

**Zeitschrift:** Le pays du dimanche  
**Herausgeber:** Le pays du dimanche  
**Band:** 2 (1907)  
**Heft:** 53

**Artikel:** Les plantes médicinales  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-256796>

### **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:** 17.02.2026

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

cœur et le gésier. Si l'amer se déchire, on doit laver la volaille et l'essuyer.

Ce travail fait, on plume la bête pendant qu'elle est chaude, en ne prenant qu'une petite quantité de plumes à la fois avec la main droite, tandis qu'avec la main gauche, on maintient la peau pour l'empêcher de se déchirer. On la flambe ensuite pour se débarrasser des quelques plumes qui peuvent rester et de son duvet, puis on enlève la tête, le bout des pattes et des ailes.

**Manière de trusser la volaille.** — Pour cette opération, on rabat le cou sur le corps, puis on bride les pattes et les ailes, c'est-à-dire que l'on attache la volaille en l'entourant avec de la ficelle et l'on serre plus ou moins, dans les endroits convenables, pour donner une bonne forme arrondie et rebondie.

**Poulet rôti.** — Le poulet bridé est mis à la broche avec un morceau de beurre ou de graisse dans la lèche-frite. L'arroser souvent avec son jus et, quand il est à peu près cuit — il faut environ une heure de cuisson — le saler, le poivrer et le débrider.

**Manière de découper la volaille.** — On la place sur le dos dans un plat, puis on enlève les ailes et on les sépare, à la seconde articulation. On retourne le poulet, on enlève les cuisses et on coupe les pattes aux jointures. Détacher le cou et en faire deux morceaux, enlever les blancs, partager l'estomac et les reins très nettement en quatre morceaux égaux, séparer le croupion de la carcasse.

Les ailes et les cuisses se servent entières, à moins qu'elles ne soient trop grasses ; dans ce cas, on les coupe en deux à la jointure.

**Poulet sauté.** — Le couper en morceaux et le faire revenir, à feu vif, dans un plat à sauter ou à la poêle, avec un morceau de beurre. Lorsque les morceaux sont bien colorés, on les saupoudre de farine, on tourne et on mouille avec du bouillon ou avec un verre de vin. On assaisonne avec du sel, du poivre, du persil, des échalotes et des champignons hachés menus, puis on laisse mijoter et on sert le tout sur le même plat.

**Poulet farci.** — Garnir l'intérieur d'un hachis de chair à saucisse et de veau épicés. Le brider, le faire rôti et servir la sauce dans une saucière.

**Poulet à la Marengo.** — Commencer par découper le poulet, puis faire revenir les morceaux dans du beurre à un feu vif jusqu'à ce qu'ils aient une belle couleur. Assaisonner de sel et de poivre avec une pointe d'ail, du persil haché, des champignons émincés et une bonne cuillerée de sauce tomate. Laisser mijoter et servir le tout très chaud.

**Poule au pot.** — Mettre la poule à l'eau froide avec un morceau de bœuf, afin d'en corriger le goût fade et ajouter du sel et du poivre. Lorsque c'est cuit, servir le bouillon avec du riz, découper la poule et l'accommoder à la sauce blanche. La durée de la cuisson est d'environ de deux à trois heures.

**Poule au riz.** — On fait crever du riz dans du bouillon ou dans de l'eau, puis on dépèce la poule et l'on fait revenir les morceaux dans du beurre ; on ajoute quelques petits oignons, on mouille, puis on sale et l'on poivre. Lorsque la poule est cuite, on améliore le riz avec une partie de la sauce. On dresse le riz sur un plat, on place la poule au-dessus et on verse le reste de la sauce sur le tout.

**Manière d'accommoder les restes de volaille.** — La volaille froide est délicieuse mangée avec une mayonnaise ou une salade.

**Bouchées à la reine.** — Hacher très finement les restes de volaille avec du persil, du pain trempé dans du lait, des œufs, une pincée de sel et faire revenir ce hachis dans un roux blond. On mouille avec du bouillon et on laisse mijoter quelques minutes. Les petits pâtés feuilletés remplis de cette préparation sont exquis.

**Purée de volaille.** — Hacher la volaille très menue et l'ajouter au potage.

**Friture.** — On fait de délicieuses fritures en passant les restes de volaille dans de la pâte à frire et en les jetant dans la friture bouillante.

**Hachis.** — Hacher les restes de volaille avec du veau et des épices, puis les transformer en boulettes ou en pâtés ; c'est un mets très friand.

