissez vos bouchées que vous aurez, au préalable, mises au four durant quelques minutes; les bouchées doivent se servir bien chaudes.

Pour des bouchées aux crevettes même préparation, mais vous remplacez la volaille et les champignons par des crevettes bien fraîches.

Plus économique est l'utilisation de coquilles qu'on peut se procurer chez les poissonniers; au lieu de bouchées, on garnit les coquilles, on les saupoudre de chapelure, on les couvre de deux ou trois parcelles de beurre et on les fait gratiner durant quelques minutes au four.

Si vous faites vos bouchées ou coquilles de poisson avec du poisson fraîchement bouilli et non avec des restes, il est préférable de faire votre béchamel avec le jus de cuisson de votre poisson en remplacement du lait.

FONDUS AU PARMESAN.

La forme des fondus devant leur être donnée à froid, il est préférable de préparer l'appareil dès la veille.

Faites fondre deux cuillers à soupe de beurre et ajoutez en mélangeant avec une cuiller en bois la même quantité de farine; dès que vous aurez obtenu une pâte épaisse, ajoutez, en mélangeant toujours bien, environ 1/2 litre de lait bouillant; nous disons environ 1/2 litre de lait, car votre béchamel doit être quelque peu concentrée, plus épaisse, que pour des bouchées ou des coquilles; il se peut donc que 1/3 de litre soit suffisant, et c'est à vous de veiller à ce que votre béchamel soit assez épaisse.

Votre béchamel terminée, vous assaisonnez de poivre, sel et muscade et vous y incorporez, hors du feu, deux jaunes d'œuf et 100 grammes de parmesan râpé; étalez cette composition sur un plat beurré, beurrez également le dessus et laissez refroidir dans un endroit frais, jusqu'au lendemain.

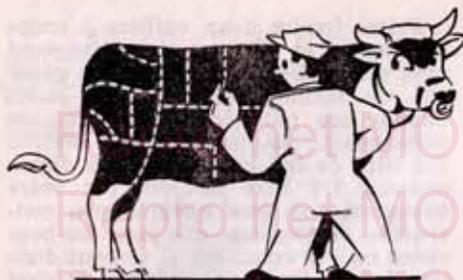
Détaillez alors votre préparation en rondelles de 5 cm. de diamètre environ, aplatissez-les, roulez-les dans la farine, du blanc d'œuf battu et dans la chapelure et plongez-les dans la friture bien chaude et servez sur serviette avec du persil frit.

ŒUFS POKES AU FROMAGE.

Dans de l'eau bouillante salée à laquelle vous aurez ajouté une cuiller à soupe de vinaigre, vous casserez les œufs à l'endroit où se produit l'ébullition; au bout de 2 à 3 minutes, vos œufs étant pochés, vous les retirez avec une écumoire et vous les déposez dans de l'eau tiède salée.

Faites fondre une cuiller à soupe de beurre auquel vous mélangez la même quantité de farine et vous ajoutez le lait chaud nécessaire pour obtenir une béchamel bien lisse; poivrez, salez, et hors du feu, ajoutez un jaune d'œuf et 50 gr. de fromage râpé et mélangez bien le tout. Placez ensuite vos œufs pochés sur des croûtons frits au beurre recouvrez chaque œuf d'une cuiller à soupe de votre béchamel au fromage, saupoudrez ensuite de fromage râpé, de chapelure et de quelques parcelles de beurre et passez durant quelques minutes au four avant de servir.

LES VIANDES



LE BŒUF

Le bœuf bouilli, ayant servi à la préparation du potage est assez souvent dédaigné, quoique quelques formules soient cependant savoureuses.

En voici une qui, je crois, sera bien accueillie.

BŒUF AU GRATIN.

Ajoutez poivre, sel et muscadé à un 1/2 kilo de bouilli finement haché; faites blondir au beurre une cuiller à soupe d'oignon haché, ajoutez-y le bouilli, une petite boîte de purée de tomate délayée dans un peu d'eau, une pincée de persil haché et mettez au feu doux durant une dizaine de minutes.

Versez alors le hachis dans un plat à gratin, égalisez et couvrez entièrement de purée de pommes de terre; saupoudrez de fromage râpé, de chapelure, de quelques parcelles de beurre et faites gratiner au four.

ROASTBEEF.

Temps de cuisson au four : environ 20 minutes par kilo de viande et à four bien chaud.

Faites blondir au beurre un oignon et une carotte émincés et ajoutez un bouquet garni, déposez-y votre viande et mettez à feu vif durant quelques minutes en retournant votre pièce pour la faire prendre sur toutes ses faces, ensuite assaisonnez de poivre et sel, et mettez au four à la chaleur moyenne en arrosant de temps à autre du jus de cuisson et en veillant à ne pas laisser brûler les légumes.

Etant cuit, le roastbeef est retiré du plat et tenu au chaud; ajoutez au fond de cuisson un verre de madère ou de vin blanc, allongez de bouillon s'il vous faut beaucoup de jus, faites bouillir quelques instants et passez le jus à la passoire.

Le roastbeef s'accompagne de un ou plusieurs légumes: pois, carottes, princesses ou asperges; si on sert plusieurs légumes on dira : « Filet de bœuf jardinière ».

TOURNEDOS CHAMPIGNONS

Cuire 3 à 4 champignons par personne; faites sauter les tournedos et dressez-les sur plat rond; ajoutez à votre fond de cuisson des champignons et faites bouillir quelques secondes; versez la sauce sur les tournedos que vous aurez garnis chacun de 3 à 4 champignons. Accompagnement : pomme purée.

CARBONNADES AUX HERBES.

Hachez ensemble un peu de cerfeuil, du persil, une feuille d'estragon, un cornichon et une cuiller à café de câpres.

Ayant assaisonné votre carbonnade de poivre et sel, passez chaque morceau dans la farine et faites rissoler des 2 côtés dans la graisse. Répandez ensuite les herbes hachées entre les carbonnades et ajoutez jusqu'à hauteur de la viande, du bouillon ou de l'eau et laissez cuire à feu doux durant une bonne heure.

LANGUE DE BŒUF BRAISÉE.

Laissez tremper un ou deux jours à l'avance dans de l'eau salée, une langue de bœuf bien nettoyée.

Mettez la langue dans une casserole et mouillez-la jusqu'à mi-hauteur d'eau un peu salée. Ajoutez : oignon, une carotte coupée, 1 céleri, du persil, du thym, une feuille de laurier, une pincée de poivre et un peu de vin blanc; laissez étuver à feu doux durant 1 h. 1/2, enlevez la peau qui enveloppe la langue, remettre sur le feu après avoir ajouté au jus un verre à vin de Madère.

Laissez à nouveau étuver durant une heure. Etant cuite à point, enlevez la langue de la casserole, passez le jus et liez-le légèrement en y mélangeant une cuillerée de farine.

Est généralement servi avec de la purée de pommes de terre.

POULETS SANS TÊTE.

Coupez en tranches, aussi minces que possible, 500 gr. de viande de bœuf.

Mélangez à 250 gr. de viande à saucisse une même quantité de mie de pain trempé dans du lait; ajoutez un œuf, un peu de persil et un oignon finement hachés. Assaisonnez les tranches de bœuf, divisez le hachis en parts égales que vous enroulez dans la tranche de bœuf et vous maintenez la forme par 2-3 tours de fil. Après les avoir colorés au beurre, vous ajoutez jusqu'à mi-hauteur, du bouillon ou de l'eau, un bouquet garni et laissez cuire à feu lent durant 3/4 d'heure en arrosant souvent. Pour terminer, liez la sauce en y ajoutant un peu de farine délayée dans un peu d'eau; un peu de madère et de sauce tomate ne peuvent qu'améliorer ce plat.

COLLIER DE BŒUF BRAISÉ.

