



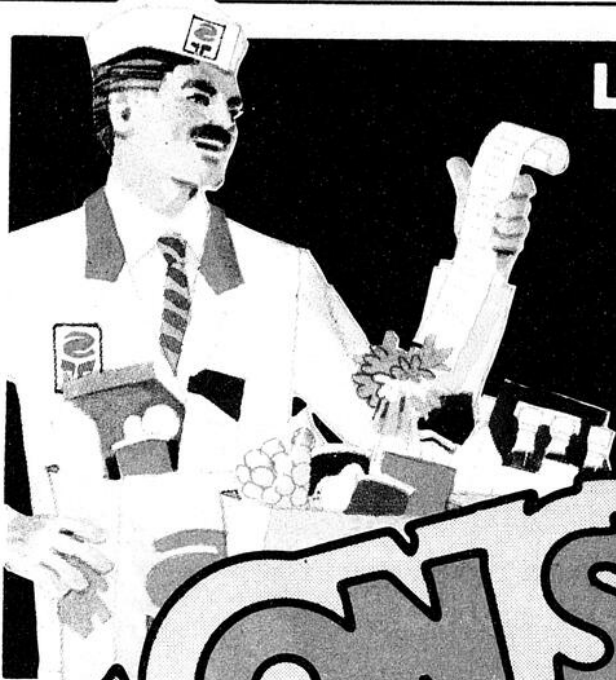
la voix
gaspésienne

Supplément
ALIMENTATION

66ème année no 45

Matane, le mercredi 6 novembre 1985

4 cahiers 88 pages



**LES ÉCONOMIES
LE SERVICE
ET LA QUALITÉ
DES PRODUITS
CHEZ VOTRE
MARCHÉ
SERVI PRO...**

**CONSYZ
Connaît!**

Huile
MAZOLA
bille 1 litre

1.98



Détergent
SUFT
en poudre
boîte 12 litres
4.99

LA CHANCE VOUS SOURIT
CONCOURS
10000
Prix
25 GAGNANTS PAR MAGASIN
4000 micro-ondes et jusqu'à 10000 mannequins
à gagner avec bon. GRAD
Précisions: voir les conditions de participation
à l'arrière de ce journal

Soupe au choix HABITANT boîte de 28 oz	.99
Farine ROBIN HOOD sac 3.5 kg	3.39
Shortening CRISCO emballage de 454 g	.99
Margarine molle LACTANTIA contenant de 1.816 kg	3.59
Boisson twist FBI au choix, contenant 250 ml	2/89
Riz converté UNCLE BEN'S boîte de 1.4 kg	2.99
Fromage tranché KRAFT velveeta, emballage de 500 g	2.89
Chocolat ou fraises NESTLE QUIK instantané, boîte de 375 g	1.49
Détergent liquide MIR emballage de 2 x 750 ml	2.19
Croustilles et ruffles HUMPTY DUMPTY rég. ou b.b.a., sac 200 g	1.19
Tart-O-Bec VACHON sauce, sucre-raisin ou pacanes, bte 6	1.19

Oeufs marinés Tibo, pot de 500 ml	1.69
Langues de porc mariné Cordon Bleu, pot 250 g	3.49
Saumon rose Pacifique Clover Leaf, bte 220 g	1.59
Petites clams Riviera, bte 142 g	1.39
Mini-betteraves Bick's, pot 500 ml	1.69
Choucroute au vin Bick's, pot 500 ml	1.29
Mini-cornichons au choix, Bick's, 500 ml	1.89
Marinades sucrées Bick's, pot 500 ml	1.89
Macaroni court Catelli, bte 1 kg	1.49
Mélange Robin Hood saveurs variées, bte env. 340 g	1.59
Chocolat chips mi-sucré Baker's bte 175 g	1.49
Mélange pain d'épice Robin Hood, bte 370 g	1.59
Gélatine Knox, contenant 4	.99
Café java-moka mél. maison Orient Express, 350 g	4.29
Lait condensé sucré Eagle Brand, emb. 2x300 ml	4.29
Céréales All-Bran Kellogg's bte 575 g	1.79
Grusau prêt à servir Quaker, bte 375 à 575 g	1.69
Désinfectant vaporisateur Lysol rég. ou senteur II, 175 g	1.89
Détergent liquide pour la lessive Wisk, 1 litre	2.89
Ampoules électriques Best Buy G.E. 40,60 ou 100 w, emb. 2	1.39
Ampoules élect. Shadow Ban G.E. 15 ou 25 watts, emb. 2	1.39
Trio brillant à lèvres, Bouts Choux à l'unité	
Sevon sculpté Bouts Choux à l'unité	
Duo lèvres et ongles Bouts Choux, à l'unité	
Ensemble de voyage Bouts Choux à l'unité	
Pendentif et parfum Bouts Choux à l'unité	
Sevon et talc Bouts Choux à l'unité	
Cerises Ganong, bte 300 g	3.99
Biscuits McCormick, noix coco, b. d'arachides, chocolat fondant suprême 400 g	1.79

Radis produit U.S.A. cello 16 oz	.69
Brocolis produit U.S.A. grosneur 14	.99
Champignons blancs produit Canada cello 8 oz	1.29
Pommes vertes Grany Smith produit France grosneur 125 (.69 lb)	1.52 kg
Citrons produit U.S.A. grosneur 140	6/1.09 kg
Pommes Cortland, produit Québec sac 5 lb	1.29 kg

Santé et beauté Serviettes Liberté Nouvelle maxi-minces inodores boîte de 10	1.79
Comprimés Aspirin extra-fort contenant 100	3.49
Revitalisant Halsa ou shampooing bouteille 450 ml	2.79
Laque Final Net normale contenant 225 ml	3.49

Grad = La bonne affaire

Tomates Grad, Canada de choix 796 ml	.67
Sucre granulé Grad, sac 2 kg	.79
Papier hygiénique Grad, blanc, 4 rouleaux	.98
Champignons Grad, entiers, 284 ml	.95
Margarine dure Grad, emballage 454 g	.75
Jus d'oranges Grad, pur ou non sucré 1.82 litre	1.99
Maïs doré Grad, grains entiers 341 ml	.55
Sacs poubelle Grad, ext. 26 x 36, pqt 10	.99
Sacs poubelle Grad cuisine, pqt 12	.49
Allumettes Grad, bte 50 livres	2/1.00

Produits surgelés Jus d'oranges Niagara contenant 12 oz	.85
Frites McCain, rég., ondulées, juliennes ou beefeater, sac 1 kg	.98
Filets High Line de sébaste-perche ou morue, emb. 454 g	2.79
Pâté Swanson au boeuf, dinde, ou poulet, bte 227 g	.99
Egg roll Wong Wing crevettes, poulet-champ. viande, boîte 340 g	1.59

Concours Servi Prix

Jus Heinz de tomates bte 19 oz	2/89
---	------

Café Chase Sanborn, mouture rég. ou filtre-matique emballage 369 g	2.74
--	------

Pellicules Saran Wrap plastique bte 30 mètres	1.89
---	------

Produits de la mer

Filet de sole surgelée (3.68 lb)	8.11 kg
--	---------

Produits Maple-Leaf

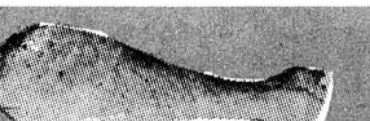
Sauccises fumées rég. ou tout boeuf emballage 450 g	1.68
--	------

Demi-soc de porc fumé roulé désossé (3.28 lb)	7.23 kg
--	---------

Pepperoni et salami cocktail emballage 250 g	1.99
---	------

Bologne cello ou ciré tranché selon vos besoins (1.38 lb)	3.04 kg
--	---------

Simili poulet rég. ou chapelure tranché selon vos besoins (1.78 lb)	3.92 kg
--	---------



Cuisses de poulet frais avec dos (.88 lb)	1.94 kg
--	---------

Poitrine de poulet frais avec dos (1.58 lb)	3.48 kg
--	---------

Ailes de poulet (.68 lb)	1.50 kg
------------------------------------	---------

Produits Bilopage

Cretons contenant de 300 g	2.98
---	------

Pâte en croute boeuf ou poulet 150 g	1.28
---	------

Délice parmesan vin blanc ou asperge et jambon contenant 250 g	2.98
---	------

Produits Tour Eiffel

Pâté de foie rég. ou à l'ail (2.28 lb)	5.03 kg
---	---------

Jambon forêt noire tranche selon vos besoins (4.38 lb)	9.66 kg
---	---------

Produits laitier

Fromage Forêt noire (5.78 lb)	12.74 kg
--	----------

Filet mignon de porc surgelé (3.98 lb)	8.77 kg
---	---------

*Certains produits ou formats pourront être remplacés si non disponibles. *Ces spéciaux sont disponibles chez les épiciers affiliés à Allgro Matane

