

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 12 (1982)  
**Heft:** 7-8

**Rubrik:** La recette de Tante Jo : la tarte aux épinards

### **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:** 01.02.2026

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

(2 br. rel. piq. ds la même m. et la 3<sup>e</sup> m. suiv., 2 m. air), 2 br. rel. piq. ds la même m. et la 3<sup>e</sup> m. suiv., 1 m. air\*\*, 2 br. sépar. par 4 m. air et piq. ds la même m., repr. de \*à\*\*. Fermer comme le 7<sup>e</sup> tour. **20<sup>e</sup> tour:** 2 m.c., \*3 m.s. ds la m. suiv., 85 m.s., 3 m.s. ds la m. suiv., 135 m.s., repr. à\*. **21<sup>e</sup> tour** (voir le 9<sup>e</sup> tour), 2 m.c., 20 m. air, 1 br.q. ds la même m. que la dern. m.c., \*1 br.cr.d. piq. ds la même m. que la br.q. et la 6<sup>e</sup> m. suiv., 1 br.cr.d. piq. ds la même m. et la 6<sup>e</sup> m. suiv., 10 fs (1 br.cr.d. piq. ds les prem. et 7<sup>e</sup> m. suiv.), 1 br. cr.d. piq. ds la même m. et la 6<sup>e</sup> m. suiv., 2 br.q. sépar. par 13 m. air et piq. ds la même m. ou m. d'angle, 10 fs (1 br.cr.d. piq. ds les prem. et 7<sup>e</sup> m. suiv.), 1 br.cr.d. piq. ds la même m. et la 5<sup>e</sup> m. suiv. mais en ne faisant que 3 m. air entre les branches supér. de la croix, 1 br.cr.d. piq. ds la même m. et la 6<sup>e</sup> m. suiv., 8 fs (1 br.cr.d. piq. ds les prem. et 7<sup>e</sup> m. suiv.)\*\*, 2 br.q. sépar. par 13 m. air et piq. ds la m. suiv., repr. de \*à\*\*. Fermer comme le 9<sup>e</sup> tour. **22<sup>e</sup> tour:** 19 m.s. ds chaque arc. d'angle, 5 m.s. ds chaque arc. de 5 m., 1 m.s., entre les br.cr.d., ainsi qu'entre les br.cr.d. et les br.q. d'angles. **23<sup>e</sup> tour:** 10 m.c., \*3 m.s. ds la m. suiv., 108 m.s., 3 m.s. ds la m. suiv., 159 m.s., repr. à\*. **24<sup>e</sup> tour:** 2 m.c., 7 m. air, 1 br. ds la même m. que la dern. m.c., \*37 fs (2 m. air, 2 br. rel. piq. ds la même m. et la 3<sup>e</sup> m. suiv.), 2 m. air, 2 br. sépar. par 3 m. air et piq. ds la même m. ou m. d'angle, 54 fs (2 m. air, 2 br. rel. piq. ds la même m. et la 3<sup>e</sup> m. suiv.), 2 m. air\*\*, 2 br. sépar. par 3 m. air et piq. ds la même m., repr. de \*à\*\*. Fermer comme le 7<sup>e</sup> tour. **25<sup>e</sup> tour:** 1 m.c., \*3 m.s. ds la m. suiv., 117 m.s., 3 m.s. ds la m. suiv., 168 m.s., repr. à\*. **26<sup>e</sup> tour:** 2 m.c., 8 m. air, 1 br. ds la même m. que la dern. m.c., \*39 fs (2 m. air, 1 br. ds la 3<sup>e</sup> m. suiv.), 2 m. air, 2 br. sépar. par 5 m. air et piq. ds la 3<sup>e</sup> m. suiv. ou m. d'angle, 56 fs (2 m. air, 1 br. ds la 3<sup>e</sup> m. suiv.), 2 m. air\*\*, 2 br. sépar. par 5 m. air et piq. ds la 3<sup>e</sup> m. suiv., repr. de \*à\*\*. Fermer comme le 7<sup>e</sup> tour. **27<sup>e</sup> tour:** 2 m.c., \*3 m.s. ds la m. suiv., 125 m.s., 3 m.s. ds la m. suiv., 176 m.s., repr. à\* fermer par 1 m.c. **28<sup>e</sup> tour:** 2 m.c., 6 m. air, 1 br. ds la même m. que la dern. m.c., \*2 m. air, 2 br. rel. piq. ds les prem. et 4<sup>e</sup> m. suiv., 2 m. air, 41 fs (2 br. rel. piq. ds la même m. et la 3<sup>e</sup> m. suiv., 2 m. air), 2 br. sépar. par 3 m. air et piq. ds la m. suiv. ou m. d'angle, 2 m. air, 2 br. rel. piq. ds les prem. et 4<sup>e</sup> m. suiv., 2 m. air, 58 fs (2 br. rel. piq. ds la même m. et la 3<sup>e</sup> m. suiv., 2 m. air)\*\* , 2 br. sépar. par 3 m. air et piq. ds la m. suiv., repr. de \*à\*\*. Fermer comme le 7<sup>e</sup> tour. Faire 2 tours de m.s. en piq. 3 m.s. ds la même m. à chaque angle, et terminer par 1 tour de m.c.

