

# **60 Recettes**

---

---

**économiques de guerre**

**avec les Produits**

---

---

**du Ravitaillement**

---

---



**6<sup>e</sup> ÉDITION AUGMENTÉE**

**CHARLEVILLE**  
**TYPOGRAPHIE & LITHOGRAPHIE A. ANCIAUX**

37, Rue de l'Arquebuse et Rue de Clèves, 18

**1917**

**TOUS DROITS RÉSERVÉS**

# 60 Recettes

économiques de guerre

avec les Produits

du Ravitaillement



6<sup>e</sup> ÉDITION AUGMENTÉE

CHARLEVILLE  
TYPOGRAPHIE & LITHOGRAPHIE A. ANCIAUX  
37, Rue de l'Arquebuse et Rue de Clèves, 18

1917

TOUS DROITS RÉSERVÉS

### **Potage aux navets et aux pois.**

Couper des navets en petits dés, les passer dans un peu de saindoux en les remuant souvent jusqu'à ce qu'ils prennent une belle couleur blonde. Faire cuire à l'avance des pois que l'on a fait tremper la veille. Ajouter les navets et laisser encore bouillir. Faire griller des petits croûtons de pain, les mettre dans la soupière et verser dessus le potage aux légumes.

### **Potage au potiron.**

Prendre deux bonnes tranches de potiron, auxquelles on aura enlevé la peau dure. Couper ensuite le potiron en petits morceaux carrés et mettre ceux-ci dans la casserole avec deux verres d'eau et un peu de sel.

Laisser cuire une heure à feu doux et passer le potiron; ajouter un litre de lait et un morceau de beurre ou de saindoux. Tourner de temps en temps et verser sur des tranches de pain très minces ou sur des croûtons frits.

### **Potage à la purée de haricots.**

Pour trois ou quatre personnes, mettre un demi-litre de haricots sur le feu, avec assez d'eau pour que celle-ci les couvre complètement.

Au bout de trois heures les haricots doivent être assez cuits; les passer, si la purée est trop épaisse ajouter un peu d'eau. Remettre sur le feu avec un morceau de beurre ou de saindoux, saler et verser chaud sur des croûtons frits.

### **Potage aux petits pois.**

Faire revenir dans du saindoux une poignée d'oseille et cerfeuil. Ajouter de l'eau, du sel, et mettre les petits pois lorsque l'eau bout. Laisser cuire, et verser sur des tranches de pain.

### **Potage lacté à la purée de pois**

Faire cette purée assez claire. A défaut de beurre, l'assaisonner avec du saindoux dans lequel on aura mis à dorer un moyen oignon découpé; la mélanger aux pois et passer le tout en pilant. Vingt minutes avant de servir on ajoutera deux verres de lait bouillant dans lequel on aura incorporé une cuillerée de farine, laisser mijoter le mélange 20 minutes. Il faut délayer la farine dans un peu de lait froid avant de l'ajouter au lait en ébullition. Servir sur croûtons frits si l'on veut.

### **Soupe aux légumes d'hiver**

Faire rôtir dans du saindoux des légumes découpés en morceaux: Carottes, navets, oignons, etc. . . Quand tout est d'un beau jaune, ajouter l'eau bouillante nécessaire, une grosse pomme de terre, une poignée de pois secs, une de lentilles et une de céréaline; laisser cuire trois heures à gros bouillon.

### **Potage faite de beurre.**

Couper un peu de lard dans la casserole, le laisser fondre, enlever ensuite les crétons. Verser sur cette

graisse l'eau chaude nécessaire à la soupe, laisser bouillir et ajouter les légumes de la saison avec des pommes de terre. Un peu avant de servir écraser les légumes et lier avec un peu de crème.

#### **Soupe aux pommes de terre et à l'oignon.**

Couper finement passablement d'oignons, les faire rôtir dans du saindoux.

Quand tout est bien jaune, ajouter des pommes de terre et, tout de suite après, l'eau. Laisser bouillir. Après quelque temps, faire mitonner du pain dans le même bouillon et écraser le tout.

#### **Soupe à l'oignon, à l'eau et à la farine.**

Mettre une bonne cuillerée de saindoux dans la casserole. Quand il est fondu y ajouter quatre à cinq cuillerées de farine.

Faire roussir en mélangeant avec une cuiller de bois.

Quand la farine jaunit ajouter un oignon piqué de deux clous de girofle et laisser prendre une teinte brune, ajouter l'eau nécessaire, laisser cuire une demi-heure, retirer l'oignon et verser dans la soupière dans laquelle vous avez mis des tranches de pain.