Marché E. Cloutier Enr. Mont-Saint-Pierre 797-2167	Onide Boucher Gros-Morne 797-2563	Raymond Gagnon Sainte-Félicité 733-4527
V. St-Pierre Enr. Saint-Noël 776-2175	Bernard Lemieux Mont-Louis 797-2943	Alimentation Fournier Enr. Madeleine-Centre 393-2411

SEANIG PRO

**CONSYZ
Connaît!**



MÉTRO

LE SPÉCIALISTE DES AUBAINES



DEMANDEZ LA CIRCULAIRE DE LA SEMAINE
À VOTRE SPÉCIALISTE DES AUBAINES

**RAISIN ROUGE
NAPOLEON**

Importé d'Espagne
Canada no 1

1,71/kg **78¢** /lb

**PAMPLEMOUSSES
BLANCS**

Produit de la Floride
gr. 48

6/89¢

**BOLOGNE
MÉRITE**

régulier ou ciré
morceau 2 lb (1 kg)

2,18/kg **99¢** /lb

LONGE DE PORC

bout de côtes
env. 3 lb (1,4 kg)

FRAIS

2,18/kg **99¢** /lb

**BEURRE
D'ARACHIDES
MÉTRO**

crèmeux, croquant
bocal 500 g

99¢

**BEIGNES
MÉTRO**

nature ou sucrés

**cello
12**

69¢

**CIGARETTES
BELVEDERE**

régulières,
format régulier ou king size
cartouche de 200

Avis: Santé et Bien-être social Canada considère que le danger pour la santé croît avec l'usage - éviter d'inhaler.

16,99

Une boîte gratuite
à l'achat de

**CÉRÉALES
CORN FLAKES
KELLOGG'S**
boîte 350 g

**2 pour 1
avec coupon**

99¢
sans coupon

Valable du 11 au 16 novembre 1985 chez Métro seulement.
Limite 1 coupon par client.
Au détaillant: pour être remboursé, veuillez retourner vos coupons à
HERBERT A. WATTS
C.P. 2140, Station A, Toronto, Ontario M5W 1M1
Kellogg's vous remboursera 1,00\$ plus .09\$ pour les frais de manutention.

K85207

**EN
EXCLUSIVITÉ
T-FAL
DURABASE**

Plus de **40%**
**Dernière
semaine**

En vedette
cette semaine:

Poêle à frire 24 cm

10,99
Taxe en sus



Voir détails en magasin

Les articles annoncés dans cette page sont en réclame aux supermarchés Métro situés dans la ville de diffusion de ce journal et sa proche banlieue du lundi 11 novembre au samedi 16 novembre 1985 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.

MÉTRO

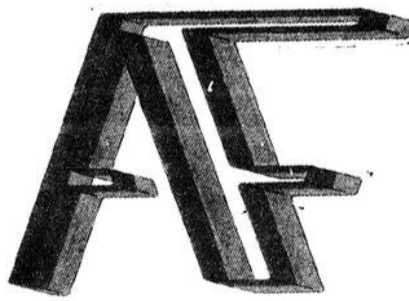


LE SPÉCIALISTE
par excellence

 Cuisses poulet avec dos surgelé, bte 11 lb ou 5 kg 9.99	Pointe de boeuf surgelé Importé 8 à 10 lb (4.39 kg) 1.99 lb	Côtelettes de porc maigres (4.39 kg) 1.99 lb 	Rosbif rouge A-1 côtes roulées (6.99 kg) 3.17 lb	Boeuf haché ordinaire (2.40 kg) 1.09 lb
			Épaule de porc 5 à 8 lb (2.85 kg) 1.29 lb	Pizza garnie 9 po 2.69
Boeuf haché mi-maigre (5.05 kg) 2.29 lb	Bacon Spalding 500 g 2.49	Filet morue congelée 2.3 kg ou 5 lb 7.69	Lard salé gras-épais (3.07 kg) 1.39 lb	Boudin Desrosiers (3.07 kg) 1.39 lb

Spéciaux en vigueur du 12 au 16 novembre

lait évaporé Crino 385 ml 2/1.39	Fromage Kraft, tranché, 16 ou 14 tranches - 500 g 2.99	Garniture Vachon pour tartes fraises cerises ou bleuets, 540 ml 1.79	Graisse Tenderflake 1 lb 1.00	Mouchoirs Facette, boîte de 400 (revient 40¢ pour 100) 1.59	Détergent Sunlight 6 litres 3.99
Liqueurs Pepsi, rég. et diet 750 ml + dépôt 6/3.99	Noix de Grenoble 150 g 1.59 50 g gratis 200 g pour 1.59	Café Chase, instant 227 g 3.99	All rince pour lave-vaisselle 125 ml pour 1.59 + 125 ml gratis 250 ml pour 1.59	Papier toilette Capri 4 rouleaux 1.19	Eau de javel Javex gallon 3.6 litres 1.59

Margarine Parkay molle 1 lb .69 	Cigarettes Peter Jackson 15.79 carton 1.99 pqt	 Jus Heinz, tomates 19 oz - 540 ml .39	Crème glacée Festin 2 litres 1.99	Ce coupon vaut 1\$ sur l'achat 1 douz. d'oeufs cat. A, grosseur gros chez Audet et Fils Inc. avec achat d'au moins 25\$ du 12 au 16 novembre 1985 1.59 - 1.00 = .59
--	--	--	---	--

 Audet et Fils 154 St-Georges Matane 562-1190	Tout le monde est gagnant avec les bas prix chez Audet et Fils 154 St-Georges Matane 562-1190	Oranges produit U.S. grosseur 163, 1 douzaine .99 	 Tomates produit U.S., grosseur 6x7, en cello de 6 .99	Poires Bartlett grosseur 150 6/1.29	Navets Canada no 1 cello 5 lb .69
	Pamplemousses produit U.S. grosseur 48 5/1.00	Épinards Canada no 1 284 g .79			

Nous nous gardons le droit de limiter les quantités ou de corriger une erreur d'impression

Ampoules électriques Grad, pqt de 2 .79	Fromage Petit Gaspésien cheddar 425 g 2.99	Mélasse Crosby 1 kg 1.59	Sauce Lasagne Gattuso 14 oz - 398 ml 1.19
Bettes Habitant sures ou sucrées 750 ml 1.99	Fromage mozarella tranché 170 g 1.59	Mélasse gallon 5 kg 7.59	Sauce viande Catelli 14 oz - 398 ml 2/2.39
Bisto liquide 10 oz .89	Fruits Del Monte 4 x 142 ml 1.89	Mini-pouding Laura Secord 4 x 5 oz 1.99	Sauce Worchester 163 ml .89
Blé d'Inde en crème Aylmer, 540 ml .75	Garniture à tartes Shirriff citron 15 oz 1.69	Moutarde Schwartz 500 g .79	Saumon Keta 439 g 2.49
Breuvages Bessey 2.27 litres 1.15	Jus McCain assortis 3x250 ml 1.19	Oignons Habitant 375 ml 1.99	Savon toilette Caress pqt de 2 barres 1.69
Café instantané Sanka 170 g 4.99	Javex non javelissant 2 litres 2.79	Pois à soupe Grad 900 g .89	Sel Eno 100 ml 2.39
Chips O'Grady 200 g 1.39	Liquide à vaisselle Olympic vert 1 litre 1.99	Pois verts Aylmer, 540 ml .75	Soupes Lipton nouilles, paquet de 2 env. .89
Dream Whip 85 g .99	Macédoine Ferlandière 19 oz - 540 ml .69	Pouding instant Jell-O, 99 g .55	Steak au polvron Chun Ping 844 g 2.49
Epinards Popeye 398 ml .95	Margarine Bernard plat frigidaire 2.19	Ragoût boulettes Cordon Bleu 20 oz - 540 ml 1.99	Thé Salada Prior Park 100 sacs 2.26
Fondue au chocolat Hersey 300 g 2.99	Marinades Habitant sucrées 750 ml 1.99	Sauce hot chicken Esta 14 oz - 398 ml 4/2.29	Wisk 1 litre 2.59

