

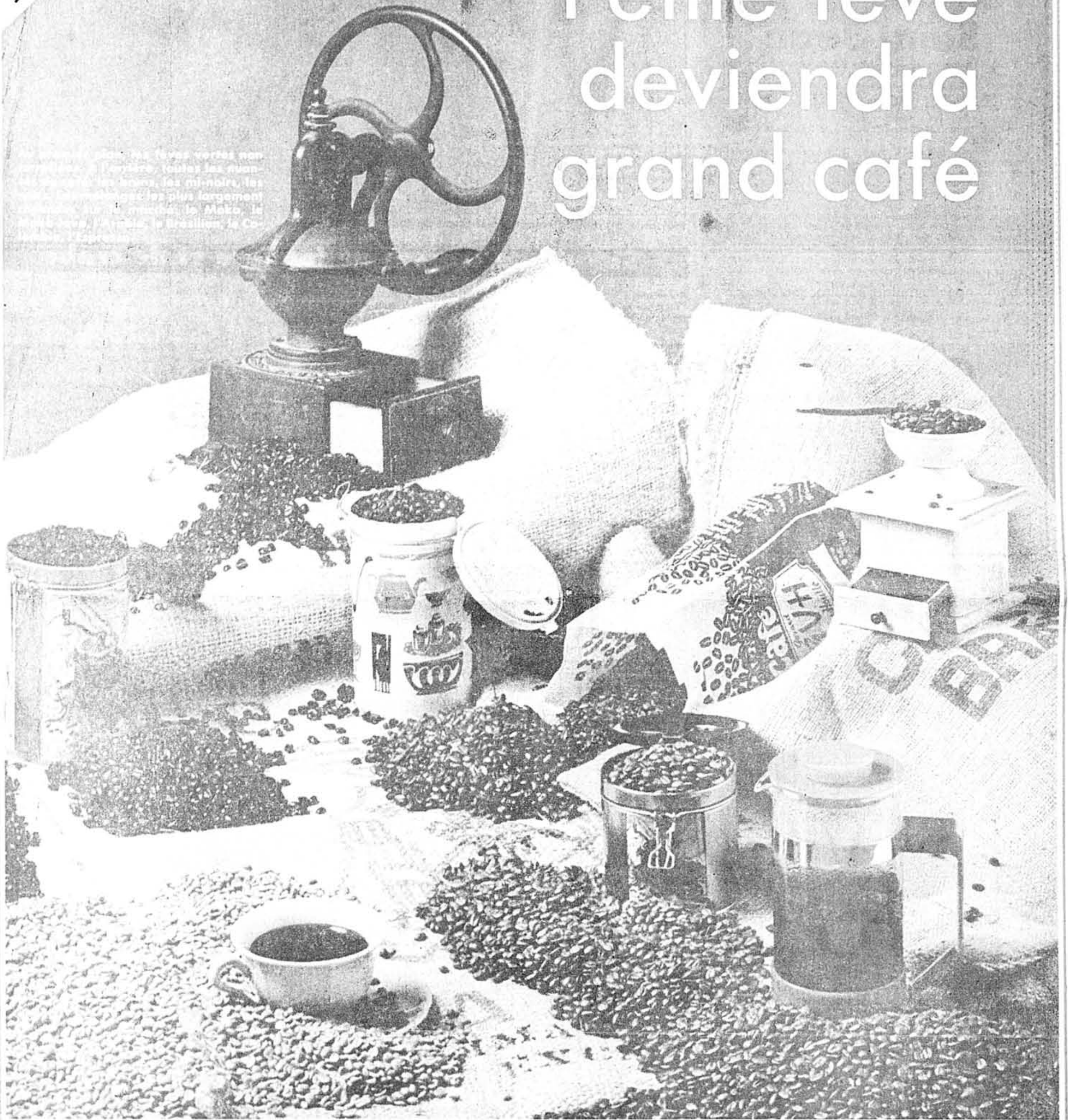
H ALIMENTATION

LA PRESSE, MONTRÉAL, MERCREDI 28 MAI 1986

Brigitte Gauvreau

Photo: Robert Nadon
Conception graphique: Jean Bruneau

Petite fève deviendra grand café



Café chaud, fumant, parfumé. Café du matin, du soir, de la pause-café, de l'après-repas. Café pour réveiller, pour reconforter, pour relaxer, pour réchauffer. Café, boisson du quotidien, autour de laquelle la vie se joue.

Si une tasse de café pouvait raconter tout ce qu'elle entend! Au-dessus d'elle, on chuchote mille confidences, ravive une montagne de souvenirs heureux, détecte probablement tout autant d'expériences douloureuses, et, sûrement, règle cent fois le sort du monde.

Mais que sait-on du velouté liquide qui emplit la tasse? Chaque jour, on y agite machinalement sa cuillère sans même se demander quel chemin il a bien pu faire avant de se retrouver sur notre table.

Pourtant, du chemin, il en fait: les gros sacs de jute remplis de fèves de café passent des semaines en mer. Ils partent, bien souvent, du Brésil ou de la Colombie — les deux plus grands pays producteurs de café —, mais aussi d'Arabie, de l'Inde, du Mexique et d'une foule de pays d'Amérique du Sud, d'Amérique centrale et d'Afrique.

Car c'est dans ces sols que pousse le caféier. Et c'est dans le caféier que l'on récolte la graine de café, une petite fève qui grandit, bien à l'abri, dans ce qui a toutes

les allures d'une cerise rouge. Chaque « cerise », une fois cueillie, est séchée au soleil. Et ce n'est qu'au moment où elle se transforme en coque dure qu'on libère les deux fèves de café qu'elle contient.

Toutefois, à ce stade, les fèves de café ne sont nullement prêtes à atterrir dans votre cafetière. Elles affichent une teinte verdâtre et devront, avant de quitter leur pays natal, être lavées et triées. Une fois arrivées dans les usines et maisons de café des pays consommateurs, elle seront torréfiées, c'est à dire grillées. Et, avant d'être infusées, elles devront être moulues.

C'est cependant lors de l'avant-dernière étape, la torréfaction, que la petite fève verte peut aspirer à devenir un café de grand cru. Dans le torréfacteur, un appareil en forme de cylindre où règne une chaleur intense, elle passera du vert au brun, au mi-noir ou au noir. Plus la graine de café est noire, plus la boisson sera corsée.

Mais l'étape de la torréfaction, c'est aussi le moment capital où l'on procède au mélange des différentes espèces et variétés de fèves de café. Ce mélange, c'est l'art du bon café. Chaque maison garde d'ailleurs jalousement secrètes ses « recettes ». Tant et si bien que, s'il existe sur le marché dix sortes de café Moka Java, ils risquent fort de présenter dix arômes et goûts différents.

Hormis quelques rares cafés dit purs ou bruts, tel le Colombie, l'Arabie et le Brésilien, tous les cafés sont le résultat d'un mélange de fèves de diverses provenances.

Il existe, en fait, deux grandes espèces de caféier et, par ricochet, de café: l'Arabica, reconnu pour son arôme et sa douceur; et le Robusta, qui se distingue par son goût relevé et qui est d'ailleurs deux fois plus fort en caféine que l'Arabica. À l'intérieur de ces deux grandes familles, on trouve plusieurs variétés de grains, en raison surtout des climats et des sols différents où elles sont cultivées.

Le consommateur ne peut toutefois choisir les variétés de grains qui entrent dans la préparation de son café favori, puisque ce choix revient à la maison qui procède à la torréfaction. Il ne lui reste donc qu'à tenter de dénicher le mélange de grains déjà torréfiés qui flattera le plus son palais ou ses narines.

Pour arriver au café de leur rêve, beaucoup d'amateurs vont même jusqu'à inventer, mariant les mélanges à café disponibles sur le marché, leur propre recette: neuf cuillerées à thé d'Espresso pour trois de Colombien noir, par exemple.

Quel est le meilleur café? À cette question, Jean Van Houtte, de la maison de café Gérard Van Houtte, répond sans hésiter que tout les cafés sont bons. Les préférences sont une simple affaire de goût personnel.

Les étudiants demandent à Ryan de faire respecter le gel des frais de scolarité

Le 13 mai dernier, à l'Assemblée nationale, le ministre de l'Éducation, Claude Ryan déclarait: « Si j'entendais dire qu'une université augmente unilatéralement les frais de scolarité... »

FRANCOIS FOREST

Il est évident qu'il en découlerait (...) des effets sur la subvention gouvernementale à laquelle cette université a droit. La subvention serait réduite d'autant, je tiens à le dire clairement ».

Il semble, selon le Front commun des étudiants des universités du Québec (120 000 étudiants), que les institutions ont l'intention d'outrepasser les règles budgétaires gouvernementales des frais de scolarité en imposant de nouveaux coûts que les administrations appellent maintenant: matériel didactique, services pédagogiques

Hier en conférence d'information, les associations étudiantes des universités de Montréal, McGill, Concordia, de l'École polytechnique, appuyées par le Regroupement des associations étudiantes universitaires du Québec (RAEU) et la puissante ANEQ ont demandé au ministre de faire respecter le « gel des frais de scolarité ».

Ian Brodie, de McGill, a indiqué que le gouvernement a convoqué une commission parlementaire pour la fin d'août afin d'étudier le financement des universités: « Les universités, précise-t-il, devraient attendre les résultats de la commission au lieu d'exploiter des failles dans la réglementation du gouvernement ».

Déjà, McGill a imposé à tous les étudiants des frais de \$100 pour le matériel didactique (services de la bibliothèque, de l'audiovisuel, de la photocopie), tous des services pour lesquels les étudiants estiment déjà payer. Toujours selon les étudiants, l'U. de M. et l'École de polytechnique veulent imposer une « taxe » de \$40 par session pour le matériel didactique. Concordia (déficit accumulé de \$26 millions) exigerait \$150 par année pour des services pédagogiques et l'université du Québec en Abitibi-Témiscamingue des frais de \$20 par étudiant, par cours.

Les étudiants craignent que ces surtaxes ne conduisent à une montée en flèche du coût de l'éducation et à des frais de scolarité disparates à travers la province.

Les étudiants se disent prêts à boycotter ces nouveaux frais dès l'automne prochain.

L'actuel déficit du réseau des universités s'établit à \$80 millions.

LES CLINIQUES DE PHYSIOTHÉRAPIE Des « passes » d'hommes d'affaires, soutiennent les physiothérapeutes

■ QUÉBEC (PC) — La plupart des cliniques de physiothérapie ne sont actuellement rien d'autre que des « passes » servant à des hommes d'affaires à accéder aux coffres de la Régie d'assurance-maladie du Québec (RAMQ).

C'est ce qu'a soutenu hier la présidente de la Corporation professionnelle des physiothérapeutes du Québec Mme Patricia Girard, au cours d'une interview.

Le problème des cliniques de physiothérapeutes qui sont la propriété de médecins, est un problème particulièrement aigu à Montréal où de plus en plus de médecins ouvrent de telles cliniques et chargent les traitements à la RAMQ.

« C'est absolument incroyable. Il y a des gynécologues, des gastroentérologues, des anesthésistes, toute sorte de monde qui ouvrent des cliniques de physiothérapie. »

Généralement, non seulement le personnel de ces cliniques ne compte pas un seul physiothérapeute, mais il est constitué de personnes formées sur le tas et ne possédant même pas un diplôme d'études collégiales, a déclaré Mme Girard alors que les physiothérapeutes possèdent une formation universitaire.

Bon nombre de ces cliniques sont administrées par des hommes d'affaires qui s'occupent de collecter à la RAMQ et qui gardent 80 p. cent des sommes remises par la Régie au médecin propriétaire.

Conflits d'intérêts

On devrait reconnaître qu'un médecin qui est propriétaire d'une de ces cliniques est en conflit d'intérêts tout comme on admet qu'un médecin, pour des raisons d'éthique professionnelle et pour éviter les

conflits d'intérêts, ne peut être propriétaire d'une pharmacie.

Il y a deux provinces au Canada où une lacune dans la loi permet aux médecins d'être payés pour la physiothérapie: l'Ontario et le Québec.

Au Québec, l'article 22 de la loi de l'assurance-maladie dit que le médecin doit lui-même appliquer les traitements pour pouvoir réclamer des frais à la Régie. Or, dans le cas des cliniques auxquelles référerait Mme Girard, les médecins ne peuvent dispenser eux-mêmes les traitements étant donné qu'ils sont propriétaires de deux ou trois cliniques et qu'ils ne sont même pas sur les lieux.

Le problème existe depuis au moins 16 ans mais Mme Girard s'y est particulièrement attachée depuis qu'elle est devenue présidente de la Corporation des physiothérapeutes, il y a quatre ans.

25% de rabais!

Ensembles «Beautyrest» Simmons chez Eaton! - 10 jours seulement!

Un sommeil plus reposant grâce au système révolutionnaire «Contour flex» à ressorts ensachés de Simmons.

Prenez le temps d'en essayer un et découvrez le confort. Les ensembles «Beautyrest» de Simmons sont tous dotés du système de construction «Contour flex» à ressorts ensachés, une caractéristique de grande qualité. Aux prix offerts, il s'agit là d'une aubaine digne de mention! Obtenez donc 25% de rabais sur le prix courant étiqueté.

Une qualité de premier plan. Voici pourquoi:

- Les ressorts bien alignés sont plus longs et plus hauts, ce qui procure un meilleur confort et un bon soutien.
- Les ressorts ensachés sont liés au centre et agissent indépendamment les uns des autres pour épouser la forme de votre corps.
- Chaque ressort est pré-compressé pour un meilleur maintien.
- Chaque matelas est completé par un sommier spécialement conçu.
- Chaque matelas possède aussi un recouvrement damassé luxueux!

