Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 3 (1973)

Heft: 12

Rubrik: Madame Pratique a des idées : Madame Pratique a des idées... de Noël

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Madame Pratique a des idées... de Noël

La pensée du mois:
Une pensée gidienne que chacun devrait retenir en ce mois où l'on a le cœur sur la main: « Mon bonheur est d'augmenter celui des autres. J'ai besoin du bonheur de tous pour être heureux ».
(A. Gide)

Ne renoncez pas au sapin!
Le sapin n'est-il pas le roi de la Fête? Que vous soyez croyant ou non et, surtout, si vous invitez des enfants, il serait mesquin de renoncer au sapin. Où que vous fêtiez Noël, à la ville ou à la campagne, dans une grande maison ou une chambrette, n'excluez pas le vert sapin de la fête. Lui aussi, avec ses bougies et son parfum sylvestre sent si bon Noël et fait sentimentalement revivre les Noëls d'antan.

Les principes des mobiles
Ces décorations vous offrent mille et une ressources très personnelles. Selon ce dont vous disposez et, bien sûr, aussi selon votre dextérité, vous vous lancerez dans la confection de mobiles « angéliques », « étoilés », voire animés de petits bonshommes faits avec des boules de Noël, à moins que vous ne donniez la préférence à un mobile de grelots qui tinteront joyeusement. Le principe à respecter est de suspendre les sujets de votre choix à des longueurs de fil différentes et autour d'un support mobile: une croix ou un cercle. Or, comme un mobile est destiné à s'animer gracieusement aux remous de l'air ambiant, il doit être d'une légèreté quasi éthérée. Il s'animera mieux si l'air est parcouru par un courant de chaleur! La flamme d'une bougie placée juste au-dessous fera l'affaire.

Le cocktail « antigel »
Il déridera vos hôtes les plus timides puisqu'il vient, en droite ligne, de la froide Russie. Pour le confectionner, vous prendrez 1/6 de crème de cacao, autant de crème fraîche et 2/3 de vodka. Et les yeux de vos convives jetteront des feux comme ceux de Natacha!

Faites maigre avant de ripailler!
Les échéances de fin d'année, les petits cadeaux qui entretiennent l'amitié portent souvent un sérieux coup au porte-monnaie. Aussi, pour équilibrer votre budget, convient-il d'être sage avant de faire bonne chère. En servant des œufs cuits dur avec tous les légumes verts, vous ajouterez non seulement un sérieux apport de vitamines à vos repas mais vous réaliserez une substantielle économie de viande. Les œufs à toutes les sauces font bon ménage avec le fromage et sont « amis-amis » avec un plat de riz, de pommes de terre ou de pâtes. Si vous ne digérez pas parfaitement les œufs, quelques gouttes de citron sur la préparation aide la digestion. Un bon potage aux légumes, un quignon de pain et un morceau de fromage nourrissent sainement, eux aussi. Le pain aux œufs, les ramequins, tous ces petits plats sains méritent d'être à l'honneur sur votre table.

SUGGESTIONS DE MENUS DE NOËL

Soupe de fête

***

Saltimbocca alla romana
Pommes persillées
Salade mixte

***

Pavés glacés

***

ou
1/2 douzaine d'escargots

***

Daube des anciens rouliers
Pommes purée
Endives braisées ou choux de Bruxelles

***

Coupes glacées aux framboises (surgelées)

Soupe de fête
Eléments: 1 tasse de restes de volaille, 25 g de beurre, 40 g de farine, 1 litre de bouillon de poule, 1 pincée de bon curry, 1/2 verre de vin blanc, jus de citron.
Faites un roux avec beurre et farine. Otez du feu et mouillez avec le bouillon de poule en remuant vivement. Relevez au curry et au vin blanc. Ajoutez, selon désir, quelques larmes de jus de citron et faites cuire pendant 10 minutes. Détachez soigneusement la viande de volaille des os. Débitez-la en petits dés et incorporez-la au potage quelques minutes avant de servir.