#### **Potage au lait à la céréaline blanche.**

Pour une personne: un verre de lait (on peut prendre du lait stérilisé), quinze grammes de céréaline, une pincée de sucre et une de sel; faire bouillir quelques minutes.

### **Potage au riz, céréaline et oseille.**

Faire revenir l'oseille dans un peu de saindoux, mettre l'eau nécessaire ; y ajouter deux poignées de riz et trois de céréaline. Laisser bouillir une heure. Au moment de servir mettre dans la soupière des croûtons de pain frits dans le saindoux.

### **Potage italien.**

Faire cuire, pendant une heure, un quart de riz dans un litre et demi d'eau chaude avec un petit chou et du sel. Lorsque le riz et le chou sont bien cuits, égoutter et mettre dans une casserole avec une cuiller de saindoux et un oignon haché fin, faire recuire et ajouter de l'eau si cela est nécessaire.

### **Soupe au lard, dite potée.**

Pour quatre personnes, faire rôtir 125 grammes de lard environ, mettre un peu d'eau, quand cela bout ajouter carottes, poireaux, navets, un petit chou, une poignée de haricots, de pois, de riz, un bouquet garni et couvrir d'eau. Laisser cuire de trois à quatre heures, mettre des pommes de terre une heure avant de servir.

### **Crème de riz**

On peut utiliser la crème de riz pour épaissir les potages aux légumes ou remplacer les pommes de terre.

---

# BŒUF

---

## Utilisation du bœuf salé.

Mettre dessaler le bœuf pendant plusieurs heures en ayant soin de changer l'eau de temps en temps, essuyer le morceau de viande et le faire bien rôtir dans un peu de saindoux, puis le couvrir d'eau, y ajouter une poignée de haricots, que l'on aura fait tremper quelques heures, puis navets, carottes, oignons découpés; laisser cuire comme un pot-au-feu et, une heure avant de servir, ajouter les pommes de terre et une poignée de riz lavé.

---

Avec les restes de bœuf salé, on peut faire de délicieuses boulettes en y ajoutant du lard haché et des épices (faire cuire les boulettes dans le saindoux).

## Hachis en chaussons.

Hacher fin des restes de viandes rôties; faire une sauce piquante un peu liée et très-relevée, y mettre la viande pour la chauffer seulement, mais sans la laisser bouillir, ce qui la ferait durcir. Faire autant de crêpes qu'il en faut pour servir; garnir chaque crêpe d'une grande cuillerée de hachis sans l'étaler, fermer les crêpes en forme de chausson et les garder dans le four jusqu'au moment de servir.

## Plat du mendiant.

Hacher votre viande cuite avec du persil, ail, etc. D'autre part, faire une purée de pommes de terre assez

épaisse; beurrer le fond d'un plat ou d'une casserole, mettre une bonne partie de la purée, le hachis de viande au milieu, puis le reste de la purée; faire dorer au four. L'on peut servir dans le plat de la cuisson ou bien renverser la casserole. Ce plat forme un joli gâteau en même temps qu'un met excellent et très nourrissant.

**Petits pâtés pour utiliser les restes de viandes,  
pot-au-feu ou autres.**

Faire une pâte brisée composée de farine, eau, saindoux et sel. Etendre cette pâte, la couper en rond avec un couvercle de boîte. Déposer sur chaque rond un petit tas de viande hachée bien assaisonnée, replier en forme de chausson en enfermant bien la viande et faire cuire dans la friture bouillante.

**Pâté de bœuf.**

Une livre de bœuf; 150 grammes de lard gras; deux jaunes d'œufs. Hachez la viande et le lard avec des épices: oignons, persil, échalottes, sel, poivre. Bien mélanger le tout, viande et œufs, puis mettre en terrine et cuire au four au bain-marie.

**Bœuf aux oignons.**

Faire rôtir deux gros oignons dans une bonne cuillerée de saindoux; lorsqu'ils sont bien dorés, mettre le bœuf dans la casserole et le laisser rôtir au milieu des oignons; mettre un peu d'eau, sel, poivre, un bouquet garni et laisser cuire plusieurs heures.



### **Bœuf braisé aux carottes.**

Faire fondre dans la casserole un peu de lard avec une cuillerée de saindoux ; lorsqu'il est bien fondu, faire rôtir dans ce jus le morceau de bœuf ; ajouter deux oignons découpés, deux carottes et une feuille de laurier, sel, poivre ; saupoudrer d'un peu de farine, faire dorer le tout et couvrir d'eau ; laisser cuire plusieurs heures à casserole bien fermée.

---

## LARD

---

### **Fricassée au lard.**

Mettre dans la casserole des tranches de lard que vous laisserez bien fondre ; y ajouter un oignon découpé, des pommes de terre, sel, poivre et bouquet garni ; couvrir d'eau, laisser cuire une heure.