Spéciaux en vigueur les: 13, 14, 15, 16 novembre 1985

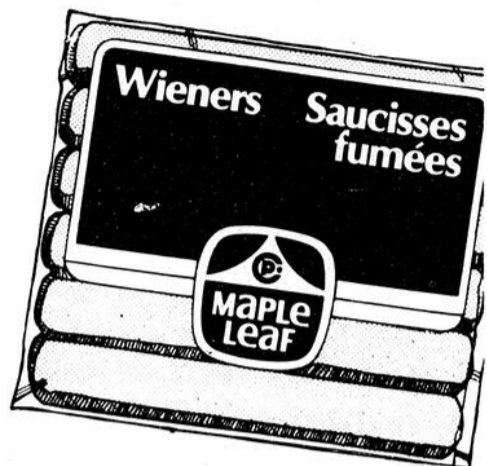


Fesse de porc frais

partie de la croupe
ou de la cuisse

1 25
/lb

2⁷⁶
/kg



Saucisses fumées

rég. ou tout boeuf
MAPLE LEAF
pqt de 450 g

1 39
pqt



Pointe de boeuf

frais
morceau de 3 à 4 lb

1 75
/lb

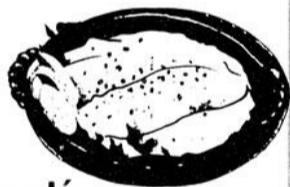
3⁸⁶
/kg

SEMAINE MAPLE LEAF

NOVEMBRE
**MOIS DU POISSON ET
DES FRUITS DE MER**

Sardines dans l'huile 59¢

JUTLAND
bte de 92 g



Filet de morue surgelé 2 39

HIGH LINER
bte de 454 g

Krababoko surgelé 2 49

BONAVENT
format de 300 g

Recettes

TACOS AU POISSON ÉPICÉ

- 2 tasses de poisson, cuit, effeuillé
- 2 tasses de laitue déchiquetée
- 1/2 tasse d'oignon haché
- 1 tomate moyenne, hachée
- 1 tasse de crème sure
- 1 enveloppe de mélange d'assaisonnements pour taco
- 8 coquilles de taco

Mélanger la laitue, l'oignon et la tomate. Mélanger le poisson, la crème sure et le mélange d'assaisonnements. Remplir les coquilles de taco à demi avec le mélange de poisson. Cuire à 350 F. 5-7 minutes pour réchauffer. Étendre une couche du mélange de laitue sur le poisson. Servir accompagné de crème sure additionnelle, si désiré. Donne 8 tacos.

Saucisson de bologne

midget
MAPLE LEAF
env. 2 lb 1/4

1 39 3 06
/lb /kg

Salami ou pepperoni

tranché
MAPLE LEAF
vrac

1 89 4 17
/lb /kg

Mini jambon picnic

désossé cuit
MAPLE LEAF

2 09 4 61
/lb /kg

Demi jambon cuit

prêt à servir
MERE MICHEL

3 69 8 13
/lb /kg

Cubes de boeuf maigre

à cipaille
ou boeuf bourguignon

2 55 5 62
/lb /kg

Bifteck ou rôti

coupe du centre

1 75 3 86
/lb /kg

Bifteck délicatisé

3 45 7 61
/lb /kg

Pointe de boeuf

frais
coupe du centre

2 15 4 74
/lb /kg

Fesse de porc frais

demie ou complète

1 29 2 84
/lb /kg

Bâtonnets de goberges

vrac

2 19 4 83
/lb /kg

Filet de morue

surgelé
bte de 5 lb

7 95 1 69 3 73
bte /lb /kg

Attention, attention, attention
Pour garnir votre congélateur de boeuf, porc, veau, volailles, fiez-vous à votre magasin membre Servi ou un boucher d'expérience saura vous conseiller sur l'achat, la qualité et la préparation de vos viandes selon votre goût.

Carottes fraîches

Canada 1
QUEBEC
sac de 2 lb

39¢
sac

Poivrons verts

U.S.A.
large

85¢ 1 87
/lb /kg

Betteraves fraîches

QUEBEC
sac de 2 lb

59¢
sac

Pommes McIntosh

Canada de Fantaisie
QUEBEC
sac de 5 lb



1 39
sac

Laitue en pomme

Canada 1
CALIFORNIE
gros. 24's



69¢
ch.

AMNÉ à L.R. D'ANJOU Inc.

**ST-PIERRE
ET POITRAS**

Régis Auclair, propriétaire
EPICERIE-BOUCHERIE
BIERE-VIN-CIDRE

40, 1^{re} rue Ouest
Ste-Anne-des-Monts, 763-3133

**D. BERNIER
ET FILS ENR.**

EPICERIE-BOUCHERIE-LICENCIE
BIERE-VIN-CIDRE

Baie-des-Sables, 772-6822

**EPICERIE
GUY SERGERIE**

BOUCHERIE
BIERE-VIN-FROMAGE
SPECIALITE:
COUPE FRANÇAISE

Les Méchins, 729-3619

**MARCHE
DUBÉ**

Gaétan Dubé, propriétaire
EPICERIE-BOUCHERIE-LICENCIE
SPECIALITE: COUPE FRANÇAISE

St-Ulric, Cté Matane
737-4590

Vous nous réservons le droit de limiter les quantités

Les photos de cette page ont été prises par Promobour et ont été réalisées par Samir Ghanem, Qué. 718 633

PAS DE RAISON DE SE PRIXVER

LA CHANCE VOUS SOURIT
CONCOURS
10,000 Prix
25 GAGNANTS PAR MAGASIN
•Fours micro-ondes •mélangeurs à main •cafetières
•couteillerie •lots boni "GRAD"

Remplissez ce coupon ou l'arrachez de votre coupon de caisse et déposez-le chez votre marchand participant. Participez autant de fois que vous le désirez.

SEPMI

Nom: _____
Adresse: _____
Code de poste: _____
N° de tel: _____

GRAD ajoute à la valeur
Les règlements officiels de ce concours sont disponibles dans tous les magasins participants.

CONCOURS
10000 Prix

Café moulu
CHASE & SANBORN
sac de 369 g
3²⁸

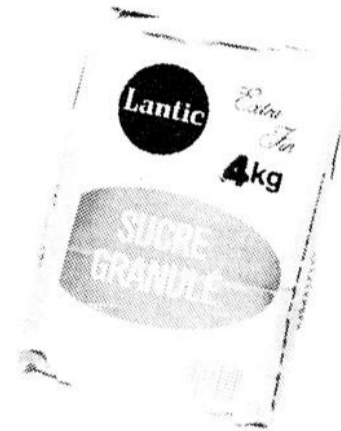
Film de plastique
SARAN WRAP
rouleau de 12 x 30 m
1⁸⁸

Jus de tomates
Canada de Fantaisie
AYLMER
bte de 540 ml
58^c

Sucre blanc

granulé
LANTIC
sac de 4 kg

1⁸⁹



ÉCONOMISEZ

et contribuez à la recherche sur les maladies infantiles!

Présentez ce bon quand vous faites le plein (minimum de 25 litres) dans n'importe quelle station Gulf participante du Québec. Vous obtenez un dollar de rabais, mais en plus, pour chaque bon échangé, Gulf versera 10¢ au Téléthon des écoles pour aider l'hôpital Ste-Justine et l'hôpital de Montréal pour enfants dans leurs recherches sur les maladies infantiles.

Cette offre est en vigueur jusqu'au 31 décembre 1985. Un seul bon par achat.



Qu'est-ce qu'on ferait pas pour vous?...