Saltimbocca
Eléments (pour 2 personnes): 4 petites escalopes de veau, 2 cuillerées à soupe de farine, 4 petites tranches de jambon de Parme, 2 cuillerées à soupe de beurre, 2 cuillerées à soupe de Marsala, 25 g de parmesan râpé et autant de gruyère, râpé aussi, 1 verre de sauce tomate épaisse et 4 feuilles de sauge, sel, poivre.
Temps de préparation (et cuisson): 20 minutes. Passez les escalopes dans la farine. Recouvrez chacune d'elles avec une tranche de jambon de Parme et faites mijoter à feu doux dans une poêle contenant 2 cuillerées à soupe de beurre. A mi-cuisson, versez le Marsala, posez une feuille de sauge sur chaque escalope et saupoudrez d'un peu de fromage râpé. Servez chaud avec de la sauce tomate.

Pavés glacés
Eléments: 4 œufs, 120 g de sucre, 1/2 citron, 120 g de farine, 1 cuillerée à soupe de rhum. **Pour le glaçage:** 300 g de sucre glace, 1/2 citron, 1 blanc d'œuf, colorants pour confiseur.
Travaillez jaunes d'œufs, sucre, zeste râpé et jus de citron durant vingt minutes. Ajoutez la farine tamisée et incorporez délicatement, en soulevant la masse, les blancs d'œufs battus en neige ferme. Versez l'appareil dans un moule à cake ou à génoise copieusement beurré et saupoudré de farine. Faites cuire à four moyen. Attention: le gâteau ne doit être que blond. Piquez-le avec une aiguille à tricoter pour vérifier s'il est cuit. Laissez refroidir et coupez le biscuit en pavés réguliers.
Glaçage: Travaillez bien le sucre en poudre qvec quelques gouttes de citron et le blanc d'œuf. Répartissez la masse dans diverses tasses dans lesquelles vous mettrez différents colorants de votre choix. Glacez les pavés et décorez-les de lettres ou de sujets de circonstances mais seulement quand le sucre glace sera bien sec.

Daube des anciens rouliers
Eléments: 750 g de bœuf (noix) coupé en morceaux, 4 cuillerées d'huile, 100 g de lardons, 4 gousses d'ail, 1 giclée de vinaigre rouge dans une assiette, 1/2 litre de vin rouge préala-

blement chauffé, 1 pincée d'épices, poivre, sel, laurier.
Temps de cuisson: 3 heures. Mettez l'huile dans la cocotte. Portez au feu, roulez chaque morceau de viande dans le vinaigre et jetez la viande dans l'huile. Ajoutez les dés de lard. Laissez évaporer un peu l'eau rendue par la viande. Recouvrez avec le vin chaud. Ajoutez 2 verres d'eau. Poivrez, salez et épicez. Cette daube doit mitonner lentement dans un récipient fermé.

Coupes glacées aux framboises
Eléments: 300 g de fromage blanc, 2 cuillerées à soupe de crème fraîche, 100 g de sucre en poudre, 250 g de framboises (surgelées).
Battez énergiquement le fromage blanc avec la crème et le sucre. Ecrasez les framboises et incorporez-les au mélange. Remplissez des coupes avec cette préparation et mettez-les rafraîchir pendant une heure au moins.

BRICOLONS...

Faites votre

Botte de Noël

Les fêtes mettent bien des gens dans l'embarras: on ne sait pas qu'offrir... et ce qu'on achète coûte cher. «Aînés» a trouvé pour vous une idée de cadeau original et avantageux qui fera la joie des petits et des plus grands. La botte de Noël que le Club des aînés de Plainpalais et Mme Droz de l'Hospice général vous proposent comporte deux avantages: on peut la bourrer de friandises et de menus objets de toutes sortes et elle servira de moyen de transport pour les jouets de vos petits-enfants. En voici la démonstration détaillée: alors, au travail avec nous!