### **Riz au lard.**

Faire rôtir des tranches de lard avec un oignon, y ajouter le riz que vous aurez bien lavé, sel, poivre, un peu d'eau ; laisser bien cuire une heure et demie.

Tous les légumes peuvent se cuire de la même façon.

### **Quiche lorraine sans œufs.**

Faire une pâte brisée, l'étendre sur une tourtière, la faire cuire dix minutes au four. La retirer et mettre dessus de petits morceaux de lard maigre, puis une

bouillie faites précédemment et composée de : lait, farine, céréaline jaune et sel. Remettre au four et laisser cuire une demi-heure environ.

#### **Salade au lard.**

Couper le lard en petits dés, le mettre dans la casserole avec une bonne cuillerée de saindoux. Quand le lard est bien rôti, mettre la salade, soit chicorée ou pissenlits, laisser mijoter dix minutes, ajouter ensuite les pommes de terre cuites à l'eau et coupées en rondelles ; poivrer, saler légèrement.

Au moment de servir, ajouter une bonne cuillerée de vinaigre.

---

## **MOULES**

---

#### **Moules en daube.**

Peuvent se servir froides sans aucune préparation ou chauffées légèrement sur le coin de la cuisinière.

Pour les estomacs délicats ne pouvant supporter l'acidité de cette préparation, séparer les moules. les passer légèrement à l'eau puis faire une sauce blanche, dans laquelle vous jetterez les moules ; mettre le tout sur un plat avec un peu de chapelure et faire gratiner au four pendant dix minutes.

On peut ensuite utiliser les haricots en les faisant tremper afin d'enlever l'acidité du vinaigre ; les préparer comme il est dit au chapitre « Légumes ».

#### **Salade Russe.**

Faire cuire à l'eau un assortiment de légumes, ajouter les moules et les haricots, puis quelques feuilles de salade, sel, poivre et un peu de saindoux fondu.

# HARENGS SALÉS

---

## **Harengs salés à la vinaigrette.**

Faire dessaler pendant 48 heures, et enlever les filets, les faire frire sur le gril et servir avec une vinaigrette au saindoux, pour remplacer l'huile.

## **Harengs salés meunière.**

Faire dessaler les harengs pendant 48 heures, en ayant soin de changer l'eau plusieurs fois, les disposer sur un plat allant au four. Ajouter poivre, persil et échalottes hachés très fin, un bon morceau de saindoux ou de beurre et laisser bien dorer au four 25 minutes en ayant soin de retourner les harengs ; si l'on a du vin blanc, en mettre un verre.

## **Harengs salés sur le gril.**

Faire dessaler les harengs pendant 48 heures, en ayant soin de les changer d'eau. Bien les essuyer, les rouler dans la farine et les mettre sur le gril pendant dix minutes environ. Les servir en même temps qu'une sauce ainsi faite : Faire fondre un morceau de saindoux ou de beurre au bain-marie, ajouter du persil haché et un peu de moutarde délayée avec un filet de vinaigre.

La graisse ne doit que fondre et non bouillir.

---

# LÉGUMES DIVERS

---

## **Plat de légumes, économique et sain.**

Navets, carottes, poireaux, pommes de terre, oignons, et bouquet cuits à l'eau salée et accommodés à la sauce blanche sont préférables pour les estomacs délicats que cuits au gras.

## **Purée de carottes.**

Choisir de belles et grosses carottes bien rouges, les éplucher, les couper en quatre, les faire blanchir pendant quelques minutes, les égoutter et mettre dans une casserole avec un bon morceau de beurre ou de saindoux, saler et mouiller avec eau ou bouillon. Quand les carottes sont bien cuites, les réduire en purée en les passant. Remettre quelques instants cette purée sur le feu avec un bon morceau de beurre ou trois cuillerées de crème.

## **Carottes et oignons**

Eplucher la quantité nécessaire d'oignons et carottes ; les couper en rondelles ou en morceaux.

Faire revenir un peu de lard dans une casserole ; quand il est bien chaud, y mettre les oignons, les laisser chauffer à leur tour, ajouter ensuite les carottes. Assaisonner de sel, poivre, bouquet garni.

Ajouter très peu d'eau et laisser cuire doucement pendant trois heures.

### **Carottes frites.**

Après avoir épluché et lavé des carottes les couper en rondelles si elles sont grosses ; les laisser entières ou les couper en deux si elles sont petites. Les mettre cuire entièrement à l'eau avec oignon, un peu d'ail, sel, poivre, un peu de thym et de laurier. Sitôt cuites les égoutter et les jeter ensuite dans de la graisse bien bouillante comme pour les pommes de terre frites. Lorsqu'elles ont une petite teinte dorée les égoutter à nouveau, ajouter un peu de sel et de poivre et du persil haché, les faire sauter dans la passoire où elles égoutteront afin que le persil se mélange bien. (Moins farineuses que les pommes de terre, elles ne seront pas aussi croustillantes).