\* \* \*

Bien des personnes se plaignent d'avoir toujours les pieds froids. Cela tient généralement à ce que la circulation du sang ne s'y fait pas d'une manière assez active. Ces personnes doivent éviter tout ce qui, dans le vêtement, peut entraver la circulation du sang, ainsi les jarrettières, les chaussures étroites ; elles doivent également éviter l'excès de travail mental et les veilles prolongées qui, en congestionnant la tête, refroidissent les pieds. Certaines pratiques hydrothérapiques faciles à appliquer sont aussi recommandables. Telle est la douche chaude alternée avec la douche froide qui, appliquée sur les pieds, dilate et resserre alternativement les vaisseaux sanguins et active la circulation à leur niveau. Si l'on n'a pas d'appareil à douche on peut plonger alternativement à deux ou trois reprises les pieds dans de l'eau chaude, puis dans de l'eau froide. Les ablutions froides prises au saut du lit et suivies de frictions vigoureuses, les frictions avec un gant mouillé d'eau froide constituent aussi un bon moyen pour rendre la circulation plus active et combattre le froid aux pieds. Lorsqu'on est condamné à une vie plutôt sédentaire ou lorsqu'on prend froid aux pieds en voyage, on parvient à réchauffer ses extrémités en faisant des mouvements de flexion et d'extension des orteils dans la chaussure ou en exécutant des mouvements de rotation au niveau de l'articulation du cou-de-pied.

\* \* \*

**Pour utiliser les blancs d'œufs.** — Comment peut-on utiliser les blancs d'œufs pour en faire de petits desserts ? Tous les jours j'ai une grande quantité de blancs et je les perds, faute de recettes pour les employer. Il y a quelques gâteaux ne demandant que des blancs d'œufs ; il y a aussi des meringues simples ou des meringues au chocolat ; un gâteau mousseline et des îles flottantes. C'est à peu près tout avec le nougat de Montélimar, et nous allons passer en revue ces diverses préparations.

Pour les meringues, vous battez les blancs en neige ferme et vous y ajoutez autant de cuillerées de sucre en poudre que de blancs d'œufs, trois cuillerées, trois blancs, etc. ; le mélange opéré rapidement, vous faites des petits tas sur des papiers blancs, saupoudrez de sucre fin et enfournez à chaleur douce. Ne laisser pas trop colorer et détacher du papier avant de refroidir complètement. Ces meringues peuvent se conser-

ver longtemps en boîtes de fer blanc. Pour les meringuettes au chocolat, on remplace le sucre par du chocolat râpé et l'on cuit de même.

Quant au gâteau mousseline, il est très délicieux et simple à faire.

Pour les blancs battus en neige, mettez cuillerée à cuillerée 200 grammes de sucre en poudre et 150 grammes de fécule ; faire fondre 100 grammes de beurre et les ajouter à la pâte. Enfin, mettez dans un moule plat ou un moule à tarte bien beurré et cuire à feu doux de 20 à 25 minutes.

Le nougat dit de Montélimar, qui permet d'utiliser les blancs d'œufs, exige du miel et des amandes. Voici sa préparation :

Cuisez au petit cassé un kilogr. de miel en remuant de temps en temps pour qu'il ne s'attache pas. Fouettez les blancs en neige et mêlez les au miel. Modérez alors le feu et remuez constamment avec une spatule de bois en évitant l'ébullition. Laissez sur le feu jusqu'à ce que le miel que les blancs ont liquéfié ait repris le goût du cassé. A ce moment, vous mêlez à cette pâte 1 kilogr. d'amandes mondées et séchées ; c'est fini, le nougat est fait, il ne reste plus qu'à l'étendre dans des pains d'hostie et à le recouvrir de ce même pain avant qu'il soit froid ; on coupe le nougat par bande ou par carré. Quelques personnes ajoutent des pistaches et des noisettes aux amandes.

Pour celles de mes gourmandes qui n'ont pas de blancs d'œufs à utiliser, voici deux bons plats de famille : une épaule de veau farci et un soufflé parmentière.



## Les Plantes Médicinales

Nos grand-mères avaient coutume de récolter chaque année un certain nombre de plantes dont la vertu médicinale leur était connue. L'habitude était bonne, mais à cause de cela peut-être nous l'avons perdue, car il est connu que seules les mauvaises traditions se conservent.

A présent, la plupart des ménagères ne savent même plus à quoi peut servir telle ou telle herbe commune et ne se doutent pas que son emploi leur serait précieux en plus d'un cas et économique aussi.

A leur intention nous allons indiquer les propriétés de quelques simples, en les engageant vivement à s'en approvisionner, certain d'avance, que le cas échéant, elles ne le regretteront pas.

La racine du fraisier est astringente et diurétique. Les feuilles en décoction dans l'eau-de-vie sont très efficaces contre la diarrhée. Les feuilles de framboises employées en décoction comme gargarisme sont excellentes contre les affections de la gorge. Il en est de même des feuilles de ronces et de celles de violettes.