N° d'immatriculation



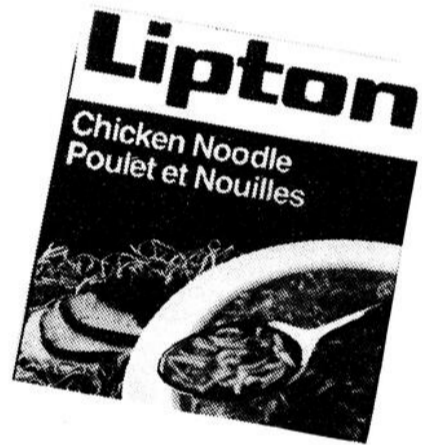
SEPMI
MARCHÉS
D'ALIMENTATION
70995-24134



Soupe

poulet et nouilles
LIPTON
bte de 2 sachets

79^c



BAS PRIX

Cristaux à l'orange TANG pqt de 3 sachets de 92 g	1²⁹
Beurre d'arachides crèmeux ou croquant SKIPPY bocal de 500 g	1⁴⁹
Détergent en poudre TIDE bte de 6 litres	4⁰⁹
Petits gâteaux (Jos Louis ou carrés feuilletés à la gelée) YACHON bte familiale	1⁵⁹
Tire Sainte-Catherine DAVID cello de 250 g	1²⁹
Biscuits (Oreo ou Pépites de chocolat) CHRISTIE format de 450 g	2⁰⁹
Fromage goudas rouge KRAFT format de 227 g	1⁸⁹
Fromage Mozzarella KRAFT brique de 340 g	2⁹⁹

Mélanges à soupe choix de 4 saveurs SAINT-ARNAUD cello de 200 g	59^c
Jus de tomates et palourdes Canada de Fantaisie CLAMATO DE MOTT'S format de 1 litre	1⁷⁹
Thé en sachets (gauze) Orange pekoe KING COLE bte de 60's	2⁷⁹
Riz frit choix de 5 saveurs DAINTY bte de 350 g	99^c
Dentifrice rég., gel ou menthe COLGATE tube de 100 ml	1²⁹
Sirap contre la toux SAPIN FORTIN bouteille de 454 ml	4⁶⁹
Eau de source naturelle LABRADOR bouteille de 1,5 litre	99^c
Chocolat varié choix de 6 saveurs WILL-O-PACK bte de 200 g	1⁷⁹
Base pour soupe au boeuf ou au poulet LONEY'S contenant de 454 g	2¹⁹

Jambon de flocons MAPLE LEAF bte de 184 g	1⁴⁹
Substitut de crème à café COFFEE MATE DE CARNATION bocal de 375 g	2³⁹
Pâte de tomates GATTUSO bte de 156 ml	49^c
Sauce pour côtes levées régulière SUWONG sachet de 142 g	89^c
Café instantané NESCAFE bocal de 227 g	4⁶⁹

PRODUITS SURGELES

Jus d'oranges surgelé KENT bte de 341 ml	1⁰⁹
Garniture frottée surgelée (pression) RICH'S format de 250 g	1²⁹

AU DEPARTEMENT DU NON-ALIMENTAIRE

Bicarbonate de soude (soda à pâte) COW BRAND bte de 500 g	69^c
Détergent liquide SUNLIGHT bouteille de 500 ml	1¹⁹
Savon à mains liquide (pompe) IVORY bouteille de 250 ml	1³⁹
Assouplisseur de tissus DOWNY bouteille de 2 litres	3²⁹
Nourriture pour chiens (boeuf) GAINES BURGER bte de 1 kg	2⁰⁹
Ampoules électriques (40, 60 ou 100 watts) GENERAL ELECTRIC pqt de 2's	1⁴⁹
Allumettes de carton GRAD bte de 50's	2/99^c

**ON S'Y
CONNAÎT!**

SEPMI PRO

alimentation

Tarte allemande

pâte à tarte pour deux abaisses
12 tranches de bacon, cuit
1 pomme moyenne, pelée et coupée menu
2 poires moyennes, pelées et coupées menu
3/4 tasse de crème légère
2 jaunes d'œufs battus
1 c. à thé de zeste de citron râpé
Abaisser une partie de la pâte de façon à chemiser un moule à tarte de 9 pouces.
Déposer le bacon dans le fond; recouvrir des fruits coupés.
Battre les jaunes et la crème et ajouter le zeste de citron; verser sur les fruits.
Abaisser le reste de pâte et découper des bandes; les disposer en croisillons sur la garniture.
Cuire au four à 400°F environ 20 minutes; réduire le four à 350°F et cuire encore 20 minutes.
Servir aussitôt ou laisser refroidir.

Poires au rhum

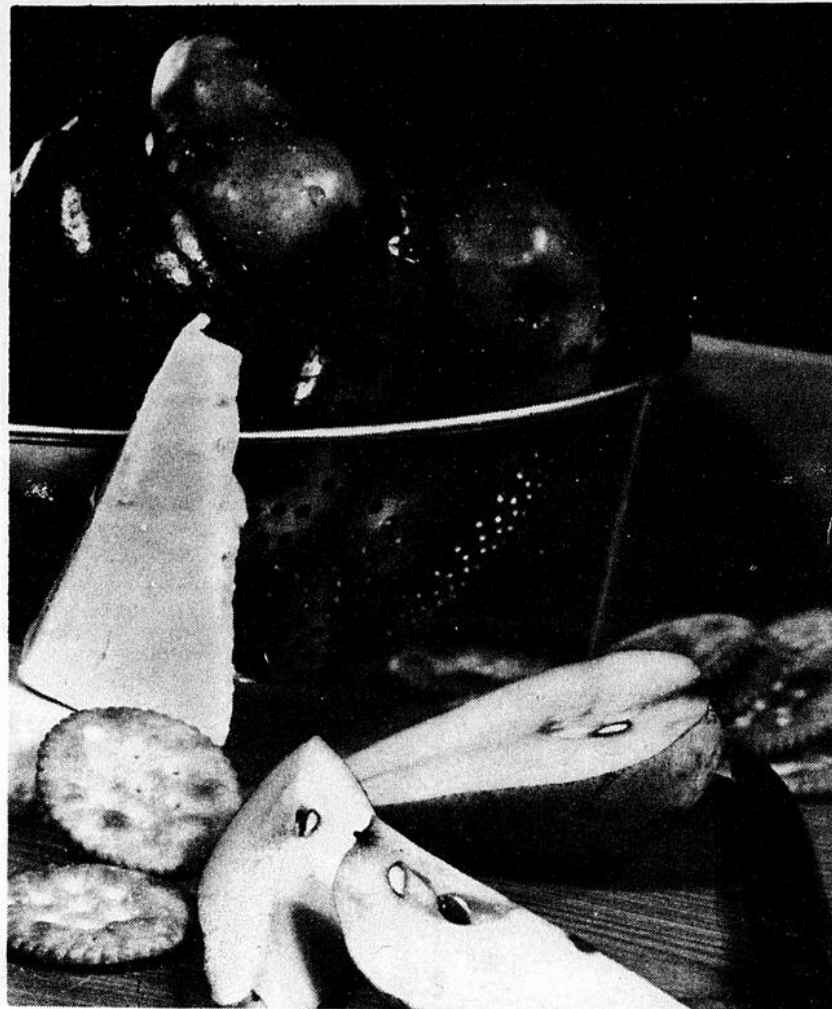
8 poires, pelées et coupées en deux
1/2 tasse de jus de citron
1/2 tasse de miel
1/2 tasse de rhum
1/4 tasse d'amandes effilées
Déposer les demi-poires, le côté coupé en haut, dans un plat allant au four.
Mélanger le jus de citron, le miel et le rhum et verser sur les poires.
Cuire au four à découvert à 350°F, jusqu'à ce que les poires soient tendres mais encore fermes; badigeonner souvent avec le sirop du plat pendant la cuisson.
Retirer du feu et saupoudrer les amandes.
Servir chaudes avec de la crème fouettée ou froides avec du fromage cottage ou du yogourt.
4 portions

Clafoutis de poires

3 poires moyennes, pelées et hachées ou
1 boîte (29 oz) de poires, égouttées parfaitement et hachées
3 œufs
1 1/4 tasse de lait
1/2 tasse de farine
1/3 tasse de sucre
2 c. à thé de vanille
1/4 c. à thé d'essence de rhum
1/8 c. à thé de sel
1/8 c. à thé de muscade
crème fouettée
Battre les œufs jusqu'à ce qu'ils soient mousseux; ajouter le lait, la farine, le sucre, la vanille, le rhum, le sel et la muscade et battre à petite vitesse jusqu'à ce que la préparation soit lisse.
Étendre les poires dans un plat à quiche ou à tarte graissée de 10 pouces et verser la préparation sur les poires.
Cuire au four à 350°F de 50 à 60 minutes jusqu'à ce qu'un couteau inséré au centre en ressorte propre.
Laisser reposer 15 minutes et garnir de crème fouettée au goût.
8 portions

Sorbet aux poires

1 boîte de poires égouttées, le jus réservé (796 mL/28 oz)
2 c. à table de sucre (30 mL)
2 c. à table de jus de citron (30 mL)
1 c. à thé de zeste de citron râpé (5 mL)
Réduire les poires en purée au mélangeur électrique.
Porter à ébullition dans une petite casserole à feu moyen 1/2 tasse (125 mL) du sirop réservé et le sucre, en remuant constamment. Laisser refroidir et incorporer la purée de poires.
Ajouter le jus et le zeste de citron et bien mélanger.
Étaler la préparation dans un moule peu profond et mettre au congélateur jusqu'à ce que ce soit partiellement ferme.
Verser dans un bol et fouetter jusqu'à ce que ce soit lisse et bien mousseux.
Verser dans un contenant hermétique et faire congeler au moins 4 heures avant de servir.
Remuer le sorbet à quelques reprises pendant la période de congélation et servir dans les 24 heures suivantes. Si le sorbet devient trop ferme, laisser ramollir au réfrigérateur avant de servir.
5 à 6 portions



POIRE si juteuse...