L'eau dans laquelle auront cuit les carottes pourra être utilisée pour un potage aux légumes quelconque.

### **Carottes à la Bourguignonne.**

Prendre une douzaine de belles carottes bien rouges, les éplucher, les laver et les faire cuire dans de l'eau salée.

Lorsque les carottes sont cuites, les sortir de l'eau et les égoutter. Poser ensuite une casserole sur le feu avec un morceau de beurre ou de saindoux, y faire roussir deux oignons coupés en lames, y ajouter les carottes en morceaux et saupoudrer de farine.

Lorsque l'on verra la farine prendre une belle couleur marron, ajouter un bon verre de bouillon ou d'eau, saler et poivrer. Laisser cuire un quart d'heure et servir bien chaud.

### **Carottes du pot-au-feu en salade.**

Couper les carottes en rondelles, ou les écraser avec une fourchette, qui les divise en petites lanières.

On les assaisonne ensuite comme une salade ordinaire en y ajoutant un peu de persil ou de cerfeuil.

A défaut d'huile, employer du saindoux fondu.

### **Salade de laitue sans huile.**

Dans deux cuillerées à bouche de lait concentré (non sucré) on délaie soigneusement une cuillerée à café de moutarde et du vinaigre.

On y ajoute du cerfeuil hâché finement, et l'on mélange avec cette sauce la laitue préalablement égouttée avec soin et retournée avec un peu de sel.

### **Purée de haricots.**

Mettre tremper les haricots jusqu'à douze heures s'ils sont vieux, bien les laver et les mettre cuire trois heures dans l'eau salée.

Lorsque l'on juge les haricots assez cuits, les passer au tamis; ajouter à cette purée une cuillerée de la crème qui se trouve sur votre lait; on peut très bien se passer de beurre.

### **Croquettes de haricots.**

Faire tremper les haricots la veille. Les faire cuire dans de l'eau avec beaucoup d'épices : oignons, échalotte, persil, thym, laurier, sel, poivre. Lorsqu'ils sont cuits, les égoutter fortement et les passer en purée.

Ajouter quelques cuillerées de farine afin d'épaissir la purée, un peu de beurre et faire des boulettes que

l'on roule dans un blanc d'œuf battu en neige ou à défaut dans de la farine. Faire frire dans un peu de saindoux.

#### **Pommes de terre à la Charentaise.**

Mettre dans une casserole (cuivre ou émail) des pommes de terre coupées en rondelles assez épaisses, trois ou quatre oignons également coupés, sel, poivre, gros comme une lentille de laurier, un morceau de beurre ou saindoux et l'eau suffisante pour baigner les légumes ; laisser cuire ainsi très doucement.

#### **Pommes de terre farcies.**

Pelez des pommes de terre, assez grosses et rondes de préférence. Après les avoir lavées et essuyées, creusez-les ; coupez une petite rondelle d'un côté afin que l'on puisse bien caler les pommes de terre dans le plat où elles cuiront.

Préparez une bonne farce de viande cuite ou crue, si elle est maigre maniez-la avec du saindoux, du persil, de l'échalotte, un peu d'ail, sel, poivre, le tout haché finement ; incorporez un peu de lait à la farce. Remplissez les de pommes de terre de la dite farce en bombant un peu ; faites fondre de la graisse dans un plat allant au four, rangez-y les pommes de terre, salez-les encore un peu et mettez au four, pas trop chaud ; lorsqu'elles seront bien colorées servez dans le même plat. Arrosez de temps en temps avec la graisse de la cuisson. Les fragments de ces pommes de terre peuvent s'employer pour joindre à n'importe quoi ; cependant si la farce de viande est restreinte, faites cuire ces déchets à l'eau, égouttez-les ensuite, écrasez-les et maniez-les avec la farce.

### **Croquettes de pommes de terre à la céréaline.**

Faire cuire des pommes de terre à l'eau, puis de la céréaline à part dans du lait. Laisser refroidir, mélanger avec les pommes de terre en purée; faire des croquettes que l'on met frire dans la graisse.

### **Petits friands aux pommes de terre.**

Faire cuire des pommes de terre à l'eau salée sans les éplucher. Quand elles sont cuites, les peler et les réduire en purée, en y ajoutant une pincée de sel et de la farine, de façon à former une pâte fine et bien liée. Etendre avec un rouleau ou avec une bouteille, découper en ronds, en se servant d'un verre à boire comme emporte-pièce, et faire frire dans la graisse.