Contre les rhumes on peut user avec succès d'infusions de coquelicots, de mauves, de bourgeons de sapin, de lierre terrestre ou d'hysope qui ont encore d'autres propriétés. La première de ces plantes peut servir très efficacement pour les cataplasmes. Le lierre terrestre en infusions donne des résultats excellents dans les cas d'asthme et de catarrhe pulmonaire.

Quant à l'hysope, infusée à la dose de dix grammes par litre d'eau, elle calme l'asthme humide des vieillards. Pilée et bouillie elle constitue un cataplasme de premier ordre pour les meurtrissures et les coups.

En décoction, la douce amère qu'on sucre avec du miel, peut être employée contre les affections de la peau de forme dartreuse. Elle réussit également dans la coqueluche.

Les rhumatisants ont intérêt à user de fumigations de baies de genévrier. Le liseron, qu'il s'agisse de celui des jardins ou de celui des champs, est un bon purgatif léger. La rhubarbe s'emploie pour le même usage ainsi que la moutarde blanche.

Si l'on est atteint d'indispositions nerveuses, de maux de tête ou d'estomac, si les digestions sont pénibles, les infusions de tilleul, de camomille, de feuilles d'oranger, de mélisse, de menthe, de fenouil ou d'anis. Les racines de ces deux dernières plantes bouillies dans l'eau facilitent la sécrétion des urines. La menthe poivrée est en outre un stimulant des gens affaiblis.

L'écorce du saule en décoction calme la fièvre. Employée en lavages, elle constitue un bon antiseptique contre les ulcères. Il en est de même des feuilles crues de lierre grimpant qu'on emploie utilement pour panser les cautères et qui, bouillies dans l'eau guérissent les brûlures. La pomme de terre râpée remplit à merveille ce dernier office.

La fleur de sureau détermine la transpiration : employée en lavages elle soulage les inflammations des yeux, du nez et de la peau et guérit les piqures. Il en est de même de la laitue. Les feuilles de houx provoquent la sueur mieux encore que la bourrache et l'infusion en est très recommandée aux rhumatisants et aux gouteux. Le serpolet en infusion a la réputation de dissiper l'ivresse. Les feuilles ne noyer sont dépuratives et toniques. Rien ne vaut pour les yeux fatigués, que des lavages avec des infusions des fleurs de bluets. Le plattain écrasé cru sur une piqure venimeuse fait cesser la douleur et arrête l'inflammation. Le persil et le cerfeuil sont diurétiques, le pissenlit dépuratif et le cône de houblon apéritif, fébrifuge et vermifuge.

La plupart de ces plantes peuvent être conservées. On les cueillera après la rosée et lorsqu'elles seront à peine épanouies. On les mettra à sécher dans un lieu sec, aéré, à l'ombre, le soleil faisant évaporer les essences. Elles seront placées ensuite dans des boîtes bien closes. S'il s'agit d'écorces, on récoltera au printemps celles d'arbres résineux et en automne celles d'autres arbres.

DOCTEUR JACK.

## Travaux de Janvier

Il y a encore fort à faire aux champs, si le temps le permet : labours pour les ensemencements de printemps, labours pour les luzernières, labours de défoncement.

Le labour est le point de départ des différentes opérations culturales, aussi est-ce le travail par excellence.

Les labours que l'on exécute dans les terres à ensemencer au printemps sont légers et vivement faits en sol déjà bien divisé par l'influence de l'hiver. Ils servent à l'enfoncement des engrais potassiques et phosphatés dont l'utilité est si grande pour le développement rapide de la céréale de printemps. La potasse et l'acide phosphorique ont tout à gagner à être fixés dans le sol par une application précoce. 800 kilos de chlorure de potassium et 300 kilos de superphosphate ou de scories par hectare, sont une bonne fumure.

Les luzernières sont généralement defri-

chées à l'aide d'un seul labour exécuté avec une charrue un peu forte qui conviendra parfaitement pour enfouir les engrais potassiques et phosphatés si nécessaires après défriche de luzerne. Les terres qui ont porté des prairies artificielles sont, en effet, appauvries en matières minérales : potasse, acide phosphorique, chaux, tandis que les débris de luzerne les enrichissent en matières organiques et surtout azotées. Elles sont tout particulièrement prédisposées à la verse et cet accident y est fréquent. On l'évite en rendant au sol l'équilibre disparu par une forte fumure potassique et phosphatée, dont bénéficieront surtout les céréales. On peut employer avec avantage 800 kilos de kaïnite et 800 kilos de scories par hectare ou 200 kilos de chlorure de potassium et 400 kilos de superphosphate.

C'est enfin, le moment de protéger les blés contre les gelées excessives à la fin de l'année 1906 par l'application en couverture de 200 kilos de chlorure de potassium. Cette action spéciale de la potasse contre le froid est devenue classique depuis les observations de M. Paul Genay, l'habile agronome de Lunéville.