Ensembles «Beautyrest», «Luxury» et «Backcare» de Simmons

Format	Prix courant Eaton	Prix
1 place	900.00	674 ⁹⁹
2 places	1020.00	764 ⁹⁹
Grand	1140.00	854 ⁹⁹
Très grand*	1480.00	1109 ⁹⁹

*Sur commande spéciale seulement.

Ensembles «Beautyrest», «Deluxe» et «Quintessence» Simmons aussi offerts à 25% de rabais!

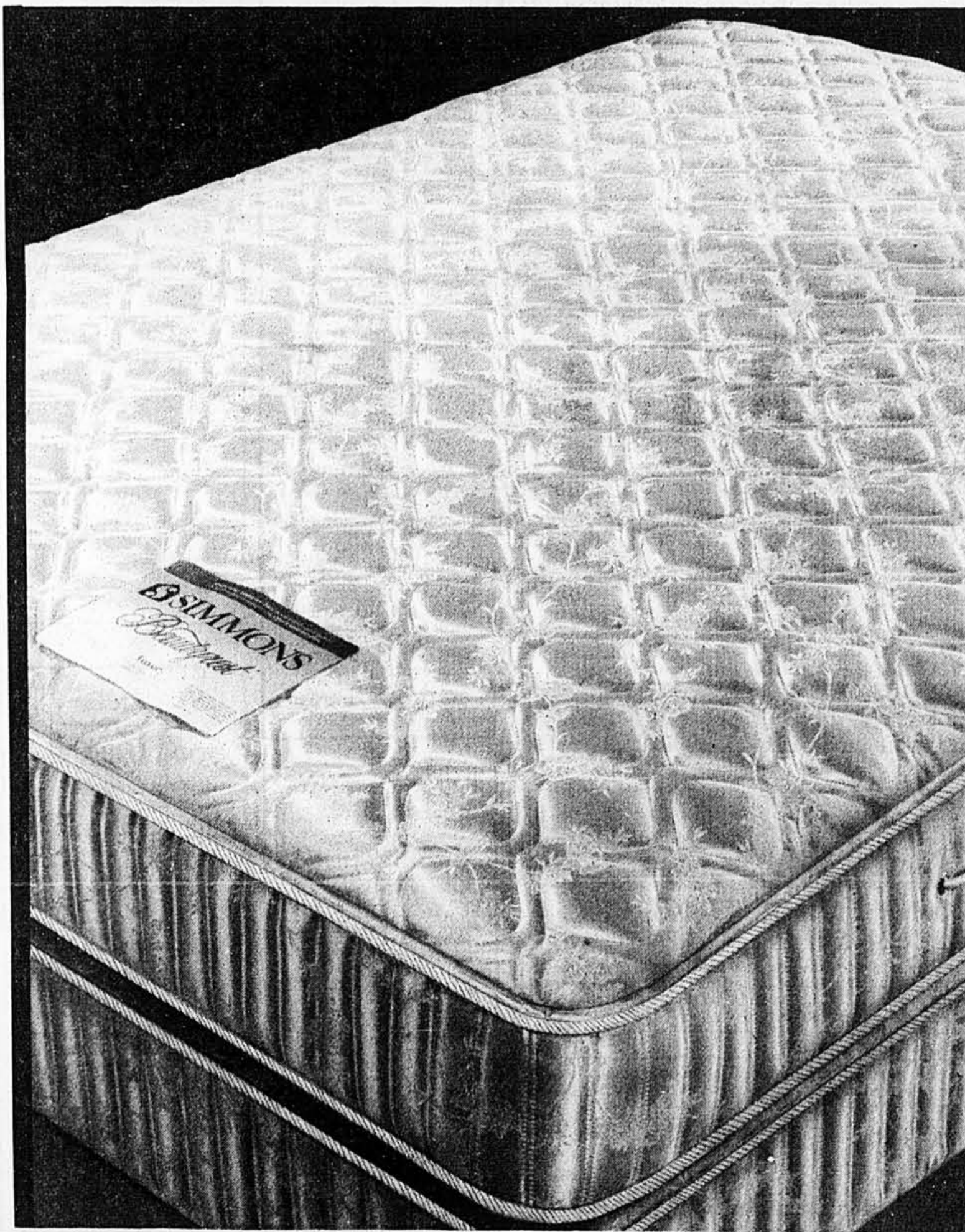
Tous les matelas (sauf en format très grand) sont aussi vendus séparément à 25% de rabais!

Cette offre est en vigueur jusqu'au 7 juin 1986.

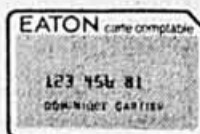
20% de rabais sur tous les lits et têtes de lit en laiton!

Un vaste assortiment vous est présenté. Mais ne tardez pas pour profiter d'une plus grande sélection! Achats en personne seulement

Eaton Centre-ville, 7e étage, et à ou par Anjou, Pointe-Claire, Cavendish, Laval, Saint-Bruno et Rockland. Rayon 271. Venez ou téléphonez: 284-8484 sauf indications contraires.



Dès aujourd'hui! L'événement coupon-rabais en souvenir des bons vieux plaisirs de l'été! Plus d'une centaine d'occasions avantageuses pour vous procurer tout ce dont vous avez besoin pour l'été. Mais ne tardez pas, l'événement ne dure que 4 jours: les 28, 29, 30 et 31 mai, chez Eaton! C'est à suivre!



Crédit accepté avec la carte Eaton



Les cartes American Express, Visa et MasterCard sont aussi acceptées pour les achats en personne.

EATON
VOTRE GARANTIE DE QUALITÉ À JUSTES PRIX

VENEZ OU TÉLÉPHONEZ 284-8484

Centre-ville: 10h à 10h, jeu., ven., 10h à 21h, sam., 9h à 17h. Autres magasins Eaton: 9h30 à 18h, jeu., ven., 9h30 à 21h, sam., 9h à 17h.

CENTRE-VILLE
St-Catherine et Université

MONT-ROYAL
Centre Rockland

ANJOU
Cavendish d'Anjou

POINTE-CLAIRE
Centre commercial Esplanade

CÔTE-ST-LUC
Mail Commercial

LAVAL
Centre-ville Laval

SAINT-BRUNO
Centre-ville St-Bruno

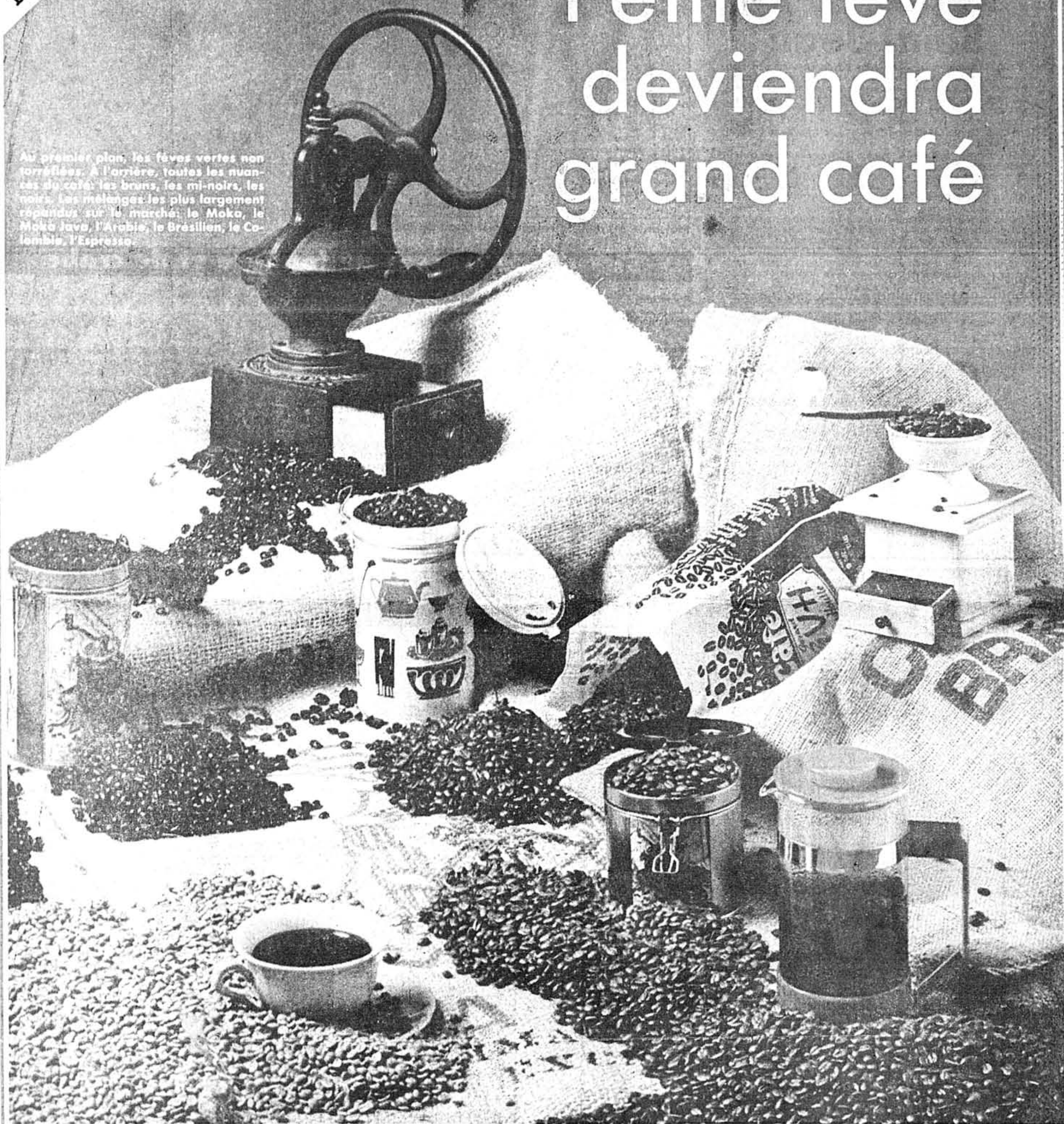
BELOEIL
Centre-ville

Brigitte Gauvreau

Photo: Robert Nadon
Conception graphique: Jean Bruneau

Petite fève deviendra grand café

Au premier plan, les fèves vertes non torréfiées. À l'arrière, toutes les nuances du café: les bruns, les mi-noirs, les noirs. Les mélanges les plus largement répandus sur le marché: le Moka, le Moka Java, l'Arabica, le Brésilien, le Colombie, l'Espresso.



Café chaud, fumant, parfumé. Café du matin, du soir, de la pause-café, de l'après-repas. Café pour réveiller, pour reconforter, pour relaxer, pour réchauffer. Café, boisson du quotidien, autour de laquelle la vie se joue.

Si une tasse de café pouvait raconter tout ce qu'elle entend! Au-dessus d'elle, on chuchote mille confidences, ravive une montagne de souvenirs heureux, déterre probablement tout autant d'expériences douloureuses, et, sûrement, règle cent fois le sort du monde.

Mais que sait-on du velouté liquide qui emplit la tasse? Chaque jour, on y agite machinalement sa cuillère sans même se demander quel chemin il a bien pu faire avant de se retrouver sur notre table.

Pourtant, du chemin, il en fait: les gros sacs de jute remplis de fèves de café passent des semaines en mer. Ils partent, bien souvent, du Brésil ou de la Colombie — les deux plus grands pays producteurs de café —, mais aussi d'Arabie, de l'Inde, du Mexique et d'une foule de pays d'Amérique du Sud, d'Amérique centrale et d'Afrique.

Car c'est dans ces sols que pousse le caféier. Et c'est dans le caféier que l'on récolte la graine de café, une petite fève qui grandit, bien à l'abri, dans ce qui a toutes

les allures d'une cerise rouge. Chaque « cerise », une fois cueillie, est séchée au soleil. Et ce n'est qu'au moment où elle se transforme en coque dure qu'on libère les deux fèves de café qu'elle contient.

Toutefois, à ce stade, les fèves de café ne sont nullement prêtes à atterrir dans votre cafetière. Elles affichent une teinte verdâtre et devront, avant de quitter leur pays natal, être lavées et triées. Une fois arrivées dans les usines et maisons de café des pays consommateurs, elle seront torréfiées, c'est à dire grillées. Et, avant d'être infusées, elles devront être moulues.

C'est cependant lors de l'avant-dernière étape, la torréfaction, que la petite fève verte peut aspirer à devenir un café de grand cru. Dans le torréfacteur, un appareil en forme de cylindre où règne une chaleur intense, elle passera du vert au brun, au mi-noir ou au noir. Plus la graine de café est noire, plus la boisson sera corsée.

Mais l'étape de la torréfaction, c'est aussi le moment capital où l'on procède au mélange des différentes espèces et variétés de fèves de café. Ce mélange, c'est l'art du bon café. Chaque maison garde d'ailleurs jalousement secrètes ses « recettes ». Tant et si bien que, s'il existe sur le marché dix sortes de café Moka Java, ils risquent fort de présenter dix arômes et goûts différents.

Hormis quelques rares cafés dit purs ou bruts, tel le Colombie, l'Arabie et le Brésilien, tous les cafés sont le résultat d'un mélange de fèves de diverses provenances.

Il existe, en fait, deux grandes espèces de caféier et, par ricochet, de café: l'Arabica, reconnu pour son arôme et sa douceur; et le Robusta, qui se distingue par son goût relevé et qui est d'ailleurs deux fois plus fort en caféine que l'Arabica. À l'intérieur de ces deux grandes familles, on trouve plusieurs variétés de grains, en raison surtout des climats et des sols différents où elles sont cultivées.

Le consommateur ne peut toutefois choisir les variétés de grains qui entrent dans la préparation de son café favori, puisque ce choix revient à la maison qui procède à la torréfaction. Il ne lui reste donc qu'à tenter de dénicher le mélange de grains déjà torréfiés qui flattera le plus son palais ou ses narines.