Quand les friands sont dorés et gonflés, les servir saupoudrés de sucre ou de sel.

### **Restes de pommes de terre.**

Si l'on a des pommes de terre cuites à l'eau qui n'ont pas été employées, s'en servir comme suit :

*En potage.* — Les écraser et passer au tamis ou à la passoire. Mêler cette purée à un bouillon d'oignons ou avec du lait, saler et servir sur des croûtons frits dans le saindoux.

*En purée.* — Ecraser et passer; ajouter : saindoux, sel, poivre et un peu de lait. Mettre dans un plat graissé qui alle au feu et faire cuire vingt minutes à four chaud. Lorsqu'elles sont bien dorées servir.

### **Flammiche aux poireaux**

Découper une certaine quantité de poireaux en morceaux (blanc et vert), les faire revenir dans



une casserole où vous aurez fait roussir quelques morceaux de lard. Ne saler qu'à la fin de la cuisson.

D'autre part faire une pâte (la veille de préférence) avec 500 grammes de farine (400 peuvent suffire), 80 grammes de saindoux, 10 à 15 grammes de sel, un œuf, 30 grammes de levure, lait à volonté. Bien travailler le tout.

Le matin retravailler de nouveau, si l'on peut, mais cela n'est pas indispensable.

Etendre la pâte au rouleau à l'épaisseur voulue, la mettre dans la tourtière, étaler les poireaux en marmelade, recouvrir avec de la pâte, laisser lever deux heures et mettre au four assez chaud. Quand la flammiche est bien dorée, la renverser pour qu'elle brunisse aussi de l'autre côté. En général une bonne demi-heure suffit pour le tout.

#### **Poireaux au gratin.**

Laver et faire blanchir à l'eau bouillante et salée 750 grammes de blancs de poireaux que l'on incorpore à de la sauce béchamel à la crème.

Après avoir assaisonné à point ce ragoût, le faire mijoter, à feu doux et casserole découverte, pendant une quarantaine de minutes, le verser dans un plat creux dont on a graissé le fond ; chapelurer le dessus du ragoût, y mettre si possible un peu de beurre et le faire gratiner au four.

#### **Navets au gratin.**

Coupez les navets par tranches émincées, puis, si vous le jugez nécessaire, faites-les blanchir à moitié de leur cuisson dans l'eau bouillante avec du sel.

Ensuite, préparez-les dans un plat à gratin, couvrez-les d'une sauce blanche. Faites gratiner au four médiocre, de manière que ce gratin ait une teinte dorée à l'extérieur et qu'il fasse la crème intérieurement.

### **Navets dorés.**

Peler des navets, les couper en morceaux réguliers, les faire blanchir dans de l'eau salée.

Mettre du beurre ou du saindoux dans une poêle ou dans une casserole, et lorsqu'il est chaud, ajouter les navets qui y achèvent leur cuisson. On les tient couverts et on les fait sauter de temps en temps. Dès qu'ils sont tendres, on les arrose avec une petite sauce brune à l'oignon.

### **Choux à la sauce blanche**

Faire cuire les choux à l'eau salée, les égoutter, les passer au hachoir à viande.

Faire une sauce blanche avec une bonne cuillerée de farine et un peu de lait (à peu près comme une crème épaisse). Bien assaisonner de sel et poivre, y mettre les choux et laisser mijoter sur le coin du feu.

### **Riz parmentier.**

Un litre de lait, trois cuillerées à soupe de riz, 500 grammes de pommes de terre. Mettez cuire le riz avec les trois bons quarts du litre de lait, salez. D'autre part mettez les pommes de terre cuire à l'eau salée, mettez-les ensuite dans une passoire pour les égoutter et les réduire en purée; mélangez-y le reste du lait en tournant et ajoutez un peu de poivre.

Joignez au riz, en mélangeant bien, la majeure partie de la purée. Mettez dans un plat à feu bien graissé et ajoutez le reste de la purée en masquant le contenu du plat.

---

### **Nouilles.**

Pour faire les nouilles soi même :

Battre quelques instants deux œufs, les saler ; ajoutez peu à peu autant de farine qu'il en faut pour faire une pâte d'une bonne consistance. Versez sur une planche et travaillez quelques instants avec la main.

Etendre la pâte finement. Pour plus de commodité coupez là en deux. Laissez sécher une heure ou deux. Roulez vos pâtes et coupez-les par petits morceaux. Secouez-les pour qu'aucun brin ne colle après son voisin et laissez sécher.

### **Pour remplacer le tapioca.**

Avec votre moulin à café, à défaut d'autre, vous moulez du riz, que vous employez en guise de tapioca, au lait, au gras, au cacao, etc.