Pour quatre personnes prenez 700 gr. de collier de bœuf en un seul morceau. Faites le rissoler dans une casserole contenant deux cuillers à soupe de saindoux et lorsqu'il est bien coloré retirez le sur une assiette.

Mettez dans la casserole, à la place de la viande, deux oignons coupés en gros dés et trois belles carottes coupées en rondelles.

Faites prendre couleur à ces légumes ajoutez une gousse d'ail hachée et le morceau de bœuf. Mouillez à mi-hauteur de la viande avec de l'eau chaude, assaisonnez de poivre et sel et un rien de muscade râpée mais n'exagérez pas le sel, mieux vaut en remettre si nécessaire. Une ou deux cuillers à soupe de purée de tomates donneront une belle couleur et un goût particulier; vous pouvez vous passer de tomates mais ajoutez alors un large filet de vinaigre et une cuiller à café de sucre.

Couvrez et laissez cuire doucement pendant deux heures et demie.

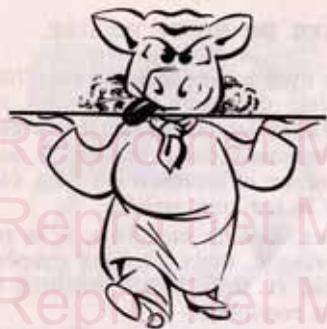
La viande étant bien cuite, retirez-la faites bouillir la sauce et faites-la évaporer si vous jugez qu'il y en a trop. Lorsque la quantité voulue est atteinte, délayez un peu de fécule dans un peu d'eau froide et ajoutez-la à votre saucée en mélangeant; n'ajoutez que la quantité de fécule nécessaire pour épaissir quelque peu votre sauce.

Assurez-vous ensuite du bon goût, et après avoir coupé la viande et l'avoir dressée sur un plat, couvrez avec la sauce et les légumes.

Une purée de pommes de terre ou pommes de terre au gratin sont un très bon accompagnement de ce plat.

achetez votre viande

CHEZ VOTRE BOUCHER



LE VEAU

ESCALOPES DE VEAU MILANAISE.

Les escalopes se coupent de préférence dans le filet ou contre-filet et on les aplatit très minces.

Tournez les escalopes dans la farine, trempez-les dans du blanc d'œuf battu et, ensuite, dans la chapelure à laquelle vous aurez mélangé la moitié de fromage parmesan râpé ; cuisez au beurre de 20 à 25 minutes. Dressez les escalopes sur le plat de service, ajoutez dans la poêle un peu de bouillon ou d'eau, faites bouillir et servez à part dans une saucière; garnissez chaque escalope de 2 tranches de citron.

Comme garniture, on peut également servir du macaroni à la Milanaise.

RIS DE VEAU.

Il faut les choisir bien blancs et les laisser dégorger 3 à 4 heures en changeant fréquemment l'eau. Plongez-les ensuite dans une casserole contenant de l'eau froide salée, mettez la casserole sur le feu très vif et retirez au premier bouillon. Ayant retiré le ris, rafraîchissez-le dans l'eau froide; ensuite, on enlève les parties perverses et cartilagineuses en les laissant égoutter sur un linge plié.

Pour être cuits à point, les ris de veau doivent ensuite être braisés durant 40 à 45 minutes.

Arrivés à ce stade, les ris se préparent de différentes façons :

RIS DE VEAU AUX CHAMPIGNONS.

Etant cuits, découpez les ris en escalopes, poivrez, salez et faites-les frire au beurre; garnissez-en le plat de service et garnissez le milieu de champignons étuvés recouverts d'une sauce béchamel.

RIS DE VEAU ASPERGES.

Découpez en escalopes, poivrez, salez, passez à l'œuf battu et dans la chapelure et colorez au beurre; comme garniture on servira des pointes d'asperges au beurre.

FOIE DE VEAU BORDELAISE.

Coupez le foie en tranches, assaisonnez de poivre et sel, passez les tranches à la farine et faites sauter au beurre.

Garnissez le centre du plat de champignons étuvés avec sauce Bordelaise.

Le foie de veau peut également être accompagné de sauce tomate ou de sauce piquante.

Achetez votre viande chez un spécialiste qualifié

ACHETEZ CHEZ VOTRE BOUCHER

FRICADELLES.

Faites un mélange de 300 gr. de viande de veau et de 100 gr. de viande de porc, le tout finement haché.

Travaillez ce mélange dans une terrine avec un œuf et de la mie de pain ramollie au lait, et ajoutez un peu de muscade.

Faites des boulettes de la grosseur d'un œuf et applatissez-les; passez-les dans la farine et mettez dans un plat à rôti beurré. Sur chaque fricadelle placez une noisette de beurre et faites cuire à four assez chaud durant 15 minutes

Servez avec sauce tomate ou sauce piquante.

ROTI DE VEAU.

Enduire tous les cotés du rôti avec du sel et un peu de poivre.

Faites dorer légèrement tous les cotés sur feu vif et mettez au four; le morceau de graisse de viande que vous donnera votre boucher, améliorera le goût de votre sauce.

Le temps de cuisson est d'environ 1 heure par kgr. de viande.

N'oubliez pas d'arroser régulièrement votre rôti avec le jus de cuisson.

Se sert généralement avec des pommes croquettes, du chou-fleur ou de la chicorée witloof.

ROTI DE VEAU A LA CREME.

10 minutes avant la fin de la cuisson de la viande, commencez votre sauce.

Faites fondre 25 grs de beurre et mélangez-y au fouet une même quantité de farine; allongez votre mélange avec 1/4 de litre de lait et laissez le tout bouillir une minute. Retirez du feu et ajoutez doucement 1/8 de litre de crème fraîche. Assaisonnez.

Faites revenir au beurre, 150 grs de champignons, préalablement bien lavés et coupés en quatre (cuisson environ 15 minutes).

Ajoutez les champignons avec leur beurre à votre sauce ainsi que la sauce de votre rôti, sauce préalablement dégraissée.

Vous obtiendrez ainsi assez de sauce pour 4 à 8 personnes; la sauce se sert à part dans une saucière.

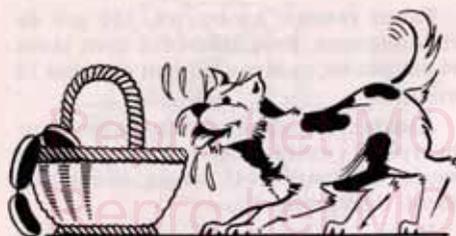
Accompagnement: purée de pommes de terre.

BLANQUETTE DE VEAU MENAGERE.

Prenez, pour six personnes, 1.200 kg. de poitrine et collier de veau coupé en morceaux réguliers.

Mettez-les dans une casserole et couvrez largement d'eau; laissez bouillir et écumez. Ajoutez alors 1 carotte, 1 oignon, 1 petit céleri et une gousse d'ail; salez et laissez cuire à couvert durant une heure.

Avec 200 grs de chair à saucisses préparez de petites boulettes que vous roulez dans la farine et faites cuire dans un peu d'eau salée. Coupez en quatre, 150 grs de champignons crus et faites les cuire au beurre dans une casserole plate. La viande de veau étant cuite à point, faites fondre dans une casserole 100 grs de beurre auquel vous mélangez 100 grs de farine et que vous mouillez ensuite avec 1 litre de bouillon de veau. Laissez quelque peu épaissir votre sauce et, hors du feu, incorporez-y deux jaunes d'œufs, le jus d'un citron, assaisonnez à point et ajoutez les champignons et les boulettes. Laissez égoutter la viande et dressez-la au milieu d'un plat rond. Couvrez avec la sauce et semez du persil haché par-dessus le tout. Servez à part, un légumier contenant des petites pommes de terre cuites à l'eau et roullées dans le beurre, puis saupoudrez largement de persil haché.