Pour arriver au café de leur rêve, beaucoup d'amateurs vont même jusqu'à inventer, mariant les mélanges à café disponibles sur le marché, leur propre recette: neuf cuillerées à thé d'Espresso pour trois de Colombien noir, par exemple.

Quel est le meilleur café? À cette question, Jean Van Houtte, de la maison de café Gérard Van Houtte, répond sans hésiter que tout les cafés sont bons. Les préférences sont une simple affaire de goût personnel.

CUISINER

avec l'Institut de
tourisme et d'hôtellerie
du Québec



Repas de la Saint-Jean

Depuis longtemps, la Saint-Jean-Baptiste est une occasion de réjouissances, au Québec. Cette tradition trouve son origine vers 1850. Cette fête, établie par des religieuses de France, prenait la forme de foires. On prolongeait cette journée, une des plus longues de l'année, en allumant des feux.

Le repas que nous vous proposons pour cette fête débute avec une entrée savoureuse, la salade de croses de fougère et de crabe.

Les croses de fougère sont les jeunes pousses de certaines variétés de fougères. On les compare souvent à des têtes de violon. On les récolte le long des rivières du Québec et de celles du Nouveau-Brunswick, au début du printemps, avant que ces jeunes tiges d'un vert riche ne se déroulent.

La saveur délicate du crabe s'associe à merveille aux croses de fougère pour former une salade qui plaira certainement aux gourmets. Une truite en papillote suivra cette entrée délectable, puis des médaillons de veau aux pleurotes, sauce à la crème. On terminera le repas avec une tarte aux fraises.

Quel excellent moyen de fêter la Saint-Jean-Baptiste, que de se réunir autour d'une table garnie de nombreux produits québécois!

Salade de croses de fougère et de crabe

Vin suggéré: vin blanc sec fruité (d'Alsace ou d'Italie)

Truite en papillote

Vin suggéré: le même vin qui accompagnait la salade

Médaillons de veau aux pleurotes, sauce à la crème

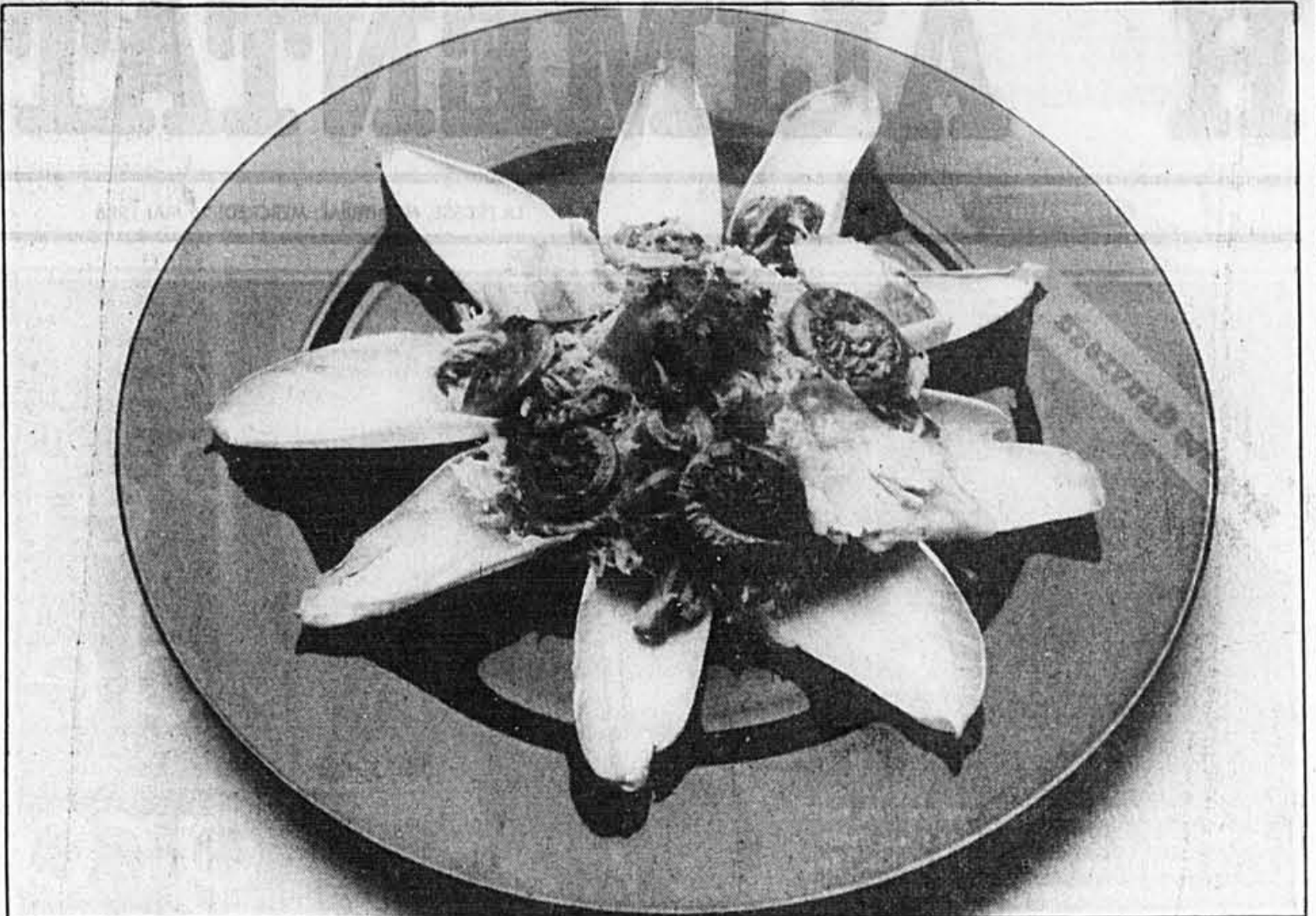
Cœurs de céleri sautés au beurre

Pommes de terre noisettes rissoolées

Vin suggéré: vin rouge léger (bourgogne, valpolicella ou bordeaux)

Tarte aux fraises

Vin suggéré: un champagne,
un vin mousseux ou
un vin blanc doux



Plaisante à l'oeil, la salade de croses de fougère et de crabe.

photo ITHO

Salade de croses de fougère et de crabe

Préparation: 30 minutes
Cuisson: 8 minutes
Rendement: 6 portions

Ingrédients

400 g (14 oz) de croses de fougère
Eau en quantité suffisante
Sel en quantité suffisante

Mayonnaise:

1 jaune d'oeuf
5 mL (1 c. à thé) de moutarde forte
90 mL (½ de t.) d'huile
20 mL (4 c. à thé) de jus de citron

Sel au goût

Poivre blanc moulu au goût

250 g (9 oz) de chair de crabe (congelée)
décortiquée et épluchée

Sel au goût
Poivre au goût

Feuilles d'endive en quantité suffisante
60 mL (¼ de t.) de tomate émondée, épépinée et coupée en dés

Croses de fougère en quantité suffisante

Méthode

Nettoyer les croses de fougère, les faire cuire dans l'eau bouillante salée pendant environ 8 minutes, puis les faire refroidir à l'eau froide.

Battre les jaunes d'oeufs avec la moutarde en incorporant graduellement l'huile et le jus de citron de façon à obtenir une mayonnaise.

Assaisonner de sel et de poivre blanc moulu.

Mélanger délicatement les croses de fougère et la chair de crabe bien égouttée avec la mayonnaise.

Assaisonner de sel et de poivre si nécessaire.

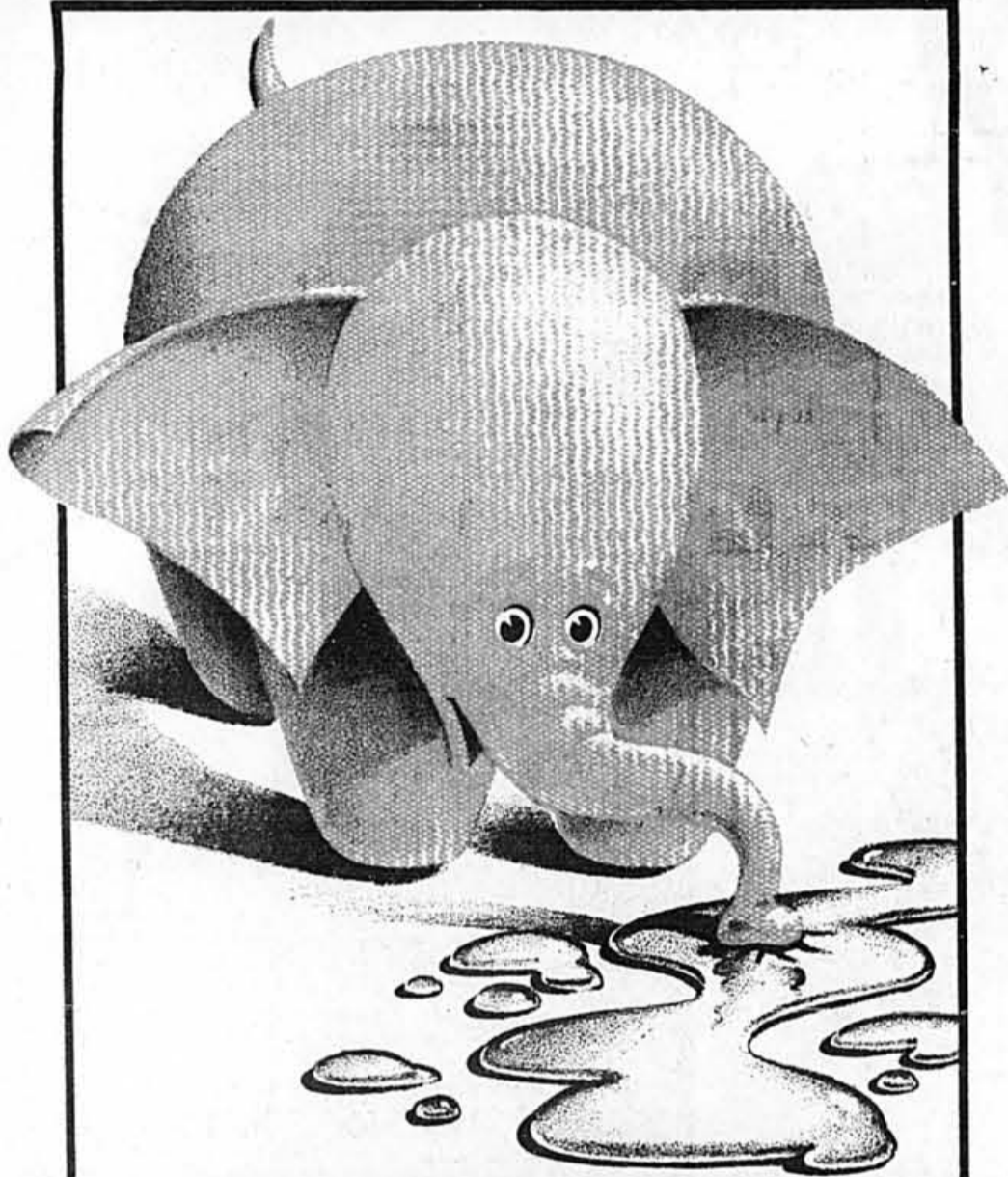
Garnir le fond des assiettes de feuilles d'endives.

Garnir le centre avec le mélange au crabe et déposer sur le dessus de chaque portion quelques dés de tomate.

Décorer avec quelques croses de fougère et servir.

Valeur énergétique: 200 Cal ou 835kJ par portion.

Notes: la chair de crabe étant assez salée, il importe de bien vérifier l'assaisonnement, pour éviter de saler excessivement. On doit aussi s'assurer d'avoir enlevé le plus possible de l'eau qui accompagne la chair de crabe, sans quoi on obtiendrait un mélange trop liquide. Enfin, comme pour toutes les salades, on ne doit pas conserver ce mets pendant plus de 24 heures.



FORT!

Les nouveaux linges tout-usage CHIFFONS J* sont maintenant plus résistants, plus absorbants et plus durables. Avec une boîte de CHIFFONS J*, pas besoin d'un assortiment d'éponges, de guenilles et de lavettes. Les CHIFFONS J*, plus pratiques que jamais, partout!



15¢
DE RABAIS

SUR TOUT FORMAT DE LINGES TOUT-USAGE CHIFFONS J*

AU DÉTAILLANT: Nous vous rembourserons 15¢ plus les frais de manutention pour chaque bon-rabais présenté à l'achat de linges tout-usage CHIFFONS J*. Toute demande de remboursement adressée pour une autre raison pourrait constituer une fraude. Et nous nous réservons le droit d'annuler le bon-rabais présenté. Nous rembourserons uniquement les bons-rabais présentés par nos mandataires. Envoyez par la poste à: Johnson & Johnson Inc. C.P. 3000, Saint-Jean, (N.B.) E2L 4L3.

