

**Zeitschrift:** Le nouveau conteur vaudois et romand  
**Band:** 77 (1950)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Les conseils de "Perrette" : riz-épinard au fromage en gratin  
**Autor:** Perrette  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-227216>

### **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:** 06.02.2026

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



## Les conseils de "PERRETTE"

### Riz-Epinard au fromage en gratin

Quantité pour 3 personnes : 1 1/2 tasse de riz, 1 livre d'épinards, 100 gr. de fromage de cuisine ou Sbrinz, beurre.

Cuire le riz dans de l'eau salée. Les feuilles entières d'épinards sont bouillies puis passées au beurre. (Ne pas saler les épinards.) Beurrer un plat à gratin et disposer une couche de riz, une de fromage, une d'épinards, puis de nouveau une de fromage, et ainsi de suite. Terminer par une couche de riz, saupoudrer de fromage et mettre quelques morceaux de beurre. Gratiner au four chaud pendant vingt minutes.

Ce plat, accompagné de salade verte, est délicieux. On peut remplacer les épinards par des choux, choux-fleurs ou choux frisés.

Vaudois...!

Le verre de l'amitié se boit au  
**BUFFET DE LA GARE**

André OYEX

LAUSANNE

## A nos correspondants

Pour faciliter l'acheminement de la correspondance concernant LA REDACTION, nos correspondants et amis sont priés d'envoyer à l'avenir tout ce qui la concerne à l'adresse suivante :

R. MOLLES,  
Marterey 9  
LAUSANNE

Nous profitons de cette occasion pour leur présenter nos compliments et pour leur rappeler que les *délais mensuels pour l'envoi des articles à paraître sont fixés au 25 de chaque mois.*

LA REDACTION.



**Comes-  
tibles**

Escaliers du  
Lumen

Tél. 2 23 93

## PERRETTE agrandit son domaine ...!

*Celle qui vous prodigue ses conseils a inauguré, dans le nouvel immeuble de la « Banque Cantonale », rue de la Grotte 3, sa 12<sup>me</sup> succursale agrémentée d'un accueillant « Baz laitier »...*

Installations modernes Produits de premier choix  
Service impeccable dans une ambiance sympathique

**Centrale laitière de Lausanne**  
Laiterie Agricole