LE PORC

ROULADE DE PORC.

Coupez en tranches assez minces un morceau de viande de porc, aplatissez, poivrez et salez. Garnissez ensuite de cerfeuil et persil finement hachés, roulez les tranches comme des saucisses et passez-les au blanc d'œuf battu et à la chapelure.

Après les avoir fait colorer au beurre laissez-les braiser une dizaine de minutes; accompagnement: pommes nature ou purée avec sauce piquante.

SAUCISSES AU VIN BLANC.

Les cuire au beurre dans une casserole et les dresser sur croûtons frits au beurre; la cuisson dure une dizaine de minutes.

Ayant enlevé les saucisses, ajoutez à votre fond de cuisson un peu de vin blanc, faites réduire à feu vif et ajoutez hors du feu, un peu de purée de tomate délayée dans un peu d'eau; pour lier la sauce, ajoutez-y, toujours hors du feu, un jaune d'œuf.

Accompagnements: purée de pommes de terre et compote de pommes.

CREPINETTES.

Mélangez à un 1/2 kilo de hachis de porc une cuillerée de persil haché, une

tranche de pain trempé dans du lait, un jaune d'œuf, un petit verre de cognac, poivre et sel.

Divisez la farce en parties du poids de 100 gr., donnez-leur une forme rectangulaire, et enveloppez-les de crépine préalablement trempée dans de l'eau tiède; faites-les sauter au beurre et donnez-leur une belle teinte dorée, dégraissez en ajoutant encore au jus de cuisson un petit verre de cognac.

Accompagnement: purée de pommes de terre.

BOUDIN NOIR.

Faites cuire vos boudins, dans la graisse, sur feu doux en ayant soin de les picoter pour laisser sortir la graisse.

Videz quelques pommes que vous coupez en rondelles sans les éplucher.

Ajoutez ces tranches aux boudins et lorsqu'elles auront pris couleur couvrez le tout d'un couvercle et laissez mijoter sur feu doux jusqu'à ce que les pommes soient cuites.

COTES DE PORC « BOURGEOISE ».

Plongez vos côtes de porc durant une minute dans de l'eau bouillante, laissez égoutter et passez-les à la farine.

Faites les colorer au beurre et saupoudrez chaque côté d'une pincée

ACHETEZ CHEZ VOTRE BOUCHER

d'oignon haché. Couvrir et cuire à feu doux jusqu'à ce que l'oignon soit blond et ajoutez-y ensuite un demi verre à vin de vin blanc; cuisez ensuite à nouveau sur feu vif, casserole couverte, durant 10 minutes et saupoudrez pour finir avec un peu de persil haché.

LANGUE DE PORC.

Lavez soigneusement une langue de porc et trempez-la une heure ou deux dans de l'eau froide.

Mettez la langue dans de l'eau bouillante salée et laissez donner quelques bouillons.

Jetez l'eau, remettez sur le feu et versez sur la langue de l'eau bouillante; ajoutez 1 céleri, une carotte, 1 oignon, une feuille de laurier, poivre et sel.

Laissez cuire doucement jusqu'à complète cuisson de la langue; retirez ensuite du feu, enlevez la peau et coupez en tranches.

Se sert généralement avec sauce piquante et pommes nature.

ROGNONS DE PORC, SAUCE BRUNE.

Pour quatre personnes il faut compter 4 oignons et 1/2 litre de sauce brune.

Pour enlever aux oignons leur odeur il faut les fendre tout le long dans leur épaisseur et enlever la partie rouge avec peaux blanches. On coupe la viande en gros dés que l'on mettra tremper à l'eau froide vinaigrée (une cuiller à soupe de vinaigre par litre d'eau). On renouvellera cette eau au moins une fois en n'oubliant pas le vinaigre. Faire fondre une cuiller à soupe de beurre et y mélanger une même quantité de farine, sur feu moyen, en tour-

nant sans arrêt durant 10 minutes environ; lorsque le mélange aura atteint la teinte brun foncé on y ajoute, petit à petit 1/2 litre d'eau chaude; dès que le mélange bout on ajoute la viande sans l'essuyer et on laisse bouillir doucement, sans couvercle, durant deux heures environ. De temps à autre tourner dans la marmite afin d'éviter que la viande ne s'attache au fond.

Accompagnement : pommes de terre nature.

HOCHEPOT.

Pour deux repas de quatre personnes.

Pour un hochepot savoureux il vous faut : 600 grs de viande de porc sans os, 1/2 kilo de bouilli, un jarret de porc, un chou vert, 3 kilos de pommes de terre, 1/2 chou de Bruxelles, 4 carottes, 4 navets, 4 poireaux, 4 branches de céleri, 1 oignon, un peu de thym, une feuille de laurier, poivre, sel, et 4 à 5 litres d'eau.

Mettez le jaret de porc dans une marmite avec le thym, le laurier, le poivre et le sel (5 grs par litre d'eau) et les légumes.

Les navets, carottes, poireaux et céleri seront taillés en petits morceaux et les feuilles de chou seront une par une coupées en quatre. Mettre de l'eau jusqu'à hauteur et couvrir.

Dès que le hochepot entre en ébullition on ajoute la viande de porc et le bouilli; on laisse bouillir à feu doux durant deux heures environ, on ajoute les pommes de terre coupées en quatre et on laisse cuire encore une heure.

Après le repas, mettre le restant au frais; le lendemain, réchauffé, le hochepot est encore meilleur.



VOLAILLE ET GIBIER

POULET SAUTE.

Découpez le poulet à cru et mettez les morceaux dans une casserole où vous aurez fait fondre une cuiller à soupe de beurre; mettez tous les morceaux à l'exception des ailerons, qui étant plus tendres demandent moins de cuisson; assaisonnez les morceaux de poivre et sel et faites colorer à casserole couverte. Après une dizaine de minutes, ajoutez les ailerons, une bonne tranche de lard coupée en petits dés que vous avez retournés dans une poêle et bien égouttés, et couvrez le poulet de bouillon ou d'eau mélangés à du vin blanc à part égale.

A ce moment, vous ajoutez à votre poulet quelques petites carottes, quelques petits oignons et de petites pommes de terre rondes; couvrez votre casserole et faites cuire à bon feu durant 30 à 40 minutes en veillant à ce qu'il y ait toujours assez de liquide. Au moment de servir, lier la sauce avec une cuiller à soupe de beurre.

POULET CHASSEUR.

Le poulet étant découpé, faites colorer les morceaux au beurre et ajoutez à ce moment une demi-douzaine de champignons taillés et une échalote finement hachée; après 2 à 3 minutes ajoutez un verre de bouillon, autant de vin blanc et une petite boîte de purée de tomate; couvrir la casserole et cuire

le poulet, ensuite ajoutez à la sauce une pincée de persil haché et un peu de jus de citron.

VOL-AU-VENT DE POULET.

Cuire le poulet comme indiqué au Waterzoei, découpez et enlevez les os et la peau, et tenir au chaud.

Faites une sauce suprême de la façon suivante:

Ayant fait fondre deux cuillers à soupe de beurre, mélangez-y la même quantité de farine et allongez avec le jus de cuisson du poulet en veillant à ce que la sauce soit liquide; laissez sur feu doux durant 30 minutes afin de permettre à la graisse de surnager, ce qui vous permettra de dégraisser; ceci fait, ajoutez hors du feu, deux jaunes d'œufs à votre sauce.

A la sauce ainsi préparée, vous ajoutez des champignons et des boulettes.

Préparation des champignons : mettez dans une casserole 250 gr. de champignons épluchés, une cuiller à soupe d'eau et le jus d'un 1/2 citron, couvrir la casserole et cuire à feu vif durant 5 à 6 minutes.