0433592H

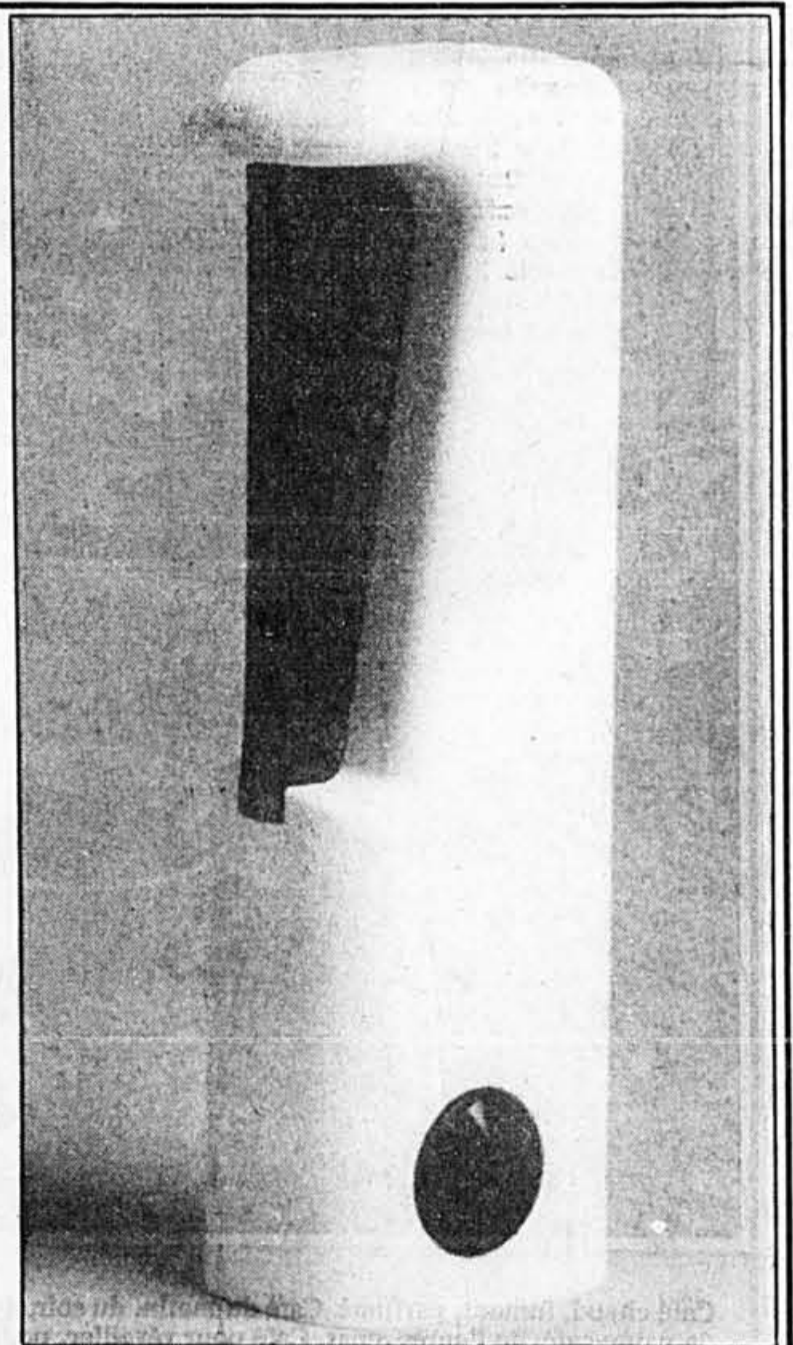
magasinage

Du deux dans un

recherche Michèle Dubreuil,
collaboration spéciale

D'un design très agréable et très contemporain, cette salière sert également de moulin à poivre. Une simple pression de la main permet d'activer le moulin à poivre. Par ailleurs, le bouton placé sur le côté offre la possibilité de régler le moulin à cinq moutures différentes. Cet accessoire de cuisine vient en blanc ou en noir. Prix: \$39,95. Disponible à La Belle Table, 6341 a, rue Saint-Hubert, à Montréal.

photo Robert Nodon, LA PRESSE



Les habitudes d'achat des personnes âgées

Les habitudes d'achats alimentaires des personnes âgées varient selon leur état civil et selon le sexe dans le cas des célibataires. Les dépenses alimentaires par personne sont plus faibles chez les couples mariés que chez les célibataires.

« Comparativement à la personne seule ou au couple marié sans enfants, les personnes âgées consacrent, de façon générale, beaucoup moins d'argent aux aliments consommés à l'extérieur du foyer. Pour ce qui est des aliments consommés au foyer, une somme semblable par personne y est consacrée », précise Linda Robbins, de la Division de l'analyse des marchés agro-alimentaires d'Agriculture Canada.

Les hommes âgés célibataires sont ceux qui consacrent une plus grande partie de leur budget à l'alimentation, soit qu'ils n'aient pas plus confiance qu'il

ne faut dans leurs habiletés culinaires, soit qu'ils préfèrent s'alimenter à l'extérieur ou encore acheter des aliments prêt-à-servir.

Selon Linda Robbins, l'ensemble des dépenses alimentaires des personnes âgées est plus faible que celui de la moyenne de la population: tout d'abord parce que le revenu des aînés est moins élevé, deuxièmement parce que leurs besoins en alimentation sont moins grands et, en troisième lieu, parce qu'ils mangent moins souvent à l'extérieur.

Une analyse plus poussée des habitudes d'achat des personnes âgées révèle qu'elles consacrent un pourcentage moins grand que la moyenne de la population à l'achat de bœuf, de poisson, d'aliments préparés ainsi qu'aux fruits et aux légumes transformés.

ÉCOLE
D'ART CULINAIRE
Qualité oblige



MONIQUE CHEVRIER, directrice

**COURS
INTENSIFS
DÉBUTANT
BIENTÔT**

• Micro-ondes I-II, intensif
• Cuisine chinoise, intensif
• Robot de cuisine, intensif
• Cuisson sur le grill (BBQ)

Le nombre de places est limité. Inscrivez-vous maintenant en téléphonant ou

389-8241

ÉCOLE D'ART CULINAIRE
INSTITUT NATIONAL DES VIANDES INC.
10215, rue Lajeunesse, Montréal H3L 2E2
Permis du ministère de l'Éducation no 749663

PETITE FÈVE DEVIENDRA GRAND CAFÉ

Quelques conseils pour obtenir un bon café

Les amateurs de bon café ne prennent pas la préparation de leur boisson favorite à la légère. Ainsi, Beethoven, faisait infuser exactement 60 grains pour sa tasse de café. Pas un de plus, pas un de moins.

BRIGITTE GAUVREAU

Bien sûr, l'exemple est extrême. Mais reste que tous les amateurs vous diront qu'il y a des règles de base à respecter.

Ainsi le choix de la mouture est capital. Il doit se faire en fonction du type de cafetière utilisée. Un bon café, dont la mouture ne correspondrait pas à la cafetière utilisée, pourrait voir son arôme et son goût sérieuse-

ment affectés par ce simple fait. Une mouture grossière donnera au café une saveur aqueuse. Une mouture trop fine entrainera une saveur âcre.

Jean Van Houtte, de la maison de café Gérard Van Houtte, recommande de toujours préciser le genre de cafetière utilisée lors de l'achat de café. Le marchand conseillera la mouture appropriée.

Second principe de base, fondamental même pour les puristes : le café doit être moulu tout juste avant l'infusion. Une fois passé au moulin, à moins d'être scellé sous vide, le café perd la plus grande partie de ses arômes dans les heures qui suivent.

Bien sûr, mouler le café à 6 h 30 du matin, entre dodo et métro, ce n'est pas tous les jours possible. Si vous devez mouler votre café à l'avance, faites-le en petites quantités et tentez de limiter les dégâts : la lumière et l'air altérant la qualité du café, placez-le dans un récipient hermétique et opaque. Le verre est le meilleur matériau pour la préservation de l'arôme.

Le café torréfié exige d'ailleurs le même genre de précautions puisqu'il est lui aussi sensible à l'air et à la lumière. Il est recommandé d'acheter son café torréfié au fur et à mesure de ses besoins, et de le mettre au congélateur pour le conserver.

De plus, pour obtenir un café

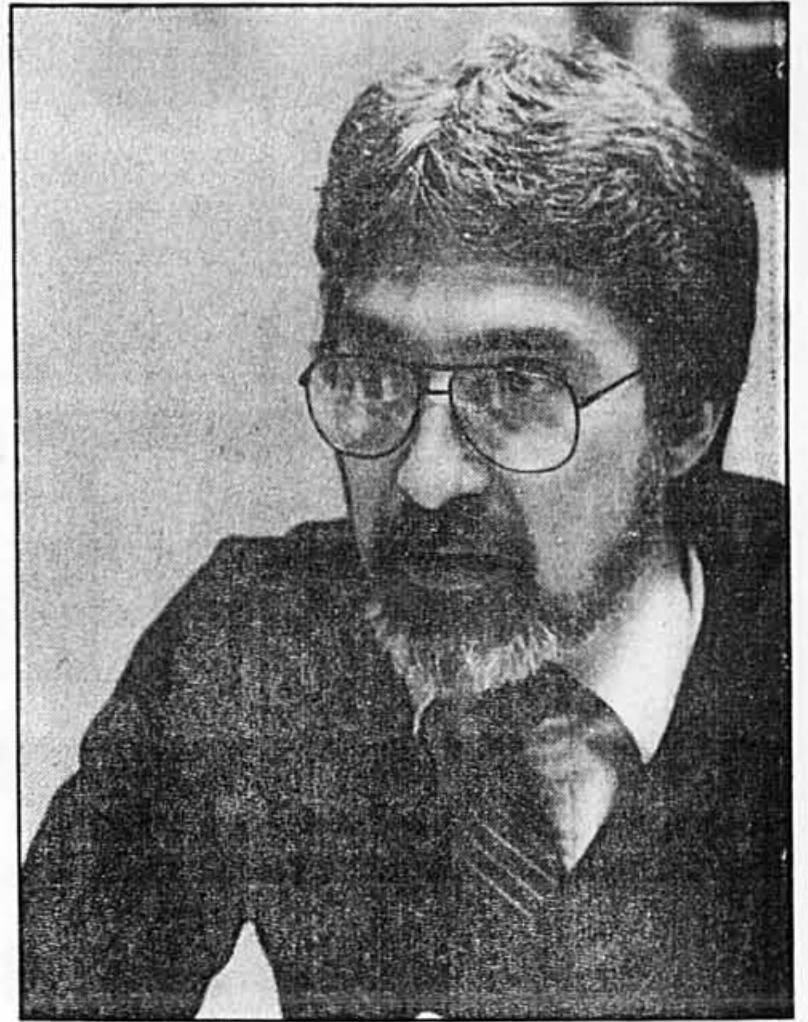
ayant toujours une saveur égale, il est nécessaire d'utiliser chaque fois la même quantité de café. Généralement, la quantité de mouture utilisée varie de 6 à 12 grammes pour une tasse, selon le goût recherché. Une trop petite quantité de café donne une boisson sans goût. Et trop de café, une boisson amère.

L'eau joue aussi un rôle primordial, semble-t-il. Les grands dégustateurs de café iront même jusqu'à faire bouillir les eaux chlorées pendant cinq minutes avant de procéder à l'infusion.

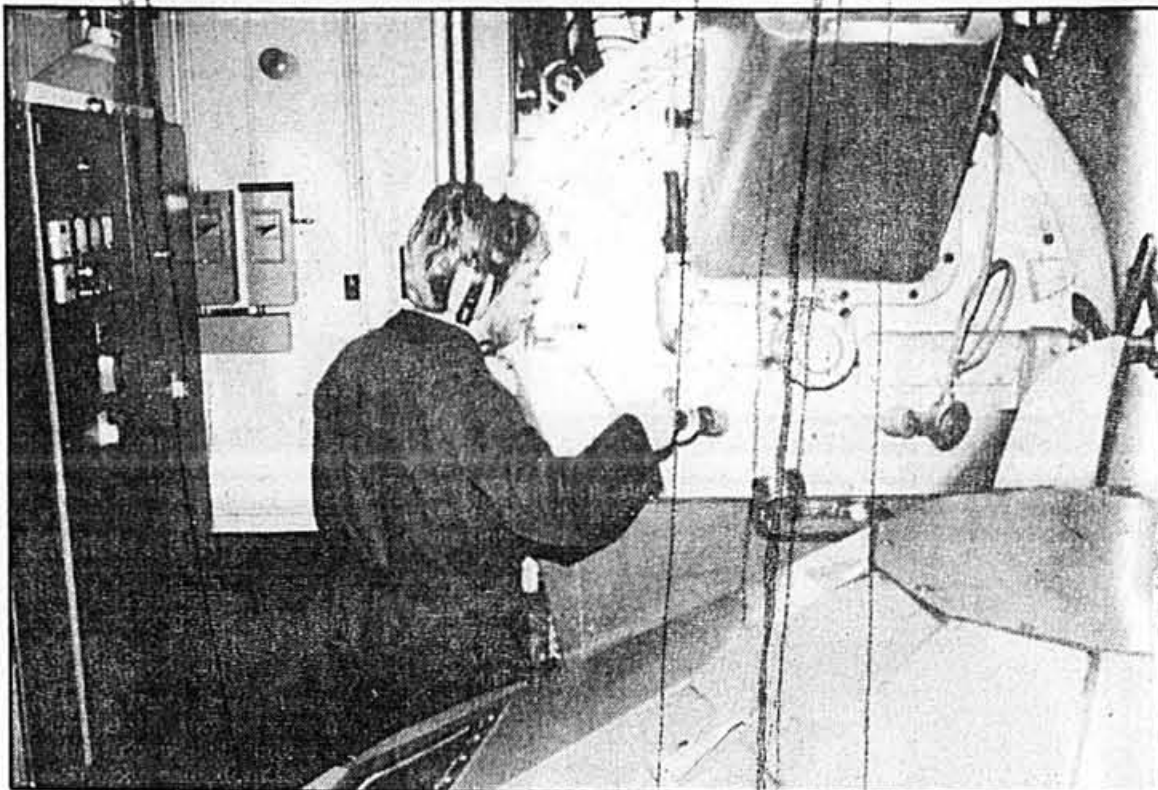
De plus, l'eau ne doit que frémir, en aucun cas bouillir. L'ébullition retire au café ses éthers essentielles et provoque un goût désagréable que les connaisseurs détectent.