Les labours de défoncement ou labours profonds sont destinés à améliorer la couche arable en permettant à l'eau de s'infiltrer plus profondément dans le sol pour y former un réservoir d'humidité qui eût été si utile pour lutter contre la désastreuse sécheresse de la campagne agricole dernière et en permettant à l'air d'arriver jusqu'au sous-sol et, par suite, aux racines de s'étendre avec plus de facilité. En somme, ils contribuent avec une particulière efficacité à l'amélioration et à l'assainissement de la terre. Mais il faut bien connaître son sous-sol et disposer d'engrais en quantité d'autant plus considérable que l'approfondissement sera poussé loin et que le sous-sol ramené à la surface sera vierge ou de mauvaise composition. C'est pour l'avoir oublié que quelques cultivateurs de ma connaissance ont éprouvé des échecs et stérilisé leurs terres, au lieu de l'améliorer, en usant sans discernement du labour profond.

Au verger, s'il ne gèle pas, on continue la plantation des arbres fruitiers ainsi que le défoncement du terrain destiné à recevoir ceux à planter au printemps.

Au jardin potager, on continue à conduire les amendements et les fumiers et à fumer les carrés du potager. On ouvre les fosses destinées à la plantation des asperges. On réchauffe les couches faites en décembre, et on fait celles pour primeurs. Par temps exceptionnellement doux, on peut faire les semis d'oignons, de cerfeuil, persil sur plates-bandes et salades et radis au pied des murs. On sème sur couche des pois nains hâtifs, des radis et des choux d'York.

Au jardin d'agrément, donner, par beau temps, de l'air et de la lumière aux plantes sous châssis. Refaire les vieilles bordures et tailler les bords des gazons. Mettre en place arbres et arbustes d'ornements et à feuillage décoratif, les conifères exceptés.

A l'écurie on diminue progressivement la ration des chevaux de trait pendant le chômage des travaux de force.

A l'étable, le bétail d'engraissement sera particulièrement soigné ; procéder chaque semaine à un pesage régulier. C'est le seul moyen d'apprécier à coup sûr les effets du régime.

Aérer l'étable tout en maintenant une température suffisamment chaude, mais l'air est par-dessus tout à maintenir salubre.

Pour les moutons, on continue l'engraissement ; on sépare les brebis qui sont sur le point d'agneler et on leur donne une nourriture fortifiante. On fait sortir les troupeaux vers le milieu du jour lorsque le temps est beau. On évitera les aliments humides en trop grande quantité.

On augmente la quantité et la qualité de nourriture des porcs à l'engrais. Cette nourriture devra être donnée tiède et avec régularité. Ne jamais perdre de vue que le porc supporte avec peine le froid et que son état de graisse en souffre.

La ponte chez les poules est déjà assez active : si le temps est sec, beaucoup d'œufs pourront être recueillis et mis à part pour la reproduction. Ne pas oublier que l'air, la chaleur et la lumière sont indispensables à l'élevage des poussins. L'aliment devra être fortement azoté : œufs durs, mie de pain rassis, sang de bœuf desséché, un peu de salade doivent en former la base de début ; le lait tiède et le café en infusion constitueront celle des boissons. Eviter les pâtées farineuses, indigestes et lourdes.

Si on a des lapereaux du mois précédent on les laissera avec leur mère jusqu'à l'âge d'un mois à six semaines. La mère les protégera contre le froid et, au bout de ce temps, lorsqu'on les en séparera, ils seront assez forts et robustes pour s'en passer. Nous conseillons de ne pas accoupler en janvier, l'élevage des jeunes étant encore trop difficile, à moins de posséder une installation spéciale.

On doit laisser les abeilles dans un repos complet. On veille toutefois à ce qu'elles ne manquent pas de nourriture et à ce que les trous de vol ne soient pas obstrués par les cadavres d'abeilles ou par la neige.

On fait la chasse aux rongeurs et aux oiseaux et on soufre les rayons en réserve pour anéantir la fausse teigne.

Jean d'ARABLES

Professeur d'Agriculture.

## Passe-temps

### Drôleries

Une collection de scies.

Quand un cordier cordant veut accorder sa corde, Pour sa corde accorder trois cordons il accorde. Mais si l'un des cordons de la corde décorde. Le cordon décordant fait décorder la corde.

Tous tes pas sont faux pas ; tu ne fais pas de pas. Que tes pas, pas à pas, n'amènent-ton trépas.

Passant, penses-tu pas passer par ce passage. Où passant j'ai passé ?

Si tu n'y penses pas, passant, tu n'es pas sage. Car en n'y pensant pas, tu te verras passé.

Combien ces six saucissons-ci ? Six sous ces six saucissons là.

J'ai vu cinq religieux, sains de corps et d'esprit, ceints de leurs ceintures, portant sur leur sein le scing du saint Père.

Editeur-imprimeur : G. MORITZ, gérant.