Préparation des boulettes : Mélangez 100 gr. de viande de porc finement hachée et d'une tranche de mie de pain trempée dans du lait; ajoutez un jaune d'œuf, une cuiller à café de beurre et mélangez bien le tout. Faites-en en-

suite de petites boulettes de la grosseur d'une bille et plongez-les une dizaine de minutes dans l'eau bouillante.

Le vol-au-vent qui doit être bien chaud, n'est garni du poulet et de la sauce qu'au dernier moment.

WATERZOEI DE POULET.

Mettez votre poulet dans une casserole et couvrez aux 3/4 de moitié eau, moitié vin blanc; ajoutez un pied de céleri coupé en morceaux, une pincée de persil, une tranche de citron, une cuiller à soupe de beurre et un peu de poivre; couvrez votre casserole et cuisez à feu vif durant 20 à 30 minutes selon la grosseur du poulet.

Etant cuit, retirez le poulet de la casserole et tenez au chaud; prenez une cuiller à café de beurre, autant de farine et faites une béchamel avec votre jus de cuisson; versez sur le poulet et servez.

CIVET DE LIEVRE.

Beaucoup de personnes font mariner le lièvre ou lapin durant quelques heures; ceci est une question de goût, mais n'est pas nécessaire.

Voici la préparation de la marinade : faites revenir au beurre un oignon et une carotte coupée en morceaux; ajoutez 1 litre de vin rouge, une feuille de laurier et quelques boules de poivre; laissez cuire 15 minutes.

Faites revenir au beurre deux tranches de lard maigre coupées en petits dés et que vous aurez passées quelques minutes à l'eau bouillante; dès que le lard est coloré, l'enlever de la casserole et faites colorer dans le jus 2 oignons coupés en huit, ajoutez deux cuillers à soupe de farine et les morceaux de lièvre bien égouttés; remuez les morceaux pour qu'ils soient bien pris de tous côtés.

Versez ensuite jusqu'à hauteur des morceaux de lièvre du vin rouge, ajoutez un bouquet garni; couvrir la casse-

role et laisser cuire doucement sur le coin du feu; le temps de cuisson est d'une heure environ. Pour terminer, ajoutez les petits morceaux de lard que vous aviez passés au beurre, quelques petits oignons cuits à part et une vingtaine de champignons légèrement sautés au beurre.

LAPIN SAUVAGE OU DOMESTIQUE.

La préparation du lapin demande un assaisonnement relevé; si l'on n'utilise pas beaucoup d'aromates le lapin est fade.

Coupez le lapin en morceaux et faites le colorer dans une grosse cuiller à soupe de beurre et sur un feu vif afin de bien dorer tous les cotés; vers la fin, saupoudrez d'un peu de sel.

Dans une autre casserole large et basse, faites fondre une cuiller à café de beurre et placez-y les morceaux de lapin bien colorés. Pour éviter que le foie ne devienne coriace, on ne le fait sauter que quelques secondes et on le place ensuite sur les morceaux de lapin pour éviter qu'il ne touche le fond de la casserole et ne baigne dans la graisse. On ajoute alors le beurre dans lequel on a fait dorer les morceaux de lapin et les aromates suivants : un peu de poivre, 1/2 feuille de laurier, deux brindilles de thym, une demi-douzaine d'échalottes coupées en morceaux, une branche de céleri, deux carottes coupées en morceaux et un peu de persil.

Laissez cuire à casserole couverte et à petit feu durant une heure et demie; évitez de devoir ajouter de l'eau et si vous le jugez indispensable, n'ajoutez que 2-3 cuillérées d'eau chaude à la fois; tournez de temps à autre les morceaux pour éviter qu'ils ne collent au fond de la casserole. Pour la sauce on enlève tous les aromates, on écrase le foie, on ajoute un peu d'eau chaude et on racle bien le fond de la casserole.

Accompagnement : compote de pommes et pommes de terre nature.



LES POISSONS

LE TURBOT.

Placez le turbot dans l'eau bouillante contenant sel, un filet de vinaigre et un bouquet garni; dès que l'eau entre à nouveau en ébullition, retirez du feu et terminez la cuisson sur le côté; la durée de pochage sur le côté du feu est d'environ 12 à 15 minutes par kilo de turbot.

L'accompagnement du turbot est la pomme de terre nature servie avec beurre fondu ou sauce hollandaise.

TURBOT AU GRATIN.

Faites une sauce béchamel de la façon suivante : faites fondre deux cuillers à soupe de beurre, mélangez-y autant de farine et allongez avec un 1/2 litre de bouillon dans lequel vous avez cuit votre poisson ou un 1/2 litre de lait. Garnissez le fond de votre plat à gratin d'une partie de votre béchamel, placez dessus vos tranches de turbot cuit et recouvrez à nouveau de sauce béchamel; saupoudrez la surface de fromage râpé, de chapelure et de quelques parcelles de beurre, mettez au four et laissez gratiner.

L'EGLEFIN ET LE CABILLAUD

Ces deux sortes de poissons se préparent des mêmes façons que le Turbot.

MOULES AU VIN BLANC.

Après avoir gratté les moules, lavez-les 4 à 5 fois à grande eau salée. Dans une grande casserole, faites fondre une cuiller à soupe de beurre, ajoutez un oignon et un céleri coupé en petits morceaux et laissez étuver 5 minutes; ajoutez ensuite un verre de vin blanc, une cuiller à soupe d'eau, thym, laurier, poivre et sel. Dès que votre jus entre en ébullition, ajoutez-y les moules, couvrez la casserole, mettez à plein feu, et laissez cuire durant 15 minutes, en les faisant sauter de temps en temps.

Au moment de servir, dressez les moules dans un légumier, saupoudrez de persil haché et versez le jus sur les moules.

SAUMON BOUILLI.

Ajoutez dans une casserole contenant 1 litre d'eau froide, un oignon et une carotte coupés en petits dés, un bouquet garni, poivre en grains et sel et faites bouillir.

A ce moment, ajoutez le saumon et faites bouillir à nouveau, retirez ensuite hors du feu et laissez achever la cuisson sans bouillir.

Le saumon s'accompagne habituellement de sauce Hollandaise ou de sauce Mousseline.

FILETS DE SOLE.

La sole étant nettoyée, enlevez les filets des arêtes et essuyez-les.

Pour cuire les filets ou pour la préparation des sauces qui les accompagnent, on utilise un bouillon préparé de la façon suivante :

Hachez les arêtes de vos soles, mettez-les dans une casserole avec un oignon haché, une branche de persil, une feuille de laurier, poivre et sel; couvrez d'un 1/2 litre d'eau, 1 verre de vin blanc et le jus d'un citron; faites entrer en ébullition et laissez cuire à petit feu durant une heure et passez ensuite à la passoire.

C'est dans ce bouillon que vous pocherez les filets de sole (le mot « pocher » veut dire à ébullition très lente, à feu doux, car l'ébullition durcit les filets) et vous procéderez comme suit : poivrez et salez légèrement les filets, placez-les dans une casserole et ajoutez 5 à 6 cuillers de votre bouillon ainsi qu'un peu de beurre, couvrir la casserole et pocher une dizaine de minutes.

Prenez une cuillerée de beurre, autant de farine, mélangez et incorporez-y, en mélangeant bien, le bouillon dans lequel vous avez cuit vos filets; retirez ensuite du feu, ajoutez un jaune d'œuf et versez sur les filets au moment de servir.

TRUITE BONNE-FEMME.

Les ayant nettoyées et assaisonnées de poivre et sel, rangez les truites dans un plat à poisson.

Mettez dans une casserole, deux cuillers à soupe de beurre et un verre d'eau et ajoutez-y, coupés en petits dés, un oignon, 2 carottes et un pied de céleri, laissez étuver à feu doux durant 30 minutes et versez le tout sur les truites; ajoutez alors pour couvrir le poisson du vin blanc et de l'eau à part

égale, une pincée de persil haché et une feuille de laurier, cuisez les truites au four en les arrosant de temps en temps du jus de leur cuisson.