---

## ENTREMETS ET DESSERTS

---

### **Préparation du cacao.**

*(pour une personne)*

Mettre dans une casserole une cuillerée de cacao sur lequel vous verserez un bol de lait condensé chaud,

remuer et laisser faire un tour de bouillon; vous aurez un excellent déjeuner.

### **Soufflé au cacao.**

*(pour 4 personnes)*

Mettre dans une casserole deux cuillerées à bouche de cacao et six de farine, bien mélanger le tout, verser du lait condensé tiède de façon à former une bouillie que vous ferez cuire assez épaisse. Retirer du feu, ajouter un jaune d'œuf puis le blanc battu en neige, mettre au four un quart d'heure. Servir très chaud.

### **Caramels au cacao.**

125 grammes de cacao, une demi-tasse de lait condensé; ajouter 80 grammes de sucre, faire bouillir un quart d'heure, puis verser sur un marbre et couper les caramels en petits losanges.

### **Clafouty au cacao**

*(pour 6 personnes)*

Délayer 100 grammes de sucre, 240 grammes de farine, quatre cuillerées de cacao dans un litre de lait condensé. Mettre dans un plat allant au four et faire cuire une heure; si on dispose d'œufs, en mettre deux bien battus.

### **Crème de riz en dessert**

Une cuillerée de crème de riz par personne à délayer dans un verre de lait condensé; faire cuire en bouillie et servir chaud. On peut mettre aussi cette bouillie au four après y avoir incorporé un œuf bien battu (très nourrissant).

### **Préparation de la farine lactée ou de la phosphatine**

*(pour une personne)*

Mettre dans une casserole une cuillerée à bouche de farine lactée ou de phosphatine; verser dessus, en tournant, un bol de lait chaud *non sucré* ou un bol d'eau; laisser cuire quelques minutes.

### **Croquettes de farine lactée**

*(pour 3 personnes)*

Délayer deux cuillerées de farine lactée et une de farine ordinaire dans un demi-verre d'eau ou de lait *non sucré*; faire une pâte épaisse que vous roulerez en boulettes de la forme d'une grosse olive; passer ces boulettes dans la farine et les jeter dans la friture *très* bouillante.

### **Croquettes de riz et céréaline.**

Employer riz et céréaline en parties égales. Faire premièrement crever le riz à l'eau. Ajouter la céréaline avec un peu de riz et laisser cuire assez longtemps, sucrer modérément. Quand le tout est en bouillie épaisse, laisser refroidir et rouler en croquettes dans un peu de farine ou un blanc d'œuf. Parfumer si possible avec fleur d'oranger, rhum ou café. Faire frire dans friture bien chaude. Dresser sur un compotier et saupoudrer de sucre.

### **Beignets de céréaline.**

Un demi-litre de lait chaud avec 160 grammes de céréaline, un peu de sel et 20 grammes de sucre. Ajouter 100 grammes de farine et cinq centimes de levure.

Faire bouillir le lait avec la céréaline, sel et sucre. Retirer du feu et laisser refroidir. Ajouter ensuite la farine, puis la levure. Laisser lever une heure et mettre par cuillerée dans la graisse chaude.

#### **Pets de nonnes sans œufs.**

Prenez 500 grammes de farine. Deux cuillerées de saindoux, du sel, un peu de sucre, environ un demi-litre d'eau tiède et dix centimes de levure. Bien travailler la pâte jusqu'à ce qu'elle ne colle plus à la main. La laisser lever deux heures. Former des petites boules que vous jetterez dans la friture bouillante.

#### **Gaufres au riz.**

500 grammes de farine, 250 grammes de riz moulu, une cuillerée de saindoux, 10 centimes de levure. De l'eau et du sel.

Faire une pâte pas trop liquide, bien la battre et laisser lever deux heures.

#### **Gaufres au potiron.**

Un litre et demi de lait, deux kilo de potiron, un kilo de farine, 130 grammes de saindoux, 40 gr. de levure, une pincée de sel, deux morceaux de sucre.

Faire cuire le potiron la veille dans très peu d'eau et le passer.

Faire une pâte comme pour les gaufres ordinaires.

La cuisson de chaque gaufre demande presque cinq minutes à feu très vif.

(Très nourrissant).

### **Gaufres à la céréaline.**

150 grammes de céréaline, une livre de farine, deux cuillerées de saindoux, dix centimes de levure, sel et eau. Faire une pâte assez épaisse, bien la battre et laisser lever deux heures.

### **Brioche économique.**

500 grammes de farine, 100 grammes de beurre ou 75 grammes de saindoux, 15 grammes de sel, 40 gr. de sucre, un œuf, dix centimes de levure, lait à volonté.