Homère, ce poète de la Grèce antique, la qualifiait de "présent des dieux" et certes à juste titre car sa chair, fine et juteuse, est encore appréciée aujourd'hui.

Les poires sont offertes en diverses variétés et généralement disponibles à l'année longue dans nos marchés d'alimentation. Contrairement à la plupart des autres fruits, les poires qui mûrissent aux arbres, ont une texture rugueuse et épaisse. C'est pourquoi elles sont cueillies avant maturité; il suffit de les laisser mûrir à la température de la pièce. Si la chair près de la tige cède légèrement sous la pression du pouce, c'est alors le temps de déguster le délicieux fruit!

Achetez les poires qui sont fermes et bien dessinées et dont la pelure est uniforme, bien colorée et

exempte de taches noires. N'oubliez pas qu'une fois coupée, la chair des poires a tendance à noircir; frottez-la donc avec un peu de jus de citron. De plus, la réfrigération retardera le processus de

maturation; par contre, les poires très mûres ne se garderont pas plus de 4 à 5 jours au froid. Il faudra mieux alors les utiliser rapidement afin de bien profiter de tous les bienfaits de ce "fruit des dieux"!

Tarte aux poires à l'anglaise

2 boîtes de poires en tranches (14 oz ch.)
1 c. à table de sucre
2 c. à table de féculé de maïs
1/4 c. à thé de cannelle
1 c. à table de jus de citron
1 tasse de farine
1/3 tasse de sucre
1 1/2 c. à thé de bicarbonate de soude
1/2 c. à thé de sel
1 1/2 tasse de fromage cheddar, râpé
1/3 tasse de margarine, fondue
1/4 tasse de lait
Égoutter les poires et réserver le jus; mélanger le sucre, la féculé de maïs et la cannelle et ajouter le jus des poires et le jus de citron.
Faire chauffer à feu moyen jusqu'à ce que le mélange épaississe; faire bouillir une minute et retirer du feu.
Ajouter les poires et verser ce mélange dans le fond d'un moule carré de 9 pouces.
Mélanger farine, sucre, bicarbonate, sel et fromage; ajouter la margarine et le lait et mélanger délicatement.
Déposer la pâte à la cuillère sur les poires et cuire au four de 25 à 30 minutes à 425°F.
Servir avec de la crème glacée.
6 à 8 portions

artuce maison

Porcs-épics en dessert...

Choisissez de belles poires fermes, pelez-les et piquez la chair d'amandes effilées. Déposez-les dans un plat allant au four, recouvrez d'eau, de jus de pommes ou de vin rouge et faites cuire au four à 350°F environ 1 heure, selon le degré de maturité des fruits. Les bâtonnets d'amande noirciront un peu et la chair des poires s'attendrira. Servez-les encore tièdes arrosées du jus de cuisson ou présentez-les dans des coupes, surmontées d'une boule de crème glacée. Un délice pourtant si facile!

Croustillant aux poires

5 tasses de poires en tranches
1/2 tasse de sucre
2 c. à table de jus de citron
1 tasse de farine tout usage
1/4 c. à thé de sel
1/8 c. à thé de macis
1/2 tasse de cassonade
1/2 tasse de céréales émietées (cornflakes)
1/3 tasse de beurre ramolli
Chauffer le four à 325°F.
Déposer les tranches de poires dans un moule graissé de 11 x 7 pouces; verser le jus de citron et saupoudrer le sucre.
Mélanger la farine, le sel et le macis; incorporer la cassonade et les céréales et bien mélanger. Ajouter le beurre et brasser afin de rendre la préparation grumeleuse.
Verser sur les poires et cuire environ 35 minutes au four ou jusqu'à ce que les poires soient tendres et le dessus bien doré.
Servir aussitôt.
6 portions

Poires farcies

6 poires coupées en deux, le cœur enlevé
6 feuilles de laitue
3/4 tasse de fromage cottage
2 c. à table d'amandes effilées
1/4 tasse de céleri haché
1/4 tasse de yogourt
paprika
Garnir six assiettes d'une feuille de laitue et y déposer 2 moitiés de poire.
Mélanger fromage cottage, amandes, céleri et yogourt et farcir les demi-poires.
Saupoudrer de paprika et servir aussitôt.
6 portions

Poires à la sauce à l'orange

6 poires entières, pelées
1 1/2 tasse d'eau
3/4 tasse de sucre
1/2 tasse de jus d'orange
1/4 tasse de jus de citron
2 c. à table de zeste d'orange râpé
1/2 tasse de sherry
1/4 c. à thé de cannelle
Mélanger eau, sucre, jus de citron et jus et zeste d'orange; faire mijoter à feu doux environ 5 minutes.
Ajouter sherry et cannelle et continuer la cuisson encore 2 minutes.
Déposer les poires dans le sirop et les faire pocher, en les tournant souvent, jusqu'à ce qu'elles soient tendres mais non défaites.
Déposer les poires dans six ramequins, arroser de sirop et servir immédiatement.
6 portions

Ragoût de boeuf aux poires

1/2 tasse de farine
1 c. à thé de sel
1/2 c. à thé de poivre
3 lb de boeuf en cubes
2 c. à table de beurre
2 c. à table d'huile
1 1/2 tasse de consommé de boeuf
1 c. à table de sauce Worcestershire
1/2 c. à thé de muscade
6 échalotes coupées en dés
4 poires moyennes, en tranches
Mélanger farine, sel et poivre dans un sac en plastique et enfariner les cubes de boeuf.
Faire revenir la viande dans le mélange beurre/huile; ajouter le consommé, la sauce Worcestershire et la muscade.
Amener à ébullition, réduire le feu et laisser mijoter deux heures en brassant de temps en temps.
Ajouter échalotes et poires et continuer la cuisson environ 5 minutes jusqu'à ce que les poires soient bien chaudes et tendres.
8 portions



SUPER PROMOTION

la Magie des Fêtes

Valeur de

30,800.00\$

Gagnez votre

EPICERIE

PENDANT **1 AN**



valeur de **20,800.00\$**

160 BONS D'ACHATS

valeur de **10,000.00\$**

PLUS

RÈGLEMENTS DU CONCOURS DISPONIBLES À VOS MARCHÉS G.P.

À chaque semaine G.P. fait des heureux avec la "Magie des Fêtes"

RIMOUSKI:	
Gisèle Page, Rimouski	100,00\$
Jacinthe Caron, Rimouski	50,00\$
Anne Dion, Rimouski	50,00\$
Yolande Roy, Rimouski	50,00\$
MATANE:	
Nicol Parent, Matane	100,00\$
Chantal Gagné, Ste-Félicité	50,00\$
Jean-Marie Tremblay, Grosses-Roches	50,00\$
Marc Savard, Matane	50,00\$
AMQUI:	
Madonne Viens, St-Tharcisus	100,00\$
Gérard Ménard, Amqui	50,00\$
Jacinthe Morneau, Amqui	50,00\$
Mme Mario Paquet, Amqui	50,00\$
MONT-JOLI:	
Louiselle Banville, Price	100,00\$
Louiselle Banville, Price	50,00\$
Honorius Harvey, Mont-Joli	50,00\$
Marcel Bourdage, Price	50,00\$

Gagnants de la semaine du 28 octobre au 2 novembre 1985

Droits d'auteurs protégés par Promotion G & P Inc. 81 rue Richelleu, Saint-Jean, Qué. J1B 6X3



VEND MEILLEUR

LA PREUVE EST FAITE!