Etant cuites, vous dressez les truites sur le plat de service; d'autre part vous mélangez 2 cuillers à soupe de beurre et 1 de farine et vous allongez en y mélangeant bien au fouet le jus de cuisson, versez sur les truites et servez avec des pommes de terre nature.

POISSON AUX TOMATES.

Cette préparation peut s'appliquer à tous les poissons à cuire au four.

Après avoir bien graissé un plat ovale avec une noix de beurre, vous garnissez ce plat d'un oignon finement haché et y déposez le poisson.

Vous déposez autour du poisson trois belles tomates coupées en morceaux et que vous avez préalablement pelées et épépinées.

Versez sur le poisson 3 à 4 cuillerées à soupe d'huile, poivrez et salez et versez 1/2 verre d'eau froide sur les tomates. Glissez votre poisson au four bien chaud et faites cuire durant 30 minutes environ en arrosant souvent avec le jus de cuisson.

Lorsque le dessus de votre poisson est coloré et que la chair se détache facilement de l'arête vous retirez le poisson et le déposez sur un plat chaud. Ecrasez les tomates et faites bouillir le jus auquel vous ajoutez une petite cuiller à soupe de farine de maïs préalablement délayée dans un peu d'eau. Vérifiez l'assaisonnement et faites bouillir quelques instants.

On peut remplacer le 1/2 verre d'eau par un 1/2 verre de vin blanc sec; mais dans ce cas il ne faut pas oublier de faire bouillir la sauce durant quelques minutes pour la réduire et en améliorer le goût.

LES LEGUMES



CHICOREE WITLOOF.

Après les avoir lavées et égouttées, rangez une à côté de l'autre dans une casserole où vous aurez fait fondre une cuiller à soupe de beurre, un 1/2 kilo de witloof, ajoutez 1 dl. d'eau, un peu de poivre et de muscade et le jus d'un 1/4 de citron; couvrez d'un papier beurré et cuisez sur le côté du feu pendant 30 minutes environ.

CHICOREE AU GRATIN.

Votre chicorée witloof étant cuite comme indiquée précédemment, laissez-la égoutter.

D'autre part, faites une béchamel d'un 1/2 litre (2 cuillers à soupe de beurre, autant de farine et un 1/2 litre de lait), poivrez, salez et hors du feu ajoutez un jaune d'œuf et 100 gr. de fromage râpé.

Garnissez le fond d'un plat à gratin d'une couche de votre béchamel ainsi faite; rangez ensuite vos chicons l'un à côté de l'autre et recouvrez le tout du restant de votre béchamel, saupoudrez de fromage râpé, de chapelure et de quelques parcelles de beurre, et faites gratiner au four durant une dizaine de minutes.

CHOU-FLEUR.

Pour cuire le chou-fleur, il est préférable de le diviser en petits bouquets;

on évitera ainsi plus facilement les chenilles.

Le chou-fleur se cuit à l'eau salée; sa cuisson demande de 20 à 30 minutes; il se sert habituellement accompagné d'une béchamel à laquelle on incorpore un jaune d'œuf; on le sert aussi au gratin, on procède alors de la même façon que pour les chicons au gratin.

CHOU ROUGE.

Coupez le chou en quatre; enlevez les côtes et détaillez en fines tranches; mettez dans une casserole avec poivre, sel et muscade, ainsi que 3 à 4 pommes pelées et coupées en huit; ajoutez un verre d'eau ou de préférence, si vous en avez, de vin rouge, et aspergez de quelques gouttes de vinaigre; pour finir, saupoudrez d'une cuiller à soupe de sucre en poudre.

La cuisson dure environ 90 minutes.

CROQUETTES DE POMMES DE TERRE.

Les pommes de terre étant cuites, laissez-les sécher quelques minutes à l'entrée du four et passez-les au tamis; n'ajoutez aucun liquide, mais mélangez à votre purée un jaune d'œuf par kilo de pommes de terre et 50 gr. de beurre; étalez sur un plat et laissez refroidir.

Refroidie, divisez votre purée donnez-lui la forme de bouchon comme

pour les croquettes de viande; trempez-les ensuite dans du blanc d'œuf battu en neige et dans la chapelure et, au moment de servir, mettez-les deux ou trois minutes dans la friture bouillante.

HARICOTS PRINCESSES.

On épluche les haricots en cassant les deux extrémités pour enlever les fils; après les avoir bien lavés et cassés en deux, on les laisse bouillir à eau salée durant une heure environ et on les laisse égoutter.

Dans votre casserole faites brunir au beurre un oignon finement haché et une tranche de lard coupée en petits dés, mouillez d'un verre d'eau (verre à porto), poivrez, salez, ajoutez 4 à 5 gouttes de vinaigre et faites bouillir.

Délaissez ensuite une cuiller à café de farine dans un peu d'eau et ajoutez ceci à votre sauce pour l'épaissir; mélangez-y les haricots que vous avez laissés égoutter et saupoudrez de persil haché.

EPINARDS AU GRATIN.

Les épinards ayant été lavés à grande eau, on les laisse bouillir à eau salée durant une demi-heure environ (1/2 kilo), ensuite, ils sont égouttés et pressés.

Dans une casserole, vous faites fondre une cuiller à soupe de beurre ou de saindoux et vous y incorporez les épinards que vous aurez préalablement finement hachés; assaisonnez de poivre, sel et muscade et ajoutez pour finir une petite tasse de lait.

Versez ensuite les épinards dans un plat à gratin; recouvrez la surface d'une sauce béchamel que vous parsemez de fromage râpé, de chapelure et de quelques parcelles de beurre; terminez en faisant gratiner au four.

POIREAUX.

Pour quatre personnes, vous nettoyez huit gros poireaux et supprimez la partie verte des feuilles.

Faites fondre 30 grs de beurre et mettez-y les poireaux et couvrez à mi-hauteur d'eau froide soit environ 1/4 de litre, et ajoutez une pincée de sel.

Faites cuire à casserole couverte et sur feu doux durant 30 à 40 minutes. Les poireaux étant bien tendres, ajoutez au jus de cuisson un jaune d'œuf et une cuiller à café de vinaigre.

ENDIVES.

Après les avoir nettoyées et lavées on les découpe en morceaux de 2 à 4 cm. deux belles endives pour quatre personnes.

Dans une casserole, faites fondre une cuiller à soupe de beurre et ajoutez-y une échalote finement hachée; placez-y ensuite les endives assaisonnées de poivre, sel et un peu de muscade et faites cuire à casserole couverte sur feu modéré. Après une dizaine de minutes de cuisson, vous retirez deux à trois cuillerées de jus que vous laissez refroidir dans une tasse.

Vous continuez la cuisson à casserole couverte, jusqu'à ce que les endives soient tendres, ce qui demande parfois 45 minutes de cuisson.

Faites fondre une cuiller à soupe de beurre et mélangez-y au fouet une quantité de farine.

Ajoutez ensuite petit à petit 1/4 de litre de lait et le jus de cuisson que vous avez retiré au début de la cuisson des légumes; faites entrer votre sauce en ébullition et ajoutez-y les endives.

Les endives accompagnent généralement un rôti de porc ou de veau.



LES PATES

Le macaroni se cuit à l'eau bouillante salée et le temps de cuisson varie de 12 à 15 minutes.

MACARONI AU BEURRE.

Cuisez à l'eau bouillante salée 250 gr. de macaroni, et laissez égoutter; remettez dans votre casserole où vous aurez fait fondre une cuiller à soupe de beurre et ajoutez-y 50 gr. de fromage râpé; mélangez bien et servez chaud.

MACARONI AUX TOMATES.