Finalement, dernier élément si vous désirez saisir tous les arômes de votre café : la tasse. Celle-ci doit répondre à deux exigences : conserver la chaleur du liquide, et ne pas lui communiquer un goût déplaisant. Pour ces raisons, la tasse idéale serait donc de faïence ou de grès. Le verre a le désavantage de ne pas conserver la chaleur. Le plastique, celui d'influer sur le goût. Et le métal, les deux.

Autre conseil des connaisseurs : servez le café dans de petites tasses. Pourquoi ? Parce qu'il est bien plus agréable de déguster une seconde tasse de café bien chaud qu'un fond de grande tasse bien froid !



Jean Van Houtte



Photos Robert Nadon, LA PRESSE

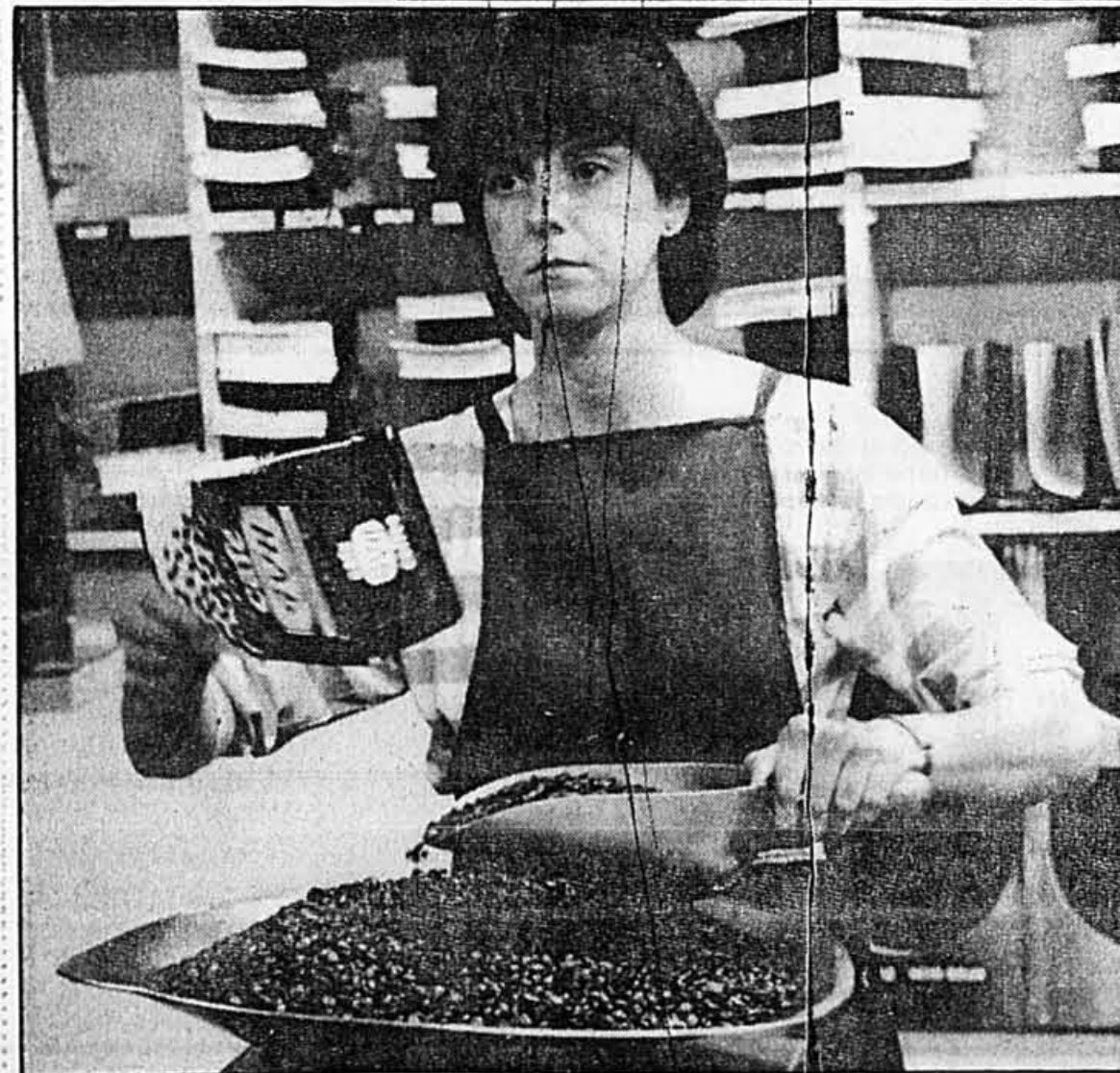
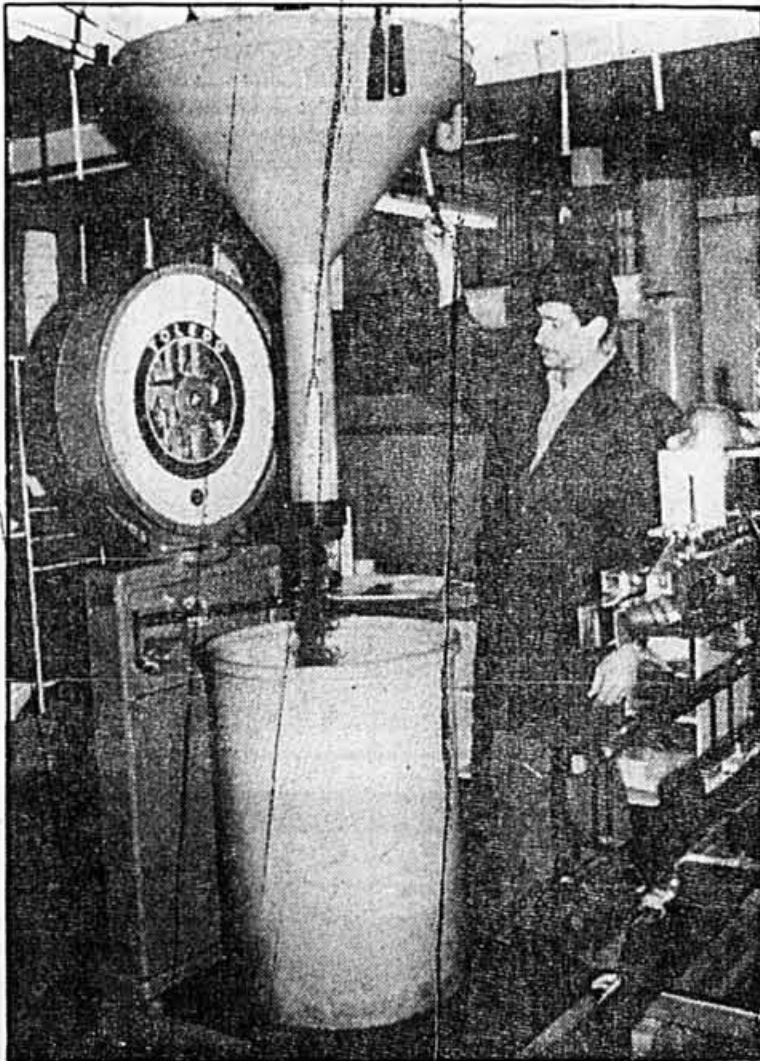
Quelques étapes de la préparation du café

Le mélange des fèves de café vert, première étape, a été fait. Les grains séjournent ensuite dans le torréfacteur, à une température de 200 à 250°C. Richard Dubord, de la maison de café Gérard Van Houtte (photo du haut) surveille l'opération. Les fèves sortiront du gros appareil brunes, mi-noires ou noires. Les nuances de couleur font les nuances d'arômes.

Certaines maisons de café font un second mélange, mais en utilisant des grains torréfiés. Elles créent ainsi des variétés de café torréfié qui leur sont propres, et qu'elles baptisent de noms de leur cru. C'est ce que fait Roger Larochelle (photo de droite).

Lise Rémillard (photo du bas) s'occupe de la mise en sac. Chez Gérard Van Houtte, ce travail, comme les opérations qui précèdent, est artisanal, dans la tradition du bon café.

Photos Robert Nadon, LA PRESSE



50^e ANNIVERSAIRE

LA SAVOUREUSE SAGA DU VRAI CORNICHON "DÉLI"



LA PETITE HISTOIRE D'UN GRAND CORNICHON.

Il y a 50 ans, Mrs. Whyte préparait dans sa petite cuisine de délicieux cornichons saumurés selon une recette bien à elle.

Un jour, elle eut l'idée géniale d'aller vendre ses cornichons à des restaurants de la rue St-Laurent. En un rien de temps, ils firent sensation et ça continue toujours.

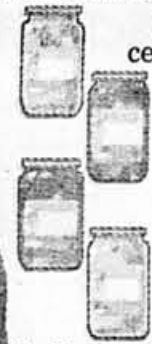
SÛRE DE SON GOÛT.

Mrs. Whyte s'est vite aperçue qu'au Québec les amateurs de "déli" en voulaient toujours plus. Alors elle se mit à mariner des cornichons

tout frais du jardin, des petits bien croquants, d'autres à la mode cacher, en quartiers ou en tranches. Sans oublier les fameuses tomates à l'aneth bien dodues.

Mrs. Whyte ne manqua pas son coup et toutes ses marinades, en tout plus de 36, sont au goût des vrais amateurs de "déli". C'est ainsi que Mrs. Whyte entra sûrement dans l'histoire.

LES ANNÉES PASSENT LES MARINADES RESTENT.

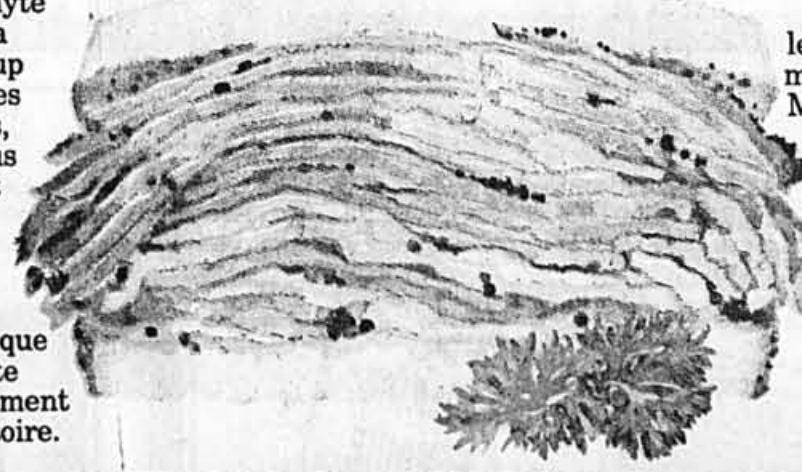


Malgré toutes ces années, chez Mrs. Whyte's on prend toujours un soin méticuleux à fabriquer et à mettre en pot nos marinades. Du vinaigre, de l'ail, du sel et un mélange d'épices c'est tout le secret du succès de Mrs. Whyte. C'est simple. Il n'y a pas 36 façons de bien faire des marinades, mais personne ne sait les faire comme nous. Goûtez-y et découvrez le même déli... cieux goût du baril dans votre pot.

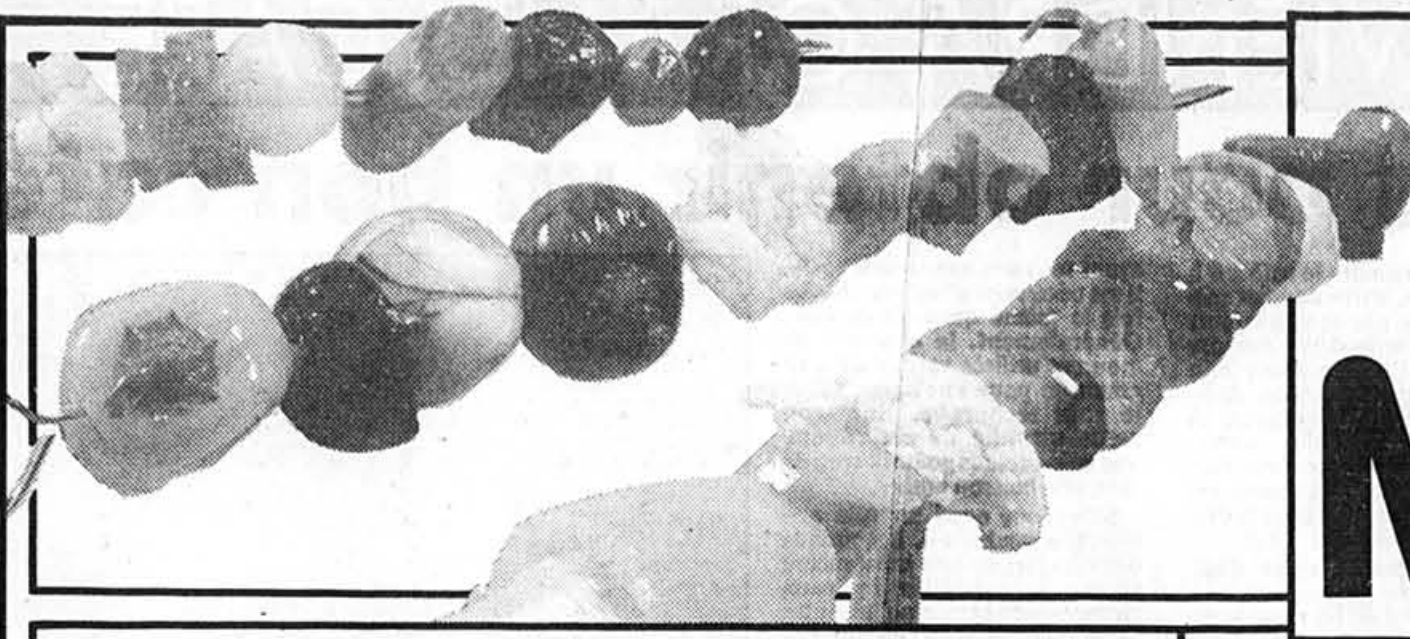
UN CADEAU EN OR.

