

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 21 (1991)  
**Heft:** 7-8

**Rubrik:** Astrologie culinaire : lion du 23 juillet au 23 août

#### **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:** 28.01.2026

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

# Lion

## du 23 juillet au 23 août

Le signe du Lion est régi par le Soleil, et c'est le dimanche qui est le jour de chance de ses natifs. Les Lions - hommes et femmes - apprécient la viande, la volaille et le poisson fumé. Pour ce qui est des légumes, ils aiment surtout les tomates. Enfin, en matière d'assaisonnement, ils préfèrent le basilic, la sauge, le safran ainsi que la coriandre.

Les Lions attachent une grande importance à la présentation de la table. Habituer à traiter royalement leurs convives, ils s'attendent tout naturellement à être reçus de même. Il ne s'agit d'ailleurs pas de faire des chichis en mettant des couverts d'argent ou en offrant des mets excessivement chers, non. Ce qui leur importe, c'est simplement d'être honorés. Quand on ne respecte pas ce «point d'honneur» des Lions, ceux-ci, de bons vivants sympathiques, peuvent se changer subitement en colériques vexés. En effet, d'après la typologie des anciens Grecs, le tempérament des Lions est bien de nature colérique.

Ceci étant, les Lions feraient bien d'éviter les mets gras par trop épices et de s'en tenir aux vins légers et peu acides. Cela calmerait leur tempérament en même temps que leur estomac délicat, enclin aux fameuses «brûlures».

Bien que les Lions adorent la viande, il ne faut donc pas leur en servir des portions trop grandes ni ajouter des accompagnements trop consistants. De toute manière, les Lions préfèrent manger plusieurs petits plats bien préparés. Et si vous leur confiez qu'on a fait venir le loup de mer spécialement par avion, que les tomates ont été cueillies dans le potager le plus haut perché du Valais, que, pour la salade, on a utilisé uniquement du vinaigre Balsamico vieux de cent ans, alors vous aurez gagné la sympathie et la reconnaissance de vos invités nés sous le signe du Lion. ■



### *Filet mignon de porc en manteau vert*

Les feuilles de laitue romaine qui entourent la viande lui permettent de cuire dans son jus et de rester tendre et savoureuse. On peut les remplacer par du chou frisé: la préparation n'en sera que plus savoureuse.

#### *Ingrédients:*

1 petit filet mignon de porc de 220 à 250 g  
100 g de chair à saucisse de veau  
2 cs de persil haché fin  
un peu de thym  
1 laitue romaine  
sel, poivre  
2 dl de bouillon  
1 cs de beurre de table

Laver soigneusement les feuilles de laitue et les blanchir 3 minutes à l'eau salée. Laisser refroidir.

Mélanger le persil et le thym à la chair à saucisse. Rectifier éventuellement l'assaisonnement.

Étaler les feuilles de laitue sur une planche, poser dessus le filet mignon de porc salé et poivré.

A l'aide d'un couteau ou d'une spatule, enduire la viande de chair à saucisse. Emballer le tout dans les feuilles de laitue et ficeler solidement avec du fil de cuisine.

Mettre le filet emballé dans un plat à gratin, arroser de bouillon chaud et parsemer de noisettes de beurre. Faire cuire 25 à 30 minutes au four préchauffé à 200 degrés.

Servir avec des croquettes ou des pommes dauphine et un légume au choix.

*Cuisinez avec Margrit Amstutz et Hansjörg Volkart «La cuisine pour deux», Editions Silva, Zurich.*