Faites brunir au beurre un oignon finement haché, ajoutez-y une petite boîte de purée de tomates et laissez cuire durant quelques minutes.

Cuisez à l'eau bouillante salée 250 gr. de macaroni, et laissez égoutter, faites fondre dans votre casserole une cuiller à soupe de beurre, ajoutez votre macaroni, 50 gr. de gruyère râpé, votre sauce tomate, mélangez bien le tout et servez chaud.

MACARONI AU GRATIN.

Cuisez 250 gr. de macaroni et laissez égoutter; remettez dans votre casse-

role avec une cuiller à soupe de beurre et 100 gr. de fromage râpé (parmesan ou gruyère), assaisonnez de poivre, sel et un peu de muscade.

Versez sur votre macaroni une petite béchamel faite d'une cuiller à soupe de beurre, autant de farine et 1/4 de litre de lait; mélangez le tout intimement et dressez dans un plat à gratin; saupoudrez de fromage râpé, de chapelure et de quelques parcelles de beurre et faites gratiner.

MACARONI MILANAISE.

Faites un macaroni au beurre et fromage comme indiqué plus haut; d'autre part, faites fondre dans une casserole une bonne cuiller à soupe de beurre et faites y cuire 50 gr. de champignons et autant de langue écarlate coupés en petits dés; ajoutez-y ensuite une petite boîte de purée de tomates délayée dans un verre d'eau et faites bouillir à plein feu durant quelques minutes; versez cette sauce sur le macaroni, mélangez bien le tout et servez chaud.

COMMENT SERVIR LES VINS

Il n'est pas toujours nécessaire d'avoir recours à des crus renommés pour réaliser un excellent repas. Si vous craignez commettre des impairs, dans le service des vins, utilisez les crus passe-partout :

Pour le blanc, le bourgogne CHABLIS par exemple, conviendra aussi bien pour les œufs et les crustacés que pour le poisson, les viandes blanches ou la volaille.

Pour le rouge, le bourgogne CHAMBERTIN ou POMMARD, conviendra parfaitement aux grillades, rôtis et fromage ; pour le Bordeaux, le St-Emilion ou le Pommerol, feront parfaitement l'affaire.

La gamme des vins étant extrêmement variée, il y a quelques règles de base qu'il est bon de respecter si l'on veut éviter de commettre quelque hérésie grave.

HORS-D'ŒUVRE.

Blanc : sec ou 1/2 sec

Vouvray : Montlouis — Bourgogne : Chablis.

ŒUFS — CRUSTACES ou POISSON.

Blanc : sec — léger

Bourgogne : Chablis — Bordeaux : Barsac.

HUITRES — POISSONS CHAUDS.

Blanc : 1/2 sec

Bourgogne : Chablis — Bordeaux : Barsac.

VOLAILLE ROTIE.

Blanc : Bordeaux Médoc.

Rouge : Bordeaux St-Emilion — St-Julien.

DINDE — CANARD ou OIE.

Blanc : Sauternes : Château-Yquem.

VIANDES BLANCHES.

Rouge : Bordeaux : Pauillac.

VIANDES ROUGES ou GIBIER A POILS.

Rouge : Bordeaux : St-Emilion, Pommerol.

Bourgognes : Chambertin, Pommard, Châteauneuf du Pape.

FROMAGES.

Tous les vins rouges.

GATEAUX — GLACES — FRUITS.

Blanc : 1/2 sec

Champagne ou Mousseux.

Sachez également utiliser les verres appropriés aux vins que vous servirez.

Si vous possédez des verres de couleur, utilisez les pour verser les vins blancs. Pour les vins rouges, le verre à bourgogne est un peu plus grand que le verre à bordeaux.

N'oubliez pas que les vins blancs, de même que le champagne, se servent froids ou même frappés, alors que, par contre, le vin rouge et le bourgogne doivent être « chambré », c'est-à-dire être placés depuis la veille dans une chambre assez chaude.

Une heure avant le dîner, on débouche les bouteilles qui ont été chambrées.



PÂTISSERIE

GAUFRES CHAUDES.

Les gaufres chaudes se font avec une pâte tournée, dont voici la préparation.

Ayant bien ramolli le beurre, ajoutez-y le sucre, les œufs entiers et l'arôme; mélangez bien le tout.

Ayant mélangé le Baking-powder à votre farine, ajoutez celle-ci ainsi que le lait à votre pâte et ceci par petites quantités en ayant soin de chaque fois bien mélanger.

Beurre : 250 gr.; sucre râpé : 100 gr.; 1 paquet de sucre vanillé; 4 œufs; 500 gr. de farine; une pincée de cannelle, un 1/2 litre de lait et un paquet de baking-powder.

Cuisson: veillez toujours à ce que le fer soit bien chaud. Ayant beurré le fer, versez-y deux cuillers à soupe de pâte, fermez le fer et retournez-le immédiatement; lorsque ce côté sera cuit, retournez votre fer et faites cuire l'autre côté.

GAUFRES DE BRUXELLES.

Mélangez dans une terrine 150 gr. de farine, 4 jaunes d'œufs et 2 cuillers à café de sucre et délayez avec un 1/4 de litre de lait; ajoutez ensuite à votre pâte, une pincée de sel, un peu de vanille et 80 gr. de beurre ramolli ou fondu au bain-marie. Procédez ensuite comme pour les gaufres chaudes.

GOSSETTES AUX POMMES.

Les gosettes aux pommes se font avec une pâte feuilletée dont voici la préparation.

Faites un creux au milieu de la farine que vous aurez préalablement tamisée; placez dans ce creux les jaunes d'œufs et l'eau et, en mélangeant le tout, faites-en une boule de pâte ferme. Ensuite, étalez la pâte au rouleau et mettez le beurre en petits morceaux sur une moitié, recouvrez de l'autre moitié et laissez reposer 1/4 d'heure; étendez à nouveau la pâte au moyen du rouleau, pliez en trois comme une serviette et laissez reposer 1/4 d'heure; recommencez 4 fois cette même opération en laissant reposer chaque fois 1/4 d'heure.

LES TARTES.

Les tartes se préparent avec une pâte pétrie dont voici la préparation.

Ayant mélangé le baking-powder à votre farine, vous faites un creux au milieu, creux dans lequel vous mettez les œufs; le sucre et l'arôme; quant à la bordure constituée par la farine vous la parsemez d'une pincée de sel.

Ayant fait un premier mélange avec une cuiller en bois, vous y ajoutez le beurre coupé en morceaux et vous pétrissez du bout des doigts en repoussant la pâte avec la paume des mains: vous répétez ces mouvements jusqu'à ce que toute la farine soit incorporée et que vous ayez obtenu une pâte bien ferme.

TARTES AUX POMMES.

Farine : 125 gr.; sucre : 40 gr.; beurre : 60 gr.; 1 œuf; un paquet de sucre vanillé et une cuiller à café de baking-powder; faites une pâte pétrie.

Faites une crème au moyen d'un paquet de pudding, 60 gr. de sucre râpé et 1/2 litre de lait, ayant garni les formes avec votre pâte, versez dessus votre crème et garnissez de fines tranches de pommes, coupées en quartiers. Faites cuire au four, non chauffé d'avance, durant 25 à 30 minutes.

Toutes les tartes aux fruits frais ou stérilisés peuvent se préparer de la même façon à l'exception des fraises qui sont utilisées après cuisson de la pâte.

ECLAIRS.

Les éclairs se font avec une pâte dont voici la préparation.

Laissez bouillir dans une casserole, l'eau, le beurre et éventuellement le sucre, retirez du feu et ajoutez la farine en mélangeant continuellement; remettez au feu et tournez vivement pour dessécher la pâte et jusqu'à ce que celle-ci se détache de la casserole, laissez refroidir quelque peu et ajoutez-y les œufs un par un en veillant à obtenir une pâte bien lisse.