**C'EST UNE ÉVIDENCE QUE DES MILLIERS
DE CLIENTS ONT CONSTATEE**

*De jour en jour des rabais substantiels avec les
"ÉTIQUETTES JAUNES PRIX G.P."*

*Des spéciaux formidables chaque semaine.
Oui, G.P. est vraiment meilleur marché.*

**Qualité supérieure, ça c'est G.P.
Service courtois, ça c'est encore G.P.
Prix les plus bas, c'est toujours G.P.**

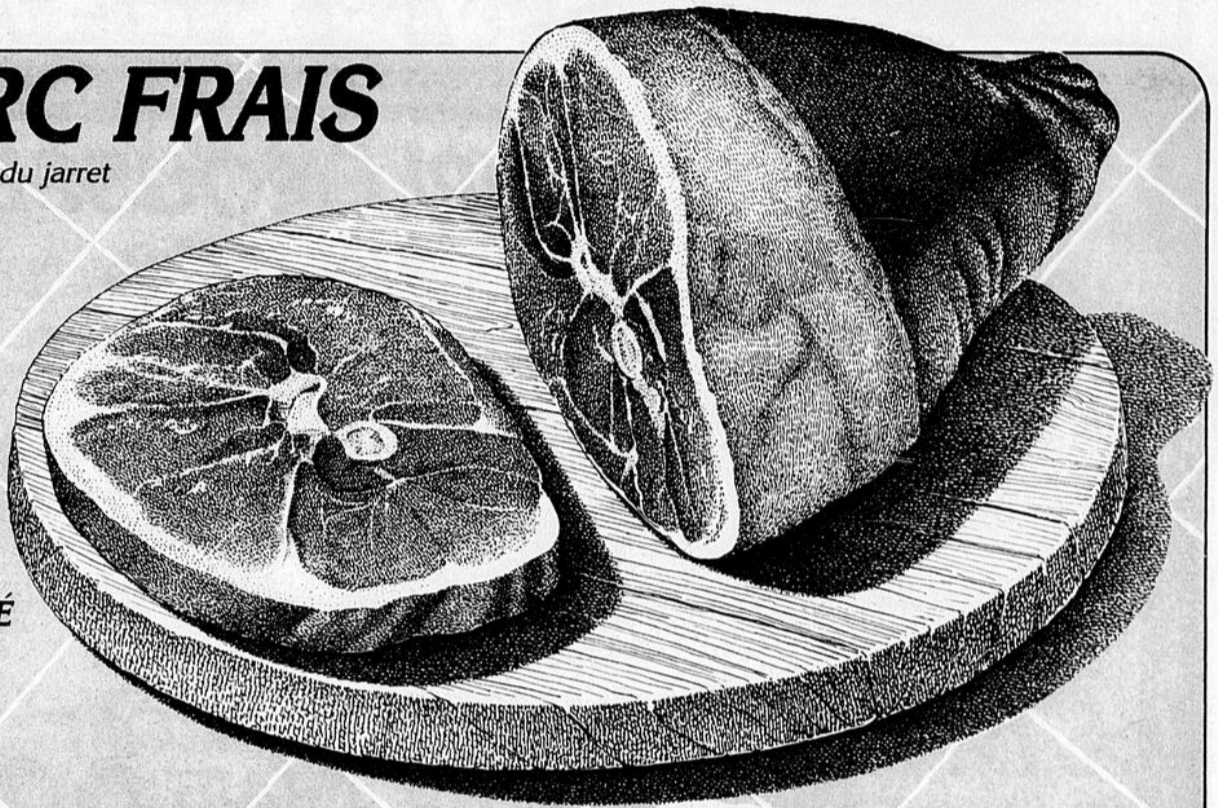
CHEZ G. P. ON LES A, LES BAS PRIX!

LEUR MARCHÉ!

FESSE DE PORC FRAIS

Partie de la croupe ou bout du jarret

1 19
lb
2,62\$ kg



PARTIE DU CENTRE
OU EN TRANCHE

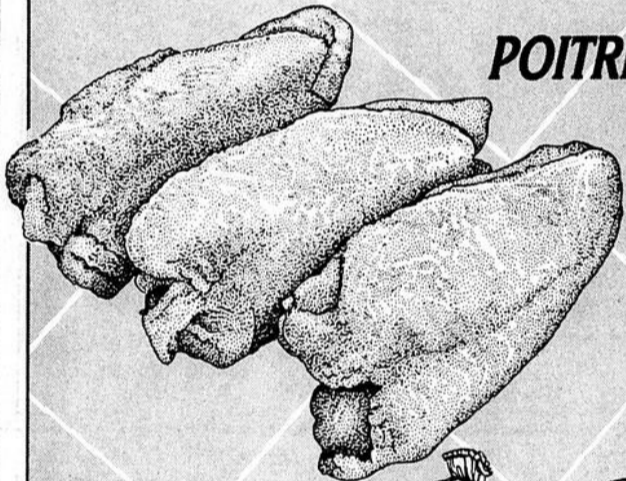
EN CUBE OU HACHÉ
À votre choix

1 59
lb 3,51\$ kg

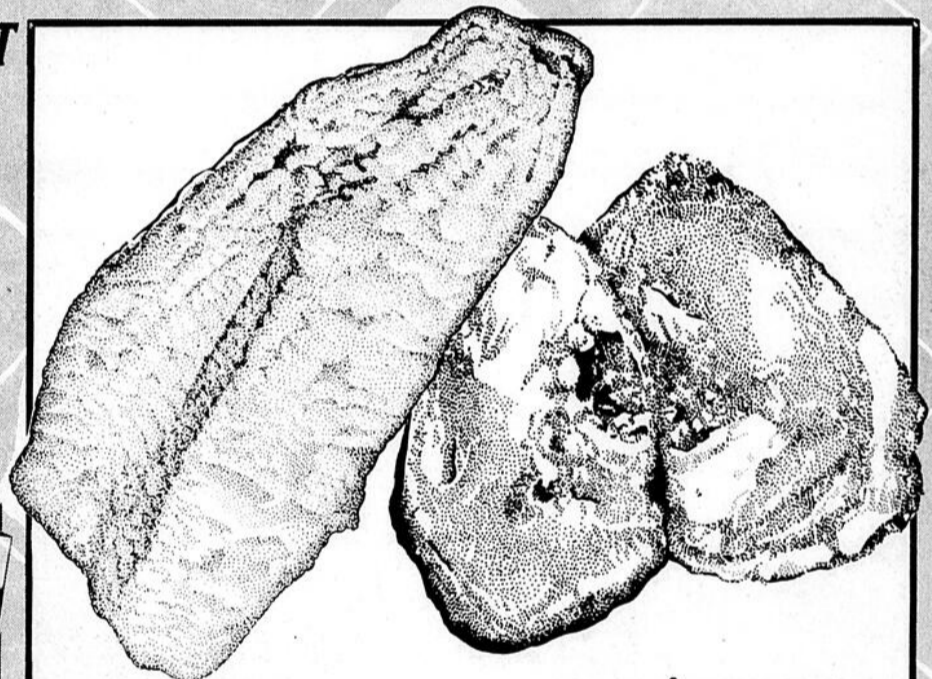
1 79
lb 3,95\$ kg

POITRINES DE POULET

Congelées avec dos
Bte de 11 livres



1 39
lb
3,06\$ kg



FILET DE
SOLE FRAIS

3 89
8,58\$ kg lb

HUÎTRES
FRAÎCHES

de choix

1 29
2,84\$ kg lb



BOLOGNA
Cire ou cello "Maple Leaf"
Complet ou demi 2,185 kg **99¢**

JAMBON DÉLI
Mère Michel "Maple Leaf" 8,803 kg **3 99**

PEPPERONI, SALAMI
"Maple Leaf" 4,175 kg **1 89**

BOEUF FUMÉ
"Maple Leaf" Emb. de 4x50 g **2 59**

JAMBON MIGNON
"Maple Leaf" 6,595 kg **2 99**

VIANDES TRANCHÉES
"Maple Leaf" Emb. de 125 g **1 49**

POITRINES DE DINDE
Cuites, fumées "Maple Leaf" 12,765 kg **5 79**



JAMBON CUIT
à sandwich "Taillefer" 4,835 kg **2 19**

BOUDIN FRAIS
"Taillefer" 3,285 kg **1 49**

JAMBON FORÊT NOIRE
au poivre à l'ancienne "La Varenne" 7,915 kg **3 59**

PÂTE DE FOIE
"La Varenne" 4,835 kg **2 19**

TOURTIÈRES
"Taillefer" Emb. de 450 g **1 99**

Votre maître boucher vous invite à venir déguster les délicieux produits "Taillefer" mercredi, jeudi, vendredi, les 13, 14, 15 novembre 1985.