Bien battre et travailler la pâte. La laisser longuement reposer toute la nuit. La retravailler un peu le matin. Lui donner la forme d'une couronne, puis la faire lever de nouveau dans la tourtière.

Au moment d'enfourner, dorer avec un peu de jaune d'œuf allongé d'eau.

### **Pain perdu.**

Faire tremper des tranches de mie de pain dans du lait, les égoutter. Les faire frire dans du saindoux, les arroser si possible de rhum, les dresser sur un plat avec des petits tas de confitures de groseilles disposés de place en place.

### **Entremets aux fruits.**

Préparez une marmelade de pommes, d'autre part, faites crever du riz dans du lait, qu'il soit assez épais. Beurrez un plat allant au four et mettez-y une couche de marmelade et une couche de riz.

Recouvrez d'une couche de confiture, mettez dix minutes au four et servez.

### **Pâte brisée fondante.**

140 grammes beurre ou saindoux, 210 grammes farine, un quart de verre d'eau froide salée. Bien pétrir, laisser reposer une heure avant d'étendre sur les tourtières.

### **Soufflé à la céréaline.**

70 à 75 grammes de céréaline pour un litre de lait.

Faire bouillir le lait avec 10 grammes de sucre et une feuille de laurier amandier, y ajouter la céréaline qu'on laisse bouillir vingt minutes, la piler dans une passette au dessus du plat.

Saupoudrer avec dix grammes de sucre, mettre au four jusqu'à ce que le plat ait une couleur dorée (environ vingt minutes), laisser refroidir pour manger tiède.

On peut faire plus léger en diminuant la quantité de céréaline.

### **Crème à la céréaline.**

Un litre de lait, 70 grammes de céréaline, une cuillerée à entremet de rhum ou vanille, sucre.

Faire bouillir la céréaline dans le lait pendant une heure en tournant souvent; sucrer et parfumer. Passer à la passoire.

### **Nonnettes.**

250 grammes de farine, une cuillerée à café de bicarbonate de soude, 75 grammes de sucre, 125 gram-



mes de miel, un quart de verre de lait (à défaut de l'eau).

Bien mélanger la farine avec le bicarbonate puis avec le miel et le sucre, débattre avec la fourchette puis avec une petite cuiller, faire des petits tas sur une tourtière beurrée.

Mettre dans un four modéré, les laisser bien dorer et sécher.

### Sablés.

300 grammes de farine, 100 grammes de saindoux, une tasse à café de sucre en poudre, du sel, un œuf (on peut remplacer l'œuf par un peu de lait). Etendre sur une planche et couper des ronds que l'on mettra cuire au four, sur des tourtières.

### Gaufrettes.

Un œuf, 100 grammes de sucre, 250 grammes de farine, 90 grammes de saindoux, un peu de vanille, de rhum ou de cannelle.

Bien battre le tout, laisser reposer une nuit et faire des boulettes pour cuire dans un moule.

### Oublies.

125 grammes de farine, une cuiller à café d'huile, sucre et eau pour éclaircir (pâte liquide). Mettre une petite cuillerée de pâte dans le moule.

Sortant du moule mettre vivement les oublies dans une flûte à champagne pour leur en faire prendre la forme.

### **Petits gâteaux de riz-beignets**

Lorsqu'il vous restera du gâteau de riz, coupez-le en morceaux, soit carrés, soit longs, en forme de biscuits de Reims.

Trempez dans une pâte à frire composée de farine et eau, faites frire, puis saupoudrez-les de sucre.

### **Plum-Cake.**

Deux œufs, 250 grammes de farine, 125 grammes saindoux, 125 grammes sucre en poudre, quelques raisins de symrne et de corinthe, une cuillerée de rhum, un peu de lait (le volume de deux œufs de lait), une cuiller à café de levure en poudre.

Faire fondre le saindoux sans le laisser roussir, ajouter la levure, le lait et les raisins au dernier moment. Mettre dans un moule à cake bien graissé, puis au four très chaud; cuire pendant une heure et demie. Garantir la cuisson par un papier beurré.

---

# BOISSONS

---

## Cidre.

Lorsqu'on épluche des pommes, ne pas jeter les épluchures ; les mettre dans un récipient en les couvrant d'eau, laisser fermenter pendant cinq ou six jours, passer et mettre en bouteilles avec une pincée de sucre. Surtout ne pas coucher les bouteilles.