ECLAIRS.

Faites une pâte cuite composée comme suit : 100 gr. d'eau froide; 50 gr. de beurre; une cuillerée de sucre; 80 gr. de farine et un paquet de sucre vanillé.

Votre pâte terminée, mettez-la dans une poche munie d'une douille et dressez la pâte sur une platine beurrée et farinée, en parties allongées d'environ 10 cm. Mettez-les ensuite au four que vous aurez préalablement chauffé durant 10 minutes; le temps de cuisson des éclairs est d'environ 20 minutes sans ouvrir le four.

Etant cuit, vous ouvrez un côté au moyen de ciseaux et vous remplissez l'intérieur de crème pâtissière.

Crème pâtissière : mélangez dans une casserole, 4 jaunes d'œufs, 100 gr. de sucre en poudre et une cuiller à soupe de farine; mettez au feu et ajoutez peu à peu 1/2 litre de lait bouillant. Dès que votre crème entre en ébullition, retirez du feu et aromatisez selon votre goût.

LES GLACES.

Les doses d'œufs et de sucre employées pour les compositions sont très variables; comme il convient qu'une glace ne soit pas trop grasse ni trop maigre, nous vous donnerons une formule qui vous donnera une crème dont vous n'obtiendrez que des éloges.

Un litre de lait; 6 jaunes d'œufs; 300 gr. de sucre.

Mélangez dans une casserole par litre de lait, 300 gr. de sucre et 6 jaunes d'œufs; ajoutez peu à peu le lait bouillant dans lequel vous aurez à infuser un bâton de vanille; remuez continuellement sur feu doux jusqu'à ce que la composition couvre bien la cuiller en bois que vous utilisez, c'est-à-dire jusqu'au moment où l'ébullition va se produire; à ce moment, retirez vivement du feu et transvasez la crème dans un autre récipient où vous la laissez refroidir.

En ajoutant 1/4 de la quantité de crème fouettée vous obtiendrez une glace très fine; dans ce cas, on ajoute la crème fouettée à la préparation refroidie.

GLACES DIVERSES.

Les proportions et la façon d'opérer restent les mêmes; elles ne se différencient que par le parfum que vous utiliserez.

Pour la glace au chocolat, faites fondre au bain-marie 200 gr. de chocolat dans un peu d'eau et ajoutez celui-ci à votre crème au moment de la glacer.

UTILITE DU VINAIGRE

VINAIGRE DE TOILETTE ET ANTI- SEPTIQUE. LAVAGE DE TISSUS.

Versez dans une bouteille d'un demi-litre, 50 gr. d'eau de cologne, 10 gr. de teinture de benjoin, 3 gr. d'essence de thym, 20 gr. de camphre et remplir de vinaigre.

Laissez reposer quelques jours en agitant chaque matin la bouteille, puis filtrer.

Ce vinaigre est excellent pour frictionner le corps durant les fortes chaleurs, pour faire respirer une personne évanouie, pour écarter mouches et moustiques, pour servir de compresses contre les piqûres d'insectes ou sur blessures légères; il donne une impression de fraîcheur des plus agréables.

NETTOYAGE.

Pour rendre à vos tapis leur éclat primitif, frottez-les vigoureusement à l'eau vinaigrée dans les proportions suivantes : 1/3 vinaigre, 2/3 d'eau.

Ce même mélange sera utilisé pour le nettoyage des vitres, verreries, cadres de bois doré, etc..., un rinçage se fera ensuite à l'eau claire.

Afin d'éviter la décoloration des tissus imprimés, on trempera ceux-ci dans l'eau vinaigrée avant de procéder au lavage; proportions à observer : 1/4 vinaigre, 3/4 eau; le rinçage se fera également à l'eau vinaigrée.

Les lainages redeviendront souples et les couleurs reprendront tout leur éclat.

Pour délustrer les tissus sombres, brossez-les à l'eau vinaigrée et repassez à l'envers le tissus encore légèrement humide.

EN CUISINE.

Pour enlever le tartre des bouilloires, il suffit d'y faire chauffer du vinaigre.

Si vos pommes de terre sont noires, mettez quelques cuillerées de vinaigre dans l'eau de cuisson : ceci les rendra blanches sans modifier le goût.

Les céleris et les champignons, trempés avant cuisson durant 2 heures dans l'eau fortement vinaigrée, prendront une belle couleur blanche.

Pour débarrasser tous vos légumes des limaces, vermines et insectes de toutes sortes, rincez-les à l'eau fortement vinaigrée et vous pouvez être persuadée qu'il n'en restera plus.

QUAND NOUS RECEVONS NOS AMIS

- RED LION** : mélanger dans shaker,
1/6 jus d'orange,
1/6 jus de citron,
1/3 grand marnier,
1/3 dry Gin.
Givrer les verres avec sucre en poudre.
- TIPPERARY** : mélanger dans shaker, une cuiller à café de jus d'orange,
idem de grenadine,
1/3 vermouth italien,
2/3 dry Gin.
Servir avec un zeste d'orange.
- MANHATTAN COCKTAIL** : verser dans un verre à mélange :
2 traits jus de citron,
3 traits de curaçao,
1/3 Whisky,
1/3 vermouth italien.
Servir avec un zeste de citron.
- ROSA COCKTAIL** : verser dans un verre à mélange :
1/2 Gin,
1/4 vermouth français,
1/4 Dubonnet,
3 traits de grenadine,
ajouter une cerise.
Servir avec un zeste de citron.
- PARADISE COCKTAIL** : remplir le shaker à moitié de glace pilée,
1/3 jus d'orange,
1/3 cherry brandy,
1/3 dry Gin.
- UP-TO-DATE** : verser dans un verre à mélange :
1/3 Whisky,
1/3 vermouth français,
1/6 grand marnier,
quelques gouttes de citron.
Servir avec un zeste de citron.
- PORTO FLIP** : remplir le shaker à moitié de glace pilée,
1 jaune d'œuf,
1 verre de porto,
une cuiller à café de sucre en poudre.
Servir avec chalumeau.
Les Flips peuvent se préparer soit au porto - au cognac - au cherry ou au champagne; pour ce dernier cas n'ajouter le champagne qu'après avoir fait le mélange.
- ORANGE BLOSSOM** : remplir le shaker à moitié de glace pilée,
1/4 de Gin,
1/4 de jus d'orange.
Si vous le désirez doux, ajoutez trois traits de grenadine.
- SIDE CAR** : mélanger dans un shaker avec glace pilée,
1/3 jus de citron,
1/3 cointreau,
1/3 cognac.
- LOVE COCKTAIL** : Sans mélanger :
3 traits de grenadine,
1 jaune d'œuf,
1/3 marasquin,
1/3 fine.
Ce cocktail se boit en une fois.

LA PEINTURE

Rendez votre appartement gai, propre et agréable.

La peinture n'exige aucune connaissance spéciale et est à la portée de tous ; tout au plus exige-t-elle quelques soins préliminaires et un peu de goût.

Ensemble de conseils pratiques qui vous assureront un résultat parfait.

La surface que vous vous préparez à peindre doit être : propre, nette, sans poussière, sèche et aussi unie que possible. Nettoyez-la donc avec soin au papier de verre et à l'essence.

Si l'ancienne peinture est en mauvais état et forme des boursouflures, vous devez absolument veiller à les faire disparaître ; à cet effet, vous trouverez chez votre droguiste d'excellents DECAPANTS avec leur mode d'emploi.

Les décapants agissent rapidement et généralement, après une vingtaine de minutes, vous enlèverez facilement, au moyen d'un couteau, la peinture ou vernis.

Ceci terminé, lavez soigneusement avec une savonnée, rincer à l'eau claire et surtout, laissez bien sécher.

Les tons des peintures changent généralement en séchant ; il est donc à conseiller de faire un petit essai au préalable et de bien laisser sécher.