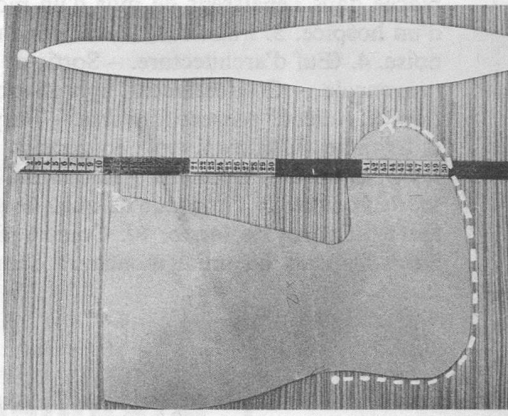
Matériel de base: des chutes de tissu, uni ou imprimé ou l'un et l'autre; il faudra pouvoir y couper 2 carrés de 50×50 cm. Un bout de fourrure, naturelle ou artificielle (utilisez vos vieux restes!) de 45×6 cm. Ciseaux, aiguilles, fil et une lame de rasoir. On peut se procurer ce matériel n'importe où et à très bon marché.

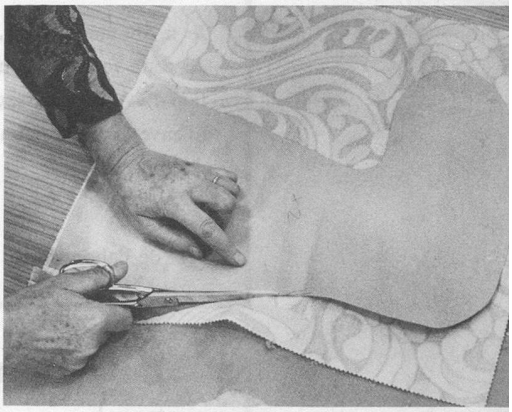
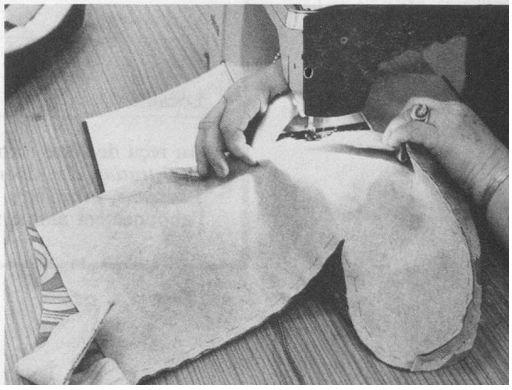
Patrons: notre botte sera formée par l'assemblage de 4 éléments:
La botte (photo 1): bord supérieur: 23 cm; hauteur (prise au milieu): 45 cm; longueur du pied: 28 cm.
Découper 2 morceaux de tissu de cette dimension.
La plante du pied est une bande de 61 cm de long pour 8 cm dans la plus grande largeur. On choisira indifféremment un autre tissu ou le même.
La fourrure de 45×6 devra être découpée à la lame de rasoir en évitant de scier la matière. Il est prudent de marquer la ligne de coupe à l'aide d'une craie ou d'un stylo.
Les deux poignées se fixeront au haut de la botte. Couper pour cela 2 bandes de 28×6 cm. Rabattre 1 1/2 cm de chaque côté, piquer des deux côtés de manière à obtenir deux bandes de 28×3 cm.

Montage: mettre les 2 morceaux de tissu envers contre envers.
* Faufiler la plante du pied au morceau supérieur du tissu, croix sur croix jusqu'au point, puis coudre. Ensuite faufiler puis coudre les parties restantes.
* Fabriquer les poignées en les cousant et les piquant des deux côtés comme indiqué plus haut; coudre les deux bouts de la fourrure.
* Coudre les poignées au haut de la botte (sur l'envers toujours) à 3 cm de chaque bord.
* Coudre la fourrure au bord de la botte, bon côté de la fourrure contre envers de la botte; cranter le coup-de-pied.
* Retourner le tout, puis repasser: vous voilà au bout de vos peines!

Nous espérons que vous aurez du plaisir à confectionner cet objet très simple.

Si, toutefois, vous éprouviez des difficultés pour un point ou un autre, vous pourrez vous faire dépanner en écrivant ou téléphonant à l'adresse suivante: Club des aînés de Plainpalais, 50, rue de Carouge, 1205 Genève, tél. (022) 20 99 57 (mardi après midi).
D'autre part, et ce sera notre conclusion, si vous n'avez pas de petits-enfants à gâter avec un tel cadeau, envoyez-nous votre production: nous nous chargerons de transmettre votre cadeau à un enfant défavorisé; ainsi vous apporterez à distance la joie et l'amitié de Noël.


1


2