CRETONS FRAIS

"Bilopage"
Cont. de 300 g **2 99**

EGG ROLL

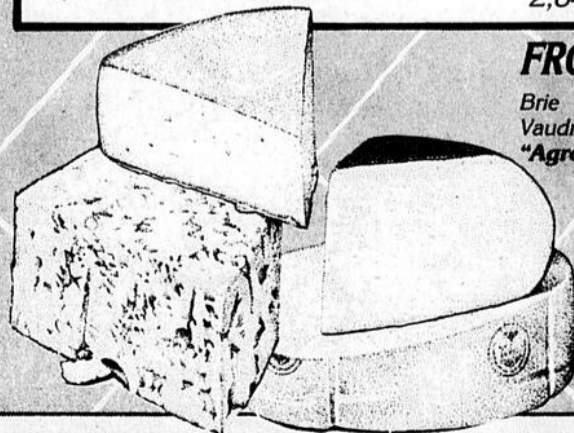
"Wong-Wing"
Emb. de 567 g **2 99**

DEMI-COTTAGE FUMÉ

"Premier Choix"
2 49
5,49\$ kg lb

SOUS-MARINS

"Les Cuisines Gaspésiennes"
Emb. de 125 g **1 29**



FROMAGE

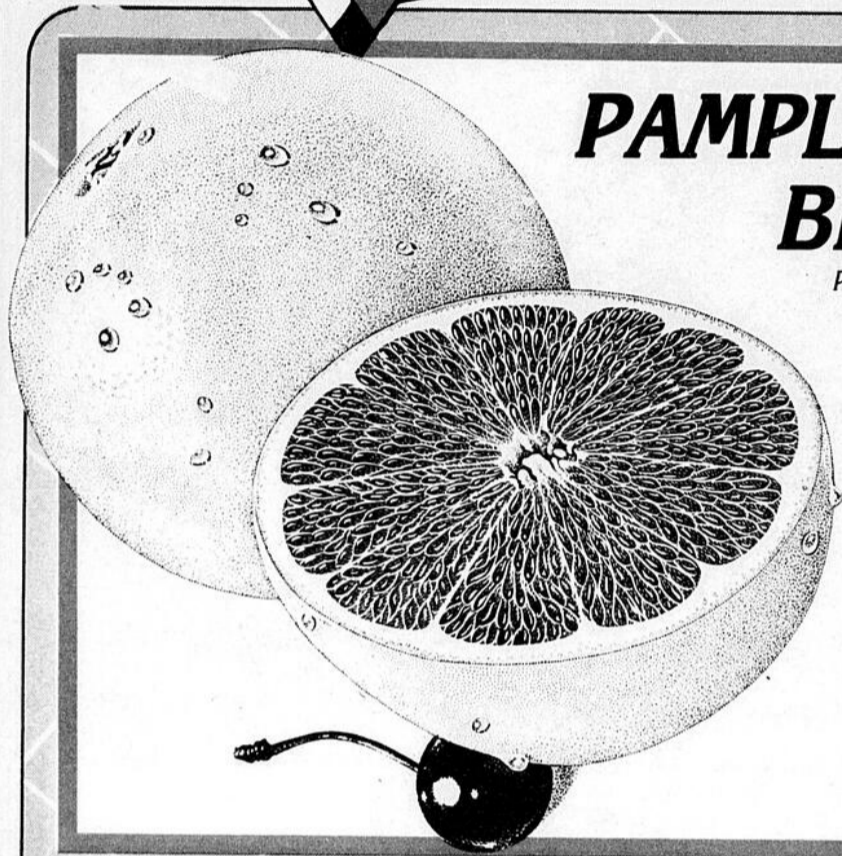
Brie Vaudreuil "Agropur" 11,00\$ kg **4 99** lb

FROMAGE

Forêt Noire "Agropur" 11,00\$ kg **4 99** lb



LA PREUVE G.P. VEND MEILLEUR



PAMPLEMOUSSES BLANCS

Produit de Floride
Emb. de 5 lb

1³⁹ ch.

**BROCOLI
FRAIS 99¢** ch.
Produit U.S.A.
Canada no 1
Gros. 14



**POIRES
BARTLETT 59¢** lb
Produit U.S.A.
Canada no 1
Gros. 135

ÉTIQUETTES
PRIX G.P.
TOUS LES JOURS

OIGNONS
ESPAGNOLS
Produit U.S.A.
Canada no 1

MINI-CAROTTES
Récolte du Québec
Canada no 1

TERREAU
TOUT USAGE
"Floral"

TOFU
Récolte
du Québec
Canada no 1



SAUCE POUR SANDWICHS CHAUDS

"Cordon Bleu"
Bte de 398 ml

49¢



SAUCE À SALADE "Miracle Whip" de "Kraft"

Bocal de 1 litre

2³⁹



BETTERAVES "Habitant"

Marinées, sucrées
Bocal de 750 ml

1⁹⁹

MARINADES 1⁹⁹
Gherkins sucrés, oignons sucrés,
oignons marinés, olives farcies
marzanilla - "Habitant" Bocal de 375 ml

GRUÀU 1⁵⁹
"Quaker"
Minute ou rapide
Bte de 1,25 kg

MARGARINE DURE 2⁶⁹
"Monarch"
En quart
1,36 kg

MÉLANGE À MUFFINS 2¹⁹
Avoine, son,
brisures de chocolat
Emb. de 900 g

MIEL LIQUIDE 1⁹⁹
"Doyon"
Bocal de 500 g

COCONUT 1⁵⁹
"Dalton" - Râpé,
filamenté, flocons
Emb. de 200 g

CERISES 2²⁹
"Dalton"
Rouges ou vertes glacées
Emb. de 225 g

CERISES 1⁹⁹
"Dalton" - Rouges
Maraschino avec tiges
Bocal de 250 g

AVIS: Santé et Bien-Être
Social Canada considère
que le danger croit avec l'u-
sage. Éviter d'inhaler.

CIGARETTES
"Marques Populaires"
Cartouche de 200's

17⁹⁹

LAIT
"Carnation" - Évaporé,
ou partiellement écrémé
Bte de 385 ml

65¢

LÉGUMES
"Idéal" - Pois verts,
fèves jaunes coupées, fèves
vertes coupées, maïs en crème,
macédoine, pois et carottes
Bte de 398 ml

59¢



ÉTIQUETTES JAUNES PRIX G.P. DE TOUS LES JOURS

TOURTIÈRES Congelées - "La Belle Fermière" Emb. de 450 g	2¹⁹	MÉLANGE À GÂTEAUX "Duncan Hines" Bte de 520 g	1¹⁹	CAFÉ INSTANT "Chase & Sanborn" Bocal de 227 g	4⁴⁹
SAUCISSES FUMÉES "Hygrade" Emb. de 450 g	1⁵⁹	LAIT ÉVAPORÉ "Carnation" Bte de 385 ml	65¢	EAU MINÉRALE "Montclair" Bte de 750 ml	95¢

Le texte prévaut en tout temps, les photos à titre indicatif seulement.

EST FAITE! LEUR MARCHÉ!