## Bière (formule pour 50 litres).

Orge deux litres, houblon 150 grammes, sucre un kilo, levure 50 grammes, chicorée pour colorer un demi-paquet. Faire bouillir deux heures, orge, houblon et chicorée ; passer et remplir le tonneau en mettant la levure délayée et le sucre ; laisser pousser pendant cinq à six jours en ayant soin, chaque jour, de remplir le tonneau et de le remuer. Le sixième jour, délayer dans un peu d'eau tiède, 300 grammes de colle de poisson et gros comme une noix d'acide tartrique. Le lendemain, battre ce mélange, le verser ensuite dans le tonneau après l'avoir passé. Agiter, remettre la bonde ; deux ou trois jours après, la bière est bonne à mettre en bouteilles.

## Frénette.

Pour 50 litres, mettre dans une grande bassine 125 grammes de feuilles de frêne et trois poignées de

chicorée que l'on fera bouillir pendant une heure ; passer sur un linge dans un tonneau. Ajouter trois kilos de sucre que l'on fera fondre avec 50 grammes d'acide tartrique ou citrique. Puis 50 grammes de levure délayée dans un peu d'eau tiède.

Remplir le tonneau, qui doit avoir la contenance de 50 litres, bien remuer le tout.

Laisser fermenter douze à quinze jours et mettre en bouteilles que l'on laissera debout.

#### **Fortifiant.**

Quinquina gris concassé 50 grammes, eau bouillante 500 grammes, faire bouillir une heure ; passer au tamis, ajouter 100 grammes de sucre.

#### **Café turc à la torréaline.**

Moudre la torréaline après l'avoir fait regriller, mettre une cuillerée de torréaline par tasse d'eau, faire bouillir et filtrer.

---

# TABLE DES MATIÈRES

## Potages.

	Pages
Potage aux haricots, pois et lentilles.....	3
— riz et céréaline.....	3
— navets et pois.....	4
— au potiron.....	4
— à la purée de haricots.....	4
— aux petits pois.....	5
— lacté à la purée de pois.....	5
— faite de beurre.....	5
— lait et céréaline.....	6
— riz, céréaline et oseille.....	7
— italien.....	7
Soupe aux légumes d'hiver.....	5
— aux pommes de terre et à l'oignon.....	6
— à l'oignon.....	6
— au lard.....	7
Crème de riz.....	7

## Bœuf.

Utilisation du bœuf salé.....	8
Hachis en chaussons.....	8
Plat du mendiant.....	8
Petits pâtés (utilisation de restes de viande).....	9
Pâté de bœuf.....	9
Bœuf aux oignons.....	9
Bœuf braisé aux carottes.....	10

## Lard.

Fricassée au lard.....	10
Riz au lard.....	10
Quiche lorraine sans œufs.....	10
Salade au lard.....	11

### Moules.

	pages
Moules en daube .....	11
Salade russe .....	11

### Harengs salés.

Harengs salés à la vinaigrette.....	12
— meunière.....	12
— sur le gril .....	12

### Légumes.

Plat économique et sain .....	13
Purée de carottes .....	13
Carottes et oignons.....	13
Carottes frites.....	14
Carottes à la Bourguignonne .....	14
Carottes du pot-au-feu en salade .....	15
Salade de laitue sans huile.....	15
Purée de haricots .....	15
Croquettes de haricots.....	15
Pomme de terre à la Charentaise .....	16
Pommes de terre farcies.....	16
Croquettes de pommes de terre à la céréaline.....	17
Petits friands aux pommes de terre .....	17
Restes de pommes de terre.....	17
Flammiche aux poireaux.....	17
Poireaux au gratin.....	18
Navets au gratin.....	18
Navets dorés .....	19
Choux à la sauce blanche.....	19
Riz parmentier.....	19
Nouilles.....	20
Tapioca .....	20

### Entremets et desserts.

Préparation du cacao.....	20
Soufflé au cacao.....	21

	pages
Caramels au cacao.....	21
Clafouty au cacao.....	21
Crème de riz en dessert.....	21
Préparation de la farine lactée ou de la phosphatine..	22
Croquettes de farine lactée.....	22
Croquettes riz et céréaline.....	22
Beignets de céréaline.....	22
Pets de nonnes sans œufs.....	23
Gaufres au riz.....	23
Gaufres au potiron.....	23
Gaufres à la céréaline.....	24
Brioche économique.....	24
Pain perdu.....	24
Entremets aux fruits.....	24
Pâte brisée fondante.....	25
Soufflé à la céréaline.....	25
Crème à la céréaline.....	25
Nonnettes.....	25
Sablés.....	26
Gaufrettes.....	26
Oublies.....	26
Petits gâteaux de riz-beignets.....	27
Plum-Cake.....	27

### Boissons.

Cidre.....	28
Bière.....	28
Frênette.....	28
Fortifiant.....	29
Café turc à la torréaline.....	29

---

1752  
15010