Pour célébrer les noces d'or de son cornichon, Mrs. Whyte's vous fera parvenir gratuitement une magnifique affiche couleur. Recevez en plus les recettes du mois. Découvrez comment agrémentez vos menus et servir en toute occasion vos marinades préférées. Mettez sur leur 36 les 36 marinades de Mrs. Whyte's et réglez-vous.

Faites-nous parvenir nom et adresse à: RECETTES DÉLI 5403 boul. St-Laurent, Montréal, Québec H2T 1S5



50 Mrs. WHYTE'S[®]
50 ANS DE TRADITION
DÉLI-BÉRÉMENT MEILLEURS



L'ÉTÉ METRO



BRIQUETTES GOURMET KING
sac 4,54 kg

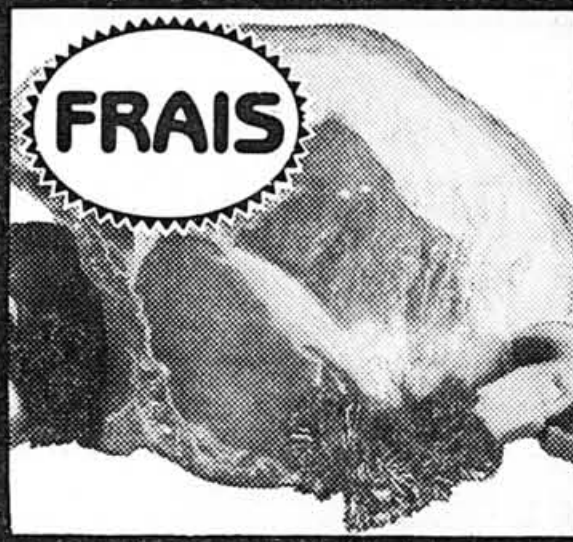
2,29



BOISSONS GAZEUSES COTT
cola, orange, racinette, soda épinette, bière de gingembre canette 280 mL

24/4,49
plus dépôt

(pas de dépôt en Ontario)



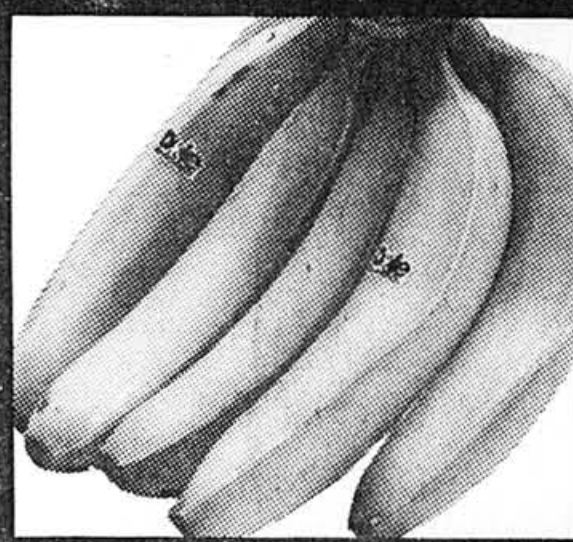
LONGE DE PORC FRAIS
bout de côtes env. 3 lb (1,4 kg)

98¢
/lb
2,16/kg



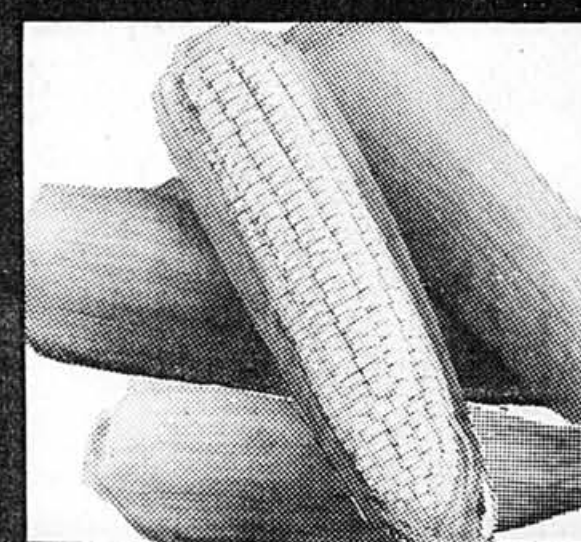
RELISH CORONATION
hamburger, hot dog, sucrée bocal 375 mL

69¢



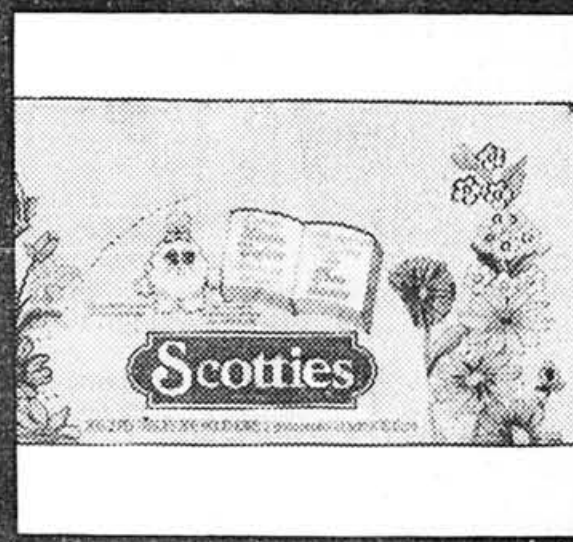
BANANES DOLE GROS FRUITS
produit du Honduras

44¢
/lb
97¢/kg



MAÏS EN ÉPI
produit de la Floride Canada no 1

4/99¢



MOUCHOIRS DE PAPIER SCOTTIES
blanc, bois de santal, tournesol bte 200 f

79¢



JUS D'ORANGE CONCENTRÉ MINUTE MAID
congelé: ordinaire ou avec plus de pulpe, cont. 355 mL à faible acidité, cont. 295 mL

99¢

Les articles annoncés dans cette page sont en réclame aux supermarchés Métro situés dans la ville principale de diffusion de ce journal et sa proche banlieue du lundi 26 mai au samedi 31 mai 1986 jusqu'à 17h00. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si un article venait à manquer, n'hésitez pas à demander un bon d'achat différé. Si certaines marques de commerce de produits annoncés ne sont pas disponibles dans certaines régions, elles seront alors remplacées par une autre marque de commerce de même nature, et d'un prix coûtant égal ou supérieur. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement.



METRO
LE SPÉCIALISTE
par excellence

**CUISINER
AVEC L'INSTITUT DE
TOURISME ET D'HÔTELLERIE
DU QUÉBEC**

Des problèmes d'ordre technique ont rendu tout à fait incompréhensible la présentation de la recette de charlotte beauceronne proposée par l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec dans le Cahier Alimentation de la semaine dernière. Nous la reprenons... avec nos excuses à nos lecteurs et lectrices et à l'ITHQ.

Charlotte beauceronne

Vin mousseux ou vin blanc liquoreux
(savoureux et très sucré)

Préparation: 3 h 20
Rendement: 10 portions

Ingrédients
300 mL (1/4 de l.) de lait
100 mL (3/8 de l.) de sucre
4 jaunes d'oeuf
250 mL (1 l.) de sirop d'érable
35 mL (2 1/2 c. à table) de gélatine neutre
Eau chaude en quantité suffisante
250 mL (1 l.) de crème à 35 p.c.
Fraises fraîches en quantité suffisante

Gâteau roulé à l'érable* (10 portions)
Crème fouettée à l'érable** (10 portions)
Sucre d'érable râpé (facultatif) en quantité suffisante

Méthode

Faire chauffer le lait dans une casserole avec la moitié du sucre.

Battre les jaunes d'oeufs avec le reste du sucre et le sirop d'érable, jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux. Incorporer le lait bouillant à cet appareil. Faire chauffer à feu doux jusqu'à ce que le mélange épaississe; prendre soin de ne pas le laisser bouillir.

Ajouter la gélatine préalablement gonflée dans un peu d'eau chaude, puis laisser refroidir cet appareil.

Incorporer la crème préalablement fouettée et la moitié des fraises coupées grossièrement.

Verser cet appareil dans un moule à charlotte préalablement foncé de tranches de gâteau roulé à l'érable de 1 cm (3/8 po) d'épaisseur. Faire prendre au réfrigérateur, puis démouler.

Decorer la charlotte avec le reste des fraises et avec de la crème fouettée à l'érable. Si desire, poudrer de sucre d'érable râpé et servir.

Note: on peut confectionner ce dessert dans un moule à savarin, en forme de couronne.

Valeur énergétique: 445 Cal ou 1860 kJ par portion.

* GÂTEAU ROULÉ À L'ÉRABLE

Ingrédients
3 blancs d'oeuf
110 g (4 oz) de sucre
3 jaunes d'oeuf
60 g (2 oz) de farine tout-usage
22 mL (1 1/2 c. à table) de fécule de maïs
15 mL (1 c. à table) de poudre à pâte
Graisse en quantité suffisante
Farine en quantité suffisante

CRÈME FOUETTÉE À L'ÉRABLE** (10 PORTIONS)

Méthode

Monter les blancs d'oeufs en neige ferme en ajoutant graduellement la moitié du sucre.

Battre les jaunes d'oeufs en ajoutant graduellement l'autre moitié du sucre, jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux. Mélanger ces deux appareils.

Incorporer délicatement à ce mélange la farine, la fécule de maïs et la poudre à pâte préalablement graissée et farinée. Faire cuire au four à 200° C (400° F) pendant 8 à 10 minutes.

Laisser refroidir, puis démouler le gâteau; l'étendre sur un linge humide et le garnir de crème fouettée à l'érable, puis le rouler dans le linge. Pour servir, découper en tranches individuelles. Donne 10 portions.

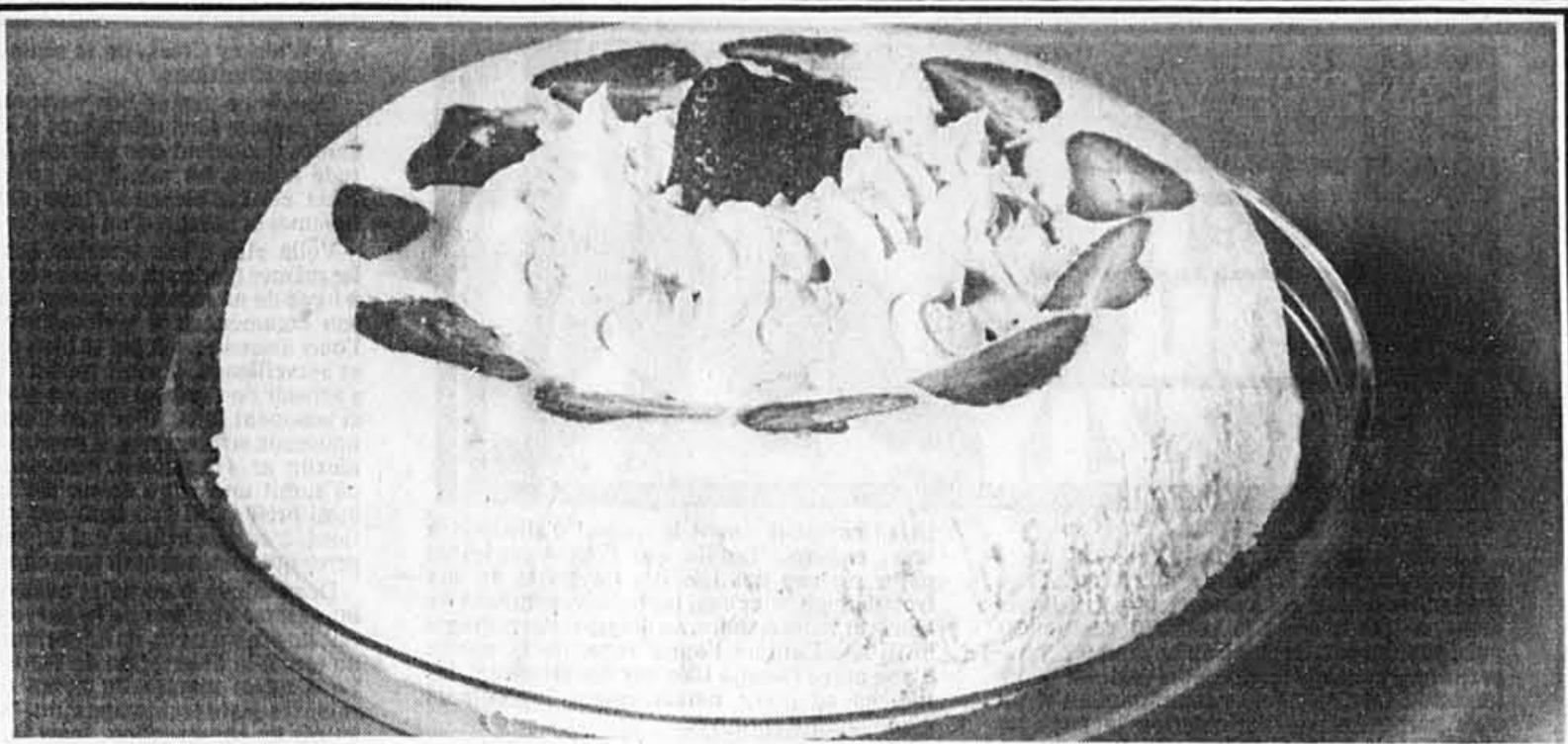
** CRÈME FOUETTÉE À L'ÉRABLE

Ingrédients
150 mL (3/8 de l.) de sirop d'érable
250 mL (1 l.) de crème à 35 p.c.