Les colorants ayant tendance à se déposer au fond, agitez bien votre pot de couleur avant chaque usage et remuez bien votre pinceau chaque fois que vous reprenez de la peinture.

Si vous procédez à un mélange de couleurs, veillez toujours à verser la couleur foncée dans la couleur claire.

Lorsque vous utilisez une boîte de peinture ayant déjà été ouverte, vous rendez sa fluidité à la peinture en y ajoutant un peu de térébenthine.

Pour étendre la peinture, procédez par application de couches minces que vous étalerez de long en large et de bas en haut et ceci à plusieurs reprises.

N'appliquez jamais une seconde couche avant que la première ne soit bien sèche.

Si vous désirez finir une peinture par une couche de vernis, veillez toujours à utiliser pour votre peinture, une peinture mate.

Entretenez bien vos pinceaux.

Ceux-ci doivent toujours être bien propres ; après chaque usage, nettoyez les soigneusement avec de l'essence ou de la térébenthine.

Les poils qui s'écartent provoquent des lignes du plus mauvais effet ; veillez donc à les couper.

Après usage, conservez vos pinceaux couchés à plat dans un pot plein d'eau, de façon à ce que les poils restent bien droits.

LA TEINTURE

Lorsque le tissu indiqué dans la première colonne est teint avec

Couleur du tissu qui est teint	Brun	Rouge	Bleu	Violet	Vert	Jaune	Gris
Tissu brun .	brun	rouge brun	brun foncé	brun foncé	olive	brun vert	brun
Tissu rouge .	rouge brun	rouge	violet	rouge violet	brun	orange	rouge foncé
Tissu bleu .	brun foncé	violet	bleu	bleu violet	bleu gris	vert	gris bleu
Tissu violet .	brun foncé	rouge violet	bleu violet	violet	bleu marine	brun olive	gris violet
Tissu vert .	vert olive	brun	bleu vert	bleu marine	vert	vert clair	gris vert
Tissu jaune .	brun jaune	orange	bleu vert	olive brun	vert clair	jaune	écru
Tissu gris	brun	rouge foncé	gris bleu	gris violet	gris vert	écru	gris noir

PROCEDE POUR ENLEVER LES TACHES

Taches de graisse :

Tissus lavables : Laver à l'eau de savon tiède ou à la potasse, frotter l'endroit souillé avec un morceau de lard ou de beurre, puis laver dans de la savonnée très chaude.

Tissus non lavables : Humecter avec de la térébenthine autour de la tache, ensuite quelques gouttes sur la tache elle-même, puis recouvrir d'un tissu absorbant.

Autre procédé : couvrir la tache de jaune d'œuf, recouvrir d'un linge blanc et mouiller d'eau très chaude : le linge absorbera le jaune d'œuf et la graisse.

Taches de couleurs et vernis : Couleurs à l'huile : frotter la tache avec un chiffon imbibé d'essence de térébenthine. Pour les tissus de soie : benzine ou éther en petite quantité.

Couleurs à l'eau : laisser sécher et frotter ensuite avec une brosse rude ; laver ensuite à eau savonneuse si le tissu est lavable.

Taches de bougie : Gratter d'abord légèrement avec un couteau, puis placer la tache entre deux feuilles de papier buvard et repasser au fer chaud.

Taches de fruits : Commencer par un lavage à eau chaude ; ensuite on décolore la tache en la frottant d'eau oxygénée additionnée d'ammoniaque.

Taches de sang : Frotter d'abord à eau froide puis tamponner avec éponge imbibée d'eau oxygénée ; recommencer jusqu'à disparition, puis laver à eau tiède.

Transpiration : Laver à eau savonneuse très chaude.

Taches d'encre : Frotter avec un linge imbibé d'acide tartrique dilué ; on peut aussi procéder à un trempage de quelques heures dans du lait.

Taches de vin : Saupoudrer le tissu de sel, puis laver à eau savonneuse tiède ou à l'ammoniaque ; exposer ensuite au soleil.

CONTREPOISONS EFFICACES EN ATTENDANT LE MEDECIN

EMPOISONNEMENT PAR :

Acides (sulfurique ou vitriol - nitrique - chlorhydrique) : Faire boire le plus rapidement possible de l'eau savonneuse (8 grammes de savon pour un litre d'eau); ne donnez pas de l'eau pure car celle-ci étend la brûlure

Alcools : Vomitif - deux ou trois gouttes d'ammoniaque dans un café chaud.

Champignons : Si intervention rapide : faire vomir; si quelques heures se sont écoulées, purger. Café - alcool et réchauffement des extrémités et du ventre.

Conserves alimentaires : Vomitif et purgatif, diète au lait et à l'eau; boissons en abondance (tisanes diurétiques de chiendent) - stimulants et toniques.

Huitres et moules : Vomitifs - lavages d'intestins - boissons abondantes - café très fort.

Arsenic : Vomitifs - une cuillerée de sel et de moutarde - réchauffer le malade et diète au lait.

Benzine : Vomitifs - faire respirer de l'ammoniaque - alternativement compresses chaudes et froides sur la poitrine - respiration artificielle.

Morphine et opium : Vomitifs - empêcher le malade de s'assoupir - faire marcher - lui frapper le visage d'une serviette mouillée - faire respirer de l'ammoniaque - lavement d'un 1/2 litre de café très fort et chaud.

Chloroforme, éther : Respiration artificielle - frapper le tronc et la face au moyen d'une serviette mouillée - linges chauds.

Gaz d'éclairage : De l'air et respiration artificielle - frictions et douches froides.

PREMIERS SECOURS

EN CAS DE :

Asphyxie et commotion électrique : Sortir le malade au grand air - frictionner à sec - flagellation et respiration artificielle - ne rien faire boire avant que le malade n'ait respiré.

Brûlures : Bain d'eau tiède - compresses d'huile d'olive et bandages pour éviter le contact de l'air.

Noyade : Enlever les vêtements et appliquer la respiration artificielle - tractions répétées de la langue (une vingtaine de fois par minute); lorsque le malade reprend ses sens, le coucher au chaud et lui faire boire des boissons chaudes.

Syncope : Donner le plus d'air possible en desserrant les vêtements - coucher le malade à plat sur le dos - compresses froides - faire respirer de l'eau de cologne ou de l'éther.

Hémorragies nasales : tenir la tête en arrière - compresses d'eau froide sur le front et dans la nuque - fermer la narine atteinte.

Piqûres d'insectes : Enlever le dard s'il y a lieu - laver à l'ammoniaque ou à la teinture d'iode.

Repro het MOT, Grimbergen
Repro het MOT, Grimbergen
Repro het MOT, Grimbergen
Repro het MOT, Grimbergen

*Cette brochure
vous est offerte par votre fournisseur.*

*Donnez-lui
votre préférence pour vos achats.*



Heureusement que nous avons du soleil dans
notre nid grâce au BALATUM.

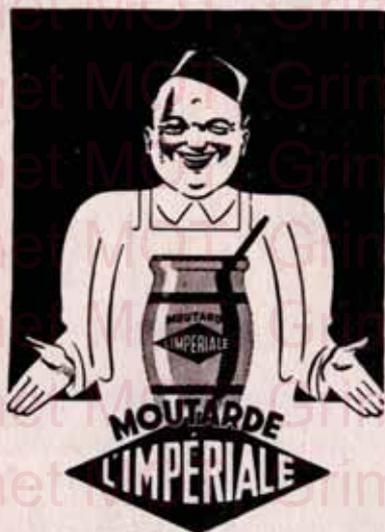
Balatum



partout

Piccalilli et conserves au vinaigre

“ Horse ”



Ets. BISTER - JAMBES

*Pour réussir vos recettes, employez
la moutarde*

“ L'Impériale ”