

Ménagères, le Canada compte sur vous

Si chaque famille, au lieu de détruire les graisses, en conservait seulement six onces par semaine, le Canada au bout d'une année, aurait économisé 400,000,000 de livres de graisse. Que pouvez-vous faire dans votre cuisine pour aider l'effort de guerre?

1° Ne jetez pas les corps gras; faites-les fondre pour vous en servir en cuisine, pour les fritures, les soupes, les sauces, les plats de légumes. Enlevez toute la graisse superflue des rôtis, des steaks, des côtelettes. Mettez fondre pour vous en servir au besoin.

2° Conservez la graisse des rôtis, la graisse de bacon et faites fondre la graisse qui adhère aux couennes.

3° Ne perdez pas une seule particule du beurre, du lard, de la graisse qui reste sur le papier ciré d'emballage. Servez-vous de ces papiers pour graisser casseroles, poêles, moules.

4° Quand vous achetez des graisses, prenez avantage des ventes. Achetez par trois ou quatre paquets à la fois pour diminuer le prix de vente d'un paquet d'une livre.

5° Mesurez avec soin et n'en mettez pas plus que la recette n'en demande. La meilleure façon de mesurer les graisses — disons $\frac{1}{2}$ livre de graisse solide, (beurre, lard ou graisse végétale) est de remplir la tasse à mesurer à moitié avec de l'eau. Ajoutez ensuite le corps gras jusqu'à ce que l'eau remplisse la tasse. Versez le liquide, vous aurez exactement $\frac{1}{2}$ livre de graisse. Attention, cependant, il faut que la graisse soit complètement submergée dans l'eau.

6° Clarifiez les graisses qui sont employées pour les fritures et mettez de côté pour usage futur. Traitées avec soin, ces graisses peuvent servir plusieurs fois. Attention de ne pas les laisser fumer, quand elles commencent à fumer, c'est signe qu'elles se décomposent et par conséquent deviennent impropres à la cuisson. La graisse, une fois brûlée devient rance. Pour vous rendre compte si la friture est assez chaude, servez-vous d'un thermomètre ou encore de cubes de pain sec. A une température de 365-375F, un cube de pain brunît en 60 secondes; quand la graisse a atteint 375-385F, le pain brunît en 40 secondes, à une température de 385-395F, le pain ne met que 20 secondes à brunir.

7° Pour économiser les graisses, conservez-les en lieu propice. Le beurre est relativement périssable, il absorbe les odeurs, aussi faut-il le tenir dans le réfrigérateur dans un réceptacle couvert. Le lard, les graisses végétales, les huiles se conserveront dans un endroit frais et sec.

8° Ne dépensez pas de beurre inutilement. Coupez le beurre en petits carrés pour usage sur la table. Il s'en perdra moins de cette façon sur les assiettes que si vous laissez le pain en demi-livre.