Méthode

Bien faire refroidir le sirop d'érable.

Fouetter la crème jusqu'à ce qu'elle soit à demi-prise, puis lui ajouter graduellement le sirop d'érable. Fouetter jusqu'à l'obtention d'une crème consistante.



ScotTowels Plus présente

LE GROS DOUX!



Enfin, les ScotTowels Plus doux et absorbants dans un paquet qui dure plus longtemps!

Voilà une bonne nouvelle pour les gens qui n'aiment pas manquer d'essuie-tout!

Le GROS DOUX, c'est le nom que nous donnons à ce paquet jumbo fort pratique, qui contient 200 essuie-tout. Avec plus d'essuie-tout à portée de la main, vous vous retrouvez moins souvent devant un rouleau vide!

Le GROS DOUX de ScotTowels Plus. Des essuie-tout toujours aussi doux, toujours aussi absorbants, dans un paquet plus gros, qui dure plus longtemps.

Oui, avec le GROS DOUX, vous manquerez d'essuie-tout moins souvent. Un gros avantage pour vous! P.S. Bien entendu, le GROS DOUX s'adapte au porte-rouleau standard.

La consommation des jus de fruits augmente

« Une concurrence vigoureuse dans l'industrie des boissons non alcoolisées, une publicité dynamique et le lancement de nouveaux produits ont fait grimper la consommation des jus de fruits », d'expliquer Margaret Zafiriou, économiste à la Division de l'analyse des marchés alimentaires d'Agriculture Canada, dans un rapport sur la consommation des boissons non alcoolisées au Canada.

Bien que le café, le thé et les boissons gazeuses continuent de mener le bal, la consommation de jus de fruits a progressé à un rythme plus accéléré que celle de toute autre boisson non alcoolisée. En 1974, les Canadiens buvaient un peu moins de 12 kilogrammes de jus de fruits par habitant; en 1984, ce chiffre a atteint plus de 21 kilogrammes, soit un bond de près de 80 p. cent.

L'économiste attribue cette nouvelle tendance à des changements dans les prix des produits et les niveaux de revenus des gens, ainsi qu'à l'évolution des goûts et préférences du consommateur. Le fait que le consommateur accorde beaucoup plus d'attention qu'auparavant à la valeur nutritive des boissons

qu'il consomme contribue également à cette augmentation.

La percée la plus remarquable a été réalisée par le jus de pomme. « Au cours de cette même période de dix ans, la consommation de jus de pomme a augmenté de 235 p. cent », de préciser madame Zafiriou.

Le jus de pomme est consommé ici depuis très longtemps. Et on a pu craindre un moment que sa consommation soit en recul ou tout au moins stagnante. Car plusieurs facteurs se sont conjugués pour dérégler le cycle prévisible de décroissance de ce produit. Si l'on tient compte du taux d'inflation, le prix du jus de pomme a flechi de 1974 à 1984, en raison surtout de l'abondance de concentré de jus de pomme à bas prix sur le marché mondial.

D'autre part, on a incité les consommateurs à acheter du jus de pomme pour les enfants. Ils adorent cette boisson, couramment servie aussi bien à la maison qu'à la garderie. « La consommation de jus de pomme, d'expliquer madame Zafiriou, a augmenté parallèlement au nombre de garderies. En outre, l'étude de consommation révèle que les familles avec enfants achètent davantage de jus de pomme. »

ANDRÉ VACHER

L'ÉTÉ DU GRIZZLY



— 18 —

Les déplacements du grizzly nous sont encore très mystérieux. Un même individu peut fort bien se cantonner dans un secteur particulièrement restreint, errer là pendant des années puis, subitement, sans raison apparente, entreprendre un périple de plusieurs dizaines de kilomètres. Une étonnante détermination et un sens particulier de l'orientation le poussent alors à toujours choisir le meilleur itinéraire. Tout en économisant soigneusement ses moyens, il voyage avec beaucoup d'efficacité. Si en forêt, il sait faire le bon détour pour éviter un passage infranchissable, en revanche, comme il nage fort bien, il traverse toujours les lacs en ligne droite. Le fait n'est pas rare de voir un grizzly, capturé près d'un terrain de camping et déporté dans l'arrière-pays, parcourir en quelques jours la centaine de kilomètres qui l'en séparent. Si l'on ignore comment il s'est guidé, on sait au moins pourquoi il est revenu.

Jadis, les Indiens vouaient un véritable culte au grizzly. Les Ojibwés mettaient à l'épreuve la virilité de leurs adolescents en les laissant jeûner, seuls, trois jours et trois nuits en pleine forêt. Quelques rares privilégiés recevaient la visite d'un grizzly. A ceux-là, gloire et richesse étaient promises. Les Nootkas se réclamaient de son esprit et sculptaient des totems en son honneur. Les Kwakiutls le tenaient pour créateur du monde. Les Algonquins l'appelaient Père.

La légende raconte qu'au début des temps, avant que l'homme n'apparaisse sur la terre, le grizzly y régnait déjà en maître. Il ne portait pas de fourrure et se tenait tout droit à cette époque. Ce n'est que plus tard, en créant l'Indien, que Tshishé Manitou, l'Esprit suprême, s'aperçut qu'il ressemblait trop à l'ours. Il dut alors couvrir le grizzly de poils et le faire marcher sur ses quatre pattes, comme les autres animaux. Mais, dit la légende, le grizzly leur devint semblable sans jamais oublier qu'il fut différent.

Et les Indiens savent encore que c'est à cause de cela que le grizzly peut marcher sur deux pattes, se tenir debout pour mieux sentir le vent ou se battre, ou bien encore s'asseoir pour cueillir des baies sauvages ou allaiter ses petits. S'ils ne dansent plus en son honneur ni ne portent ses griffes en amulette, ils admirent toujours sa dignité, sa force, sa ruse, son intelligence, son ouïe et son odorat exceptionnels. La patience et le dévouement de l'ourse élevant ses oursons fait encore leur admiration, eux qui

pareillement donnent beaucoup d'affection à leurs enfants. Tandis que l'ourse porte ses petits sur son dos lors des traversées de lacs trop longues pour eux, les Indiens prennent les leurs sur leurs épaules, au moment des portages difficiles. Comme l'ourse recueille la portée d'une autre femelle tuée par des chasseurs, les Indiens adoptent naturellement les enfants d'une famille éprouvée.

Mais, il est un détail qui continue de beaucoup les intriguer: le fait que le grizzly crie parfois lorsqu'on le blesse. Les anciens disaient: un animal qui crie est un animal qui a peur et qui connaît la raison de sa peur. Même blessé à mort, l'original ne crie pas, il ignore que l'homme est responsable de ses souffrances. Sans doute le grizzly le sait-il? Les Indiens se rappellent toujours ce vieux dicton: une aiguille est tombée d'un pin, un aigle l'a vue, un original l'a entendue, le grizzly l'a sentie.

Avant que le fusil n'existe, lorsque les Indiens ne disposaient pour le chasser que de lances, d'arcs et de couteaux, ils devaient connaître ses moindres réactions sous peine de laisser leur vie dans ces affrontements. En dépit de leur grande habileté à repérer ses passages et à interpréter ses traces, ils comptaient toujours avec ce sens aigu du danger qui le met si vite en alerte. En général, il disparaît furtivement, s'éloigne ou se cache avec une incroyable habileté mais, si malgré tout il est surpris, il charge alors pour mettre en fuite l'intrus que ses yeux myopes ne lui permettent pas facilement d'identifier. Cette manœuvre n'aura bien souvent d'autre but que l'intimidation, car le grizzly ne connaît pas d'adversaire à sa mesure.

Si les chasseurs indiens n'ignoraient rien de cela, bien peu d'hommes aujourd'hui comprennent la nature complexe du grizzly.

Beaucoup d'ours parcourent les parcs nationaux de l'Ouest canadien, et, comme la chasse y est interdite, des amateurs de trophées peu scrupuleux placent des appâts près des limites et attendent leurs proies avec des carabines de gros calibre munies de télescopes. Malgré sa ruse, il reste à l'animal fort peu de chances d'en réchapper, et ainsi, chaque année, de nombreux grizzlys perdent la vie pour que leur tête décore un mur de salon, ou que leur peau serve de tapis dans quelque riche demeure canadienne ou américaine.

Symbole de la vie sauvage, le grizzly est encore, de nos jours, victime d'un mythe dont notre civilisation envahissante pourrait bien faire le motif de son extermination.

À Whiskey Creek, on se sentait bien loin de ces considérations.

Depuis un temps que personne ne pouvait plus évaluer sans calcul tant il s'éternisait, les gardes traquaient une bête que, fatigué et lassitude aidant, on aurait pu croire imaginaire, n'eût été les blessures, bien réelles, de deux hommes et la mort d'un troisième.

Voilà plus d'une semaine que l'on répétait les mêmes tactiques, de jour comme de nuit et, à force de ne récolter que des échecs, Jim Jackson commençait à sérieusement penser que l'ours assassin avait bel et bien réussi à déjouer sa surveillance. Il avait même l'intuition qu'il s'agissait de l'animal que ses guetteurs avaient si bêtement laissé filer hier matin. A court de nouveaux stratagèmes, il sombrait dans la perplexité et s'inquiétait beaucoup de l'impact qu'aurait une autre erreur sur la population; aussi préférait-il s'en tenir aux mêmes dispositions, à ce quadrillage qui laissait toujours espérer que l'animal était sous contrôle.

Deux autres ours noirs avaient été abattus, innocentes victimes de la nervosité des gardes car, une fois à terre, ils ne correspondaient plus du tout à la description de l'animal recherché. En d'autres temps, des gestes semblables auraient considérablement nui à l'image des agents de conservation, mais là, il se trouvait peu de personnes à Banff pour condamner ces méprises, la plupart y voyant plutôt l'élimination de deux tueurs en puissance. Néanmoins, l'unanimité se faisait de plus en plus sur le ridicule de cette obstination à rechercher un ours dont on ne pourrait jamais dire avec certitude s'il était le coupable, alors que le bon sens commandait de rouvrir le dépôt pour que tout rentre aussitôt dans l'ordre.

Mais l'entêtement de Jackson ce mercredi soir 3 septembre allait lui donner raison.

Ce jour-là, sur l'autoroute transcanadienne, juste à la sortie de Banff, un adolescent faisait de l'auto-stop pour se rendre à Calgary. Il s'appela Gary Murray et, consciencieusement, tendait le pouce vers les voitures tout en admirant le magnifique paysage des montagnes Rocheuses qui l'environnaient. Il devait être vers les 17 heures et déjà, annonçant l'automne proche, le soleil commençait à basculer derrière les crêtes en dents de scie qu'il paraît de merveilleux reflets.

Gary Murray se tenait à l'embranchement de Mont Norquay, le seul endroit où espérer arrêter une auto qui, au sortir de la courbe, roule encore doucement avant d'être absorbée par la circulation rapide. Il en passait d'ailleurs assez peu, mais le garçon ne manquait pas de patience.

Soudain il entendit un cri. Derrière lui, à une centaine de mètres, un homme venait de déboucher de la forêt et appelait à l'aide en se dirigeant vers la route. Le voyant avancer si péniblement, Gary Murray courut lui porter secours mais, parvenu à sa hauteur, il s'immobilisa, frappé de stupeur, en découvrant le triste état de l'individu: visage en sang qui coulait de son crâne, mains lacérées, bras gauche désarticulé, déchiré... Et partout du sang, beaucoup de sang, sur la chemise, le pantalon.

— Je... j'ai été attaqué par un ours, bredouilla l'homme, je suis blessé... je suis blessé...

Gary Murray ne savait trop quoi faire. Il retira prestement sa chemise et lui en recouvrit la

tête puis, pensant tout d'un coup à l'ours qui pouvait surgir, il soutint le blessé pour rejoindre la route au plus vite. Le talus, très escarpé, leur fut particulièrement pénible à franchir mais, une fois sur l'asphalte, Gary Murray arrêta la première voiture et l'homme fut conduit à l'hôpital.

Immédiatement prévenus, la police et les responsables du parc questionnèrent Gary Murray, faute de pouvoir entendre la victime, déjà rendue en salle d'opération.

— Il ne m'a pas beaucoup parlé, s'excusait presque le jeune homme, il était mal en point, il m'a seulement dit qu'un ours l'avait attaqué alors qu'il cherchait à rejoindre l'autoroute.

— A rejoindre l'autoroute? s'étonna un policier, en coupant à travers bois!

— Non seulement à travers bois, renchérit Jim Jackson, mais à travers la zone interdite en plus!

— C'est ce qu'il m'a dit...

— Mais enfin, grogna Jackson en prenant les policiers à témoin, comment a-t-il pu aboutir dans la zone interdite, avec les panneaux d'avertissement et les hommes déployés tout autour?

— Ça paraît bizarre en effet.

Quelques hypothèses furent avancées, qui s'écroulèrent toutes à la première analyse tant il semblait impossible qu'il existe dans Banff une seule personne ignorant que la zone de Whiskey Creek était fermée. Et non moins invraisemblable qu'elle n'en connaisse pas les limites avec autant de panneaux pour les signaler, et de gardes en armes pour les surveiller. Et puis enfin, pourquoi passer à travers ce bois touffu pour atteindre l'autoroute alors que la distance est à peine plus longue en empruntant la voie d'accès Mont Norquay?