## La recette de Tante Jo

Les tartes, c'est bon, c'est nourrissant, mais il ne faut pas toujours les considérer comme un dessert. Vous pouvez très bien confectionner une tarte qui soit un plat principal. Par exemple:

### la tarte aux épinards

#### Il vous faut:

un paquet d'épinards hachés surgelés;  
une tomate;  
un œuf;  
100 g de lard;  
4 cuillers à soupe de crème;  
sel, poivre, muscade;

et, bien sûr, de la pâte à gâteau (brisée, de préférence): 250 g.

Etendez votre pâte sur une plaque beurrée de 28 cm environ. Après avoir laissé dégelé les épinards, ajoutez-y la farine, l'œuf battu, la crème, un peu de sel, de poivre et de muscade. Garnissez votre pâte de ce mélange. Placez sur le dessus le lard coupé en carrelés et la tomate coupée en fines rondelles. Mettez à four chaud et laissez cuire pendant 25 minutes. Servez chaud ou tiède... et régalez-vous.

### Solution des jeux des pages 22 et 23

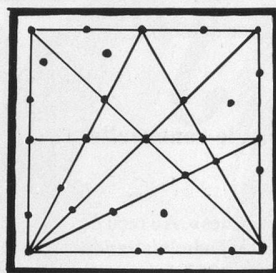
#### Observation

Le coupable est C; en effet, de dos, sur la photo de Jean, on voit l'extrémité des branches de ses lunettes!

#### Logique

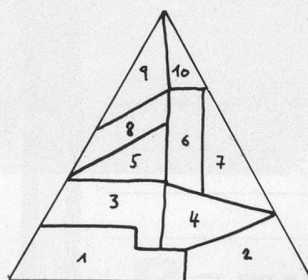
##### les points alignés

Il y a quatre points qui ne peuvent pas être reliés.



#### La figure mystérieuse

La figure mystérieuse est un triangle.



#### Les diaminos

Disposés les uns en dessous des autres, les 7 diaminos laissent apparaître sur la première colonne le mot «Lapines». Le mot qui devrait apparaître logiquement dans la deuxième colonne est donc «clapier». La lettre à placer dans la case vide est, par conséquent «R».

L	C
---	---

A	L
---	---

P	A
---	---

I	P
---	---

N	I
---	---

E	E
---	---

S	R
---	---

#### Culture

##### Trouvez le pluriel

Voici les pluriels de ces quinze mots composés:

1. Des pincés-monseigneur
2. Des pique-assiette: ce mot est invariable
3. Les pipe-lines
4. Des arcs-en-ciel
5. Les coffres-forts
6. Des cache-pot: ce mot est invariable
7. Les couvre-lits
8. Des faire-part: ce mot est invariable
9. Des sauf-conduits
10. Des compte-gouttes
11. Les raz-de-marée: ce mot est invariable
12. Les sages-femmes
13. Des sang-mêlé: ce mot est invariable
14. Le sang-froid est un mot qui ne s'emploie jamais au pluriel!
15. Les trop-pleins: ce mot est cependant rarement utilisé au pluriel.