Si les policiers flairaient là quelque méchante histoire susceptible de compliquer encore la situation, Jackson, lui, accueillait plutôt cette nouvelle attaque avec une certaine satisfaction. Certes, il déplorait l'accident pour lequel on allait encore fustiger son équipe jugée incapable de venir à bout de l'ours, mais, au-delà de la sympathie qu'il éprouvait pour la victime, il n'était pas mécontent de se dire qu'enfin ses détracteurs devraient bien cette fois reconnaître la justesse de ses vues. Il apparaissait indéfinissable à présent que l'animal recherché se tenait toujours dans la zone contrôlée par ses hommes, et sa tactique si contestée s'avérait aujourd'hui des plus astucieuses. D'un coup, Jim Jackson voyait s'effacer les incertitudes des jours précédents et revenir la confiance de ses hommes, comme celle de la population. Plus que jamais, il affirmait pouvoir capturer bientôt la bête, et davantage de personnes recommençaient à le croire. Le nombre d'ours trapés ou abattus à Whiskey Creek, sans que rien ne change à la situation, donnait tout lieu de penser que l'auteur de ce troisième accident avait aussi les deux précédents à son actif.

Avec autant de conviction qu'il prétendait huit jours auparavant avoir tué l'assaillant de Douglas Dempsey, le chef des gardes soutenait maintenant qu'un seul et même ours était à l'origine de chacune des attaques.

Tous droits réservés: LES ÉDITIONS LA PRESSE, LTÉE © Copyright, Ottawa, 1982

LA PETITE PRESSE

LA FAMILLE LAKOUCHE
 POUR DESCENDRE!
 JE ME DEMANDE BIEN POURQUOI TU ES SI INQUIET EN PRENANT L'ASCENSEUR AUJOURD'HUI?
 COMME ÇA!
 EXCUSEZ-MOI, JE VOUDRAIS PRENDRE UNE PHOTO!
 PAS D'PROBLÈME!
 BEN ALORS... ENLEVEZ-VOUS DU CHEMIN!

FRED BASSET
 ÇA VA SI C'EST CE QUE TU RESSENS
 TU N'ES PAS LE SEUL CANICHE SUR LA PLAGE!

HAGAR DUNOR le VIKING
 CETTE ANNÉE, JE DÉCIDE DE RENONCER À BOIRE ET À FAIRE LA FÊTE!
 ET QUAND RENONCERAS-TU À FAIRE DES PROMESSES QUE TU NE PEUX PAS TENIR?
 L'ANNÉE PROCHAINE!

CANDIDE
 VOUS VOULEZ UNE EXPLICATION? EH BIEN, MADAME, C'EST MOI QUI DIRIGE LA RANGÉE...
 CETTE RANGÉE ÉTAIT PARFAITEMENT DROITE, SAUF POUR LE PUPITRE DE SLUGGO.
 J'AI DONC EU À LE PUNIR!
 C'EST ÇA, MADAME, JE L'AI MIS EN RETRAITE FERMÉE.

FERDINAND
 REGARDEZ ÇA... LE GOUVERNEUR VIENT DE NOMMER SON BEAU-FRÈRE COMMISSAIRE AU DÉPARTEMENT DE LA CORRUPTION...
 VOUS VOULEZ DIRE «DÉPARTEMENT DE LA CORRECTION», N'EST-CE PAS?
 NON...

BOUBOULE
 BEAUCOUP DE BOUE AUJOURD'HUI, HEIN, BOUBOULE?
 ÇA PARAÎT...
 ICI, C'EST TROP PROFOND POUR UN PETIT COMME TOI!
 JE SAIS...
 TU DEVRAIS GRIMPER SUR LES ÉPAULES DE JEAN.
 J'Y SUIS...

LE DEVEINE
 BONNE SOIRÉE?
 BRUTUS A ÉTÉ LE ROI DE LA FÊTE...
 C'ÉTAIT ENNUYANT À CE POINT-LÀ?

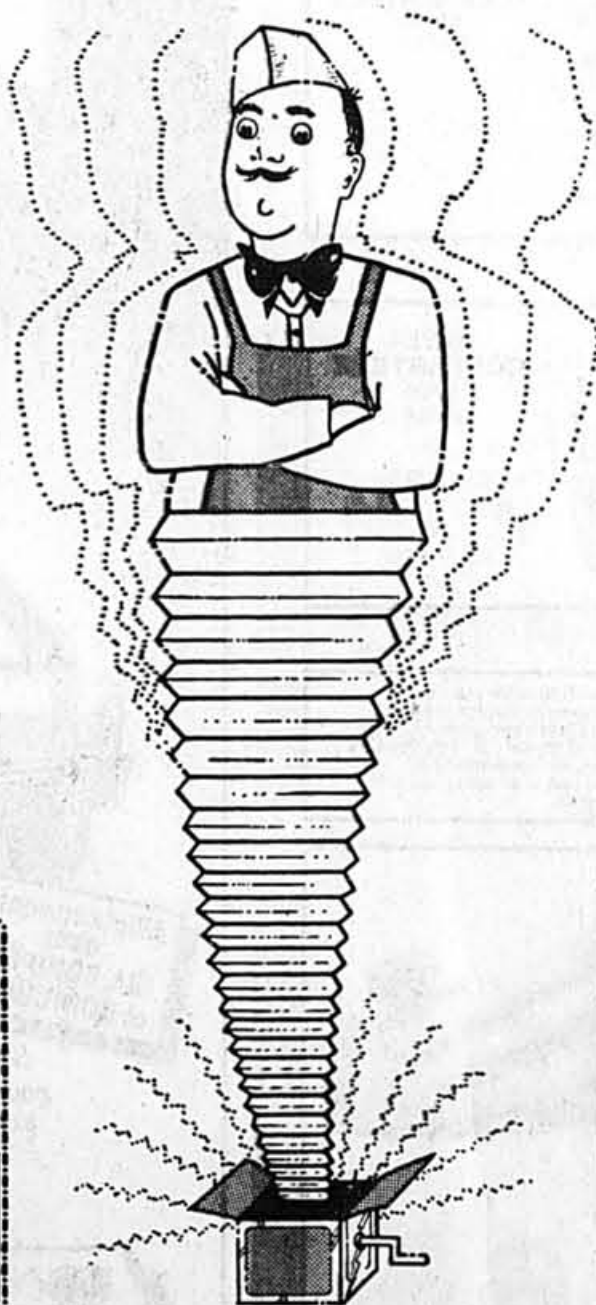
BOZO
 BOZO, VA ME CHERCHER UN PAIN CHEZ LE DÉPANNEUR
 CHÉRIE, JE SUIS LA!

DEMANDEZ UN POTSTICKER AU COMPTOIR DES VIANDES OU DE LA CHARCUTERIE* ET DÉCOUVREZ UN NOUVEAU PLAISIR!

Comment vous décrire le délicieux potsticker? Eh bien! si vous le demandez au préposé du comptoir des viandes ou de la charcuterie de votre supermarché, il vous expliquera que le potsticker est une délicieuse combinaison d'un egg roll et d'un wonton.

Il vous dira aussi que Wong Wing les a remplis à souhait de savoureuse viande hachée, de chou bien frais, de croustillantes châtaignes d'eau, sans oublier les oeufs, le céleri, les oignons, et un savant mélange d'assaisonnement chinois.

Il vous montrera même comment les préparer en quelques minutes. C'est si facile! Il suffit de les réchauffer dans une friteuse, un grille-pain/four ou un four conventionnel.



Ils sont irrésistibles comme collations, hors d'oeuvre, entrées ou dans une soirée entre amis. La seule chose que votre épicier ne pourra pas vous expliquer c'est comment manger un potsticker. A vous d'en décider!

Et pour vous laisser savourer ce plaisir, Wong Wing vous offre ces deux coupons: le premier vous donne droit à deux potstickers EN BONI* à l'achat de tout produit Wong Wing d'au moins 225 grammes (8oz) au comptoir de la charcuterie, et le second vous fait économiser 50¢ sur un paquet de six.

*Valable seulement dans les supermarchés offrant un comptoir de charcuterie.

BONI OBTENEZ **2 POTSTICKERS EN BONI*** AU COMPTOIR DE LA CHARCUTERIE.

Au détaillant: Attendez que vous avez honoré ce coupon SEULEMENT à l'achat d'au moins 225 grammes (8 oz) de tout produit Wong Wing au comptoir de la charcuterie. Les Aliments Wong Wing Inc. vous remboursera 50¢ pour les 2 potstickers EN BONI, plus 99¢ de frais de manipulation. Toute autre tentative en vue d'obtenir un remboursement constitue une fraude. Sur demande, vous devrez présenter vos factures démontrant l'achat d'un stock suffisant pour justifier le nombre de coupons remboursés. Les demandes de remboursement doivent provenir uniquement des détaillants autorisés à vendre nos produits. Pour un remboursement, envoyez ce coupon à:

WONG WING Redemco C.P. 128, Longueuil, Québec J4K 4X8
CETTE OFFRE PREND FIN LE 31 AOÛT 1986

*Valable seulement dans les supermarchés offrant un comptoir de charcuterie. 388203

50¢ de RABAIS ÉCONOMISEZ **50¢** à l'achat de 6 potstickers WONG WING au comptoir des viandes ou de la charcuterie.

Au détaillant: Attendez que vous avez honoré ce coupon SEULEMENT à l'achat de tout paquet de six potstickers Wong Wing au comptoir des viandes ou de la charcuterie. Les Aliments Wong Wing Inc. vous remboursera 50¢, plus 99¢ de frais de manipulation. Toute autre tentative en vue d'obtenir un remboursement constitue une fraude. Sur demande, vous devrez présenter vos factures démontrant l'achat d'un stock suffisant pour justifier le nombre de coupons remboursés. Les demandes de remboursement doivent provenir uniquement des détaillants autorisés à vendre nos produits. Pour un remboursement, envoyez ce coupon à:

WONG WING Redemco C.P. 128, Longueuil, Québec J4K 4X8
CETTE OFFRE PREND FIN LE 31 AOÛT 1986

388203

WONG WING

Montréal, Canada

Super Vente



Boniprix



*marque de certification d'IGA ltée

Un cahier publicitaire sera distribué à votre domicile. Consultez ses pages débordantes de superaubaines.

(Si vous ne recevez pas ce cahier publicitaire, demandez-en un à votre marchand IGA)



POULET FRAIS

Catégorie Canada "A"
Moins de 2 kg

1,94 88¢
\$/kg /lb



POITRINES DE POULET FRAIS



Avec dos **3,92 1,78**
\$/kg \$/lb

ÉPAULE DE PORC

Fumée
Genre picnic
LAFLEUR

2,18 99¢
\$/kg /lb

CUISSES DE POULET FRAIS

Avec dos

1,72 78¢
\$/kg /lb



SOC DE PORC FRAIS

Déossé et roulé

3,26 1,48
\$/kg \$/lb

SAUCISSES FUMÉES IGA

Pkg. 450 g

1,19

Mes meilleures recettes

Chaque semaine, procurez-vous **GRATUITEMENT** nos feuillets-recettes

Nos feuillets-recettes se veulent plus qu'une simple recette. Ils vous proposent de succulents mets équilibrés pour une saine alimentation. Collectionnez "Mes Meilleures Recettes", elles sont gratuites chez votre épicière IGA.

Recherchez en magasin les cartes identifiées **"Offre Spéciale"**. En plus de nos nombreuses aubaines hebdomadaires, elles vous proposent une foule de rabais supplémentaires.

Prix en vigueur du lundi 26 mai au samedi 31 mai 1986, aux supermarchés IGA. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Pas de vente aux marchands. Le texte prévaut sur la photo lorsque celle-ci ne correspond pas à la description du produit annoncé.



JUS DE TOMATES

Canada de fantaisie
AYLMER
Boite 540 mL

3/1,00

À l'achat de 1 carton, obtenez en prime une bouteille de CITRON-LIME MINUTE MAID (bouteille consignée en sus)

COCA-COLA OU SPRITE

Bouteilles consignées
Carton de 6 x 750 mL

3,89

SAUCE À SALADE MIRACLE WHIP
Pot 500 mL

1,29

BEURRE D'ARACHIDES KRAFT
Pot 500 g

1,39

DÉTERGENT ARCTIC POWER
Boite 6 L

3,89

JAVEL CONCENTRÉE LAVO
Cont. 3,6 L

99¢

Fruits et Légumes

Suite à des délais de livraison et/ou aux variations climatiques de certaines régions, des difficultés d'approvisionnement en fruits et légumes peuvent survenir. Si cette situation devait se produire, votre marchand IGA veillerait à ce que chacun de ses clients soit entièrement satisfait.

PRUNES RED BEAUTY
Produit de la Californie
Canada no 1
Grosseur 4 x 5

2,18 99¢
\$/kg /lb

CÉLERI
Produit de la Californie
Canada no 1
Grosseur 24

99¢
Ch.

UNE PENSÉE POUR le cœur

SOUSCRIVEZ AU FONDS DE RECHERCHE DE L'INSTITUT DE CARDIOLOGIE DE MONTRÉAL ET COUREZ LA CHANCE DE PLUS DE 40 000\$ EN PRIX

1 Ford Tempo 1986

- 2 ordinateurs Commodore
- 2 voyages pour 2 personnes à Paris pour une semaine
- 5 chaînes stéréophoniques Panasonic
- 10 fours à micro-ondes Genius de Panasonic
- 4 magnétoscopes VHS Hitachi
- 3 magnétoscopes VHS Philips
- 17 bicyclettes 10 vitesses

TIRAGE: Le 8 juillet 1986 à l'Institut de Cardiologie de Montréal
5000, rue Bélanger, Montréal (Québec) H1T 1C8 Tél.: 593-2525

FONDS DE RECHERCHE DE L'INSTITUT DE CARDIOLOGIE DE MONTRÉAL

IGA Boniprix et Bonichoix

LA BANQUE D'ÉPARGNE

Ford

Aylmer, Del Monte, Wardair, Les Aliments Hostess ltée, La Laurenbienne mutuelle d'Assurance

On a l'tour de vous satisfaire