RIMOUSKI
MONT-JOLI
MATANE
AMQUI

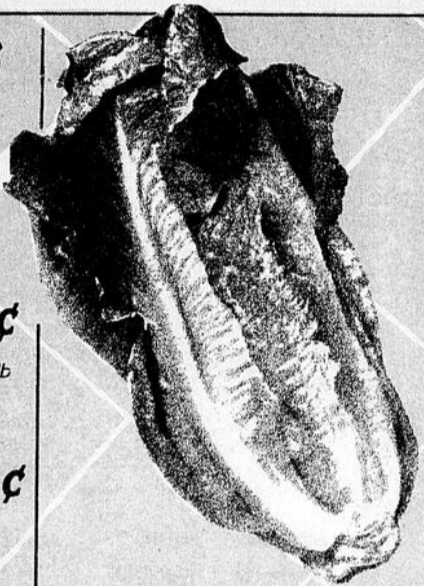
**ÉTIQUETTES JAUNES
PRIX G.P. DE
TOUTS LES JOURS**

**CHOUFRONS
ESPAGNOLS**
Produit U.S.A.
Canada no 1
64¢ kg **29¢** lb

**CHOUFRONS
DU QUÉBEC**
Cello de 12 oz **39¢**

**EAU
D'USAGE**
Sac de 10 litres **89¢**

**EAU
D'USAGE**
Emb. de 425 g **89¢**

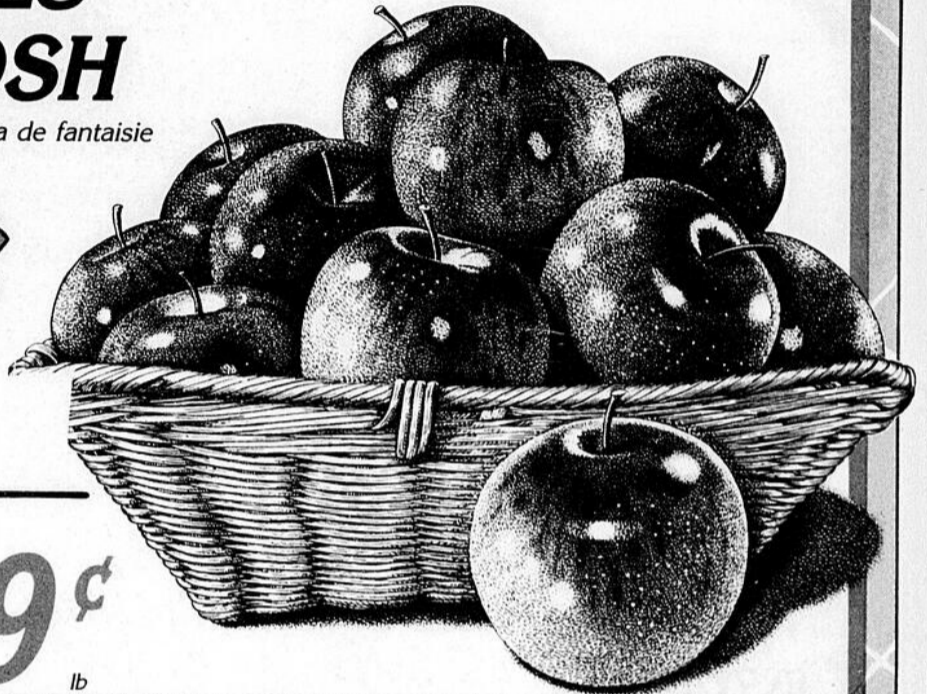


**LAITUE
ROMAINE**
Produit U.S.A.
Canada no 1
Gros. 24 **59¢** ch.

POMMES McINTOSH

Produit du Québec - Canada de fantaisie
Gros. 120

29¢
lb
64¢ kg



**PIMENTS
VERTS**
Produit U.S.A.
Canada no 1
Gros. large 1,52\$ kg **69¢** lb

"DEMANDEZ VOS BONS DE RABAIS GULF CHEZ G.P."

ÉCONOMISEZ

et contribuez à la recherche sur les maladies infantiles!

Présentez ce bon quand vous faites le plein (minimum de 25 litres) dans n'importe quelle station Gulf participante du Québec. Vous obtiendrez un dollar de rabais, mais en plus pour chaque bon échangé, Gulf versera 10¢ au Téléthon des étouffés pour aider l'hôpital Ste-Justine et l'hôpital de Montréal pour enfants dans leurs recherches sur les maladies infantiles.

Cette offre est en vigueur jusqu'au 31 décembre 1985.

Un seul bon par achat. N° d'immatriculation

1 99
1 59
2 29
1 99

1 \$

Gulf Qu'est-ce qu'on ferait pas pour vous?...

BEURRE D'ARACHIDES
"Kraft"
Crèmeux, croquant
Bocal de 500 g **1 59**

RAISINS SECS
"Schwartz"
Cello de 750 g **2 19**

DATTES
Sans noyaux
Jaffa de "Schwartz"
Bte de 500 g **1 99**

MARGARINE MOLLE
"Monarch"
Cont. de 907 g **1 79**



PAIN DE SEIGLE
"La Fourmée"
Emb. de 450 g
1 09

BEIGNETS JUMBO
"La Fourmée"
Emb. de 6's
2 19

LIQUEURS DOUCES
"Coke, Sprite"
Btle de 750 ml + dépôt
6 pour
2 99

Sprite
Coca-Cola

caisse familiale
Coke

"ÉTIQUETTES JAUNES PRIX G.P. DE TOUS LES JOURS"

CONFITURE "Carmélite" - Fraises, framboises Bocal de 500 g 1 45	MOUTARDE "Schwartz" Bocal de 500 ml 85¢	MARGARINE MOLLE "Monarch" Cont. de 907 g 1 79
BREUVAGE "Rougemont" - Pommes ou oranges Bocal de 1.8 litre 1 53	PAPIER DE TOILETTE "White Swan" Emb. de 4 rx 1 77	MARGARINE DURE "Monarch" Emb. de 1.36 kg 2 69

Spéciaux en vigueur du mercredi au samedi. Pas de vente aux marchands.



JOUEZ GAGNANT AVEC GENERAL FOODS ET LES NORDIQUES

Jouez gagnant avec General Foods et les Nordiques

Participez au concours!
506 prix à gagner dont:

- 1 voyage pour deux personnes au Village Paradise Island du Club Med.
- 5 systèmes d'enregistrement vidéo portatif, incluant syntonisateur et caméra, de marque Panasonic.
- 500 paires de billets de hockey.

Bulletin de participation

Concours "Jouez gagnant avec General Foods et les Nordiques"
2205 avenue du Colisée, Québec (Québec) G1L 4W7

Nom _____
 Adresse _____
 Ville _____
 Province _____ Code postal _____
 Téléphone _____
 Mon joueur préféré _____

*Marques déposées de General Foods Inc.



CAFÉ INSTANT
"Maxwell House"
Bocal de 227 g

4⁵⁹

CAFÉ INSTANT
"Maxwell House"
Mouture régulière, café filtre, filtre matique
Emb. sous vide de 369 g

2⁹⁹

CRISTAUX "TANG"
À saveur d'orange
Emb. de 3 enveloppes de 92 g

1²⁹

CÉRÉALES "P'tits Bouts de Choux"
Maïs et blé
Bte de 325 g

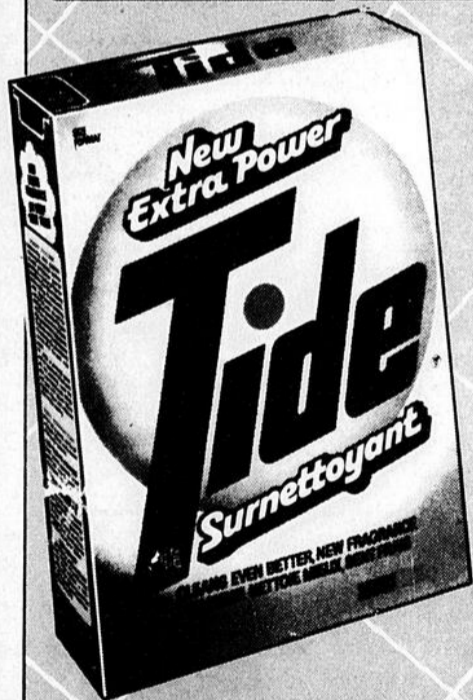
1⁹⁹

JELL-O
Choix de saveurs
Bte de 85 g

3 pour 99¢

POUDING INSTANT "Jell-O"
Choix de saveurs
Bte de 114 g

59¢



DÉTERSIF EN POUDRE "Tide"
Format de 6 litres

3⁹⁹

ASSOULPISSEUR DE TISSUS "Downy" - Super concentré
Cont. de 500 ml **2¹⁹**

ASSOULPISSEUR DE TISSUS "Downy"
Cont. de 2 litres **3²⁹**

NOIX DE GRENOBLE "Krispy Kernels" - Emiettées et morceaux
Cello de 170 g **1⁵⁹**

CROÛTILLES "Humpty Dumpty"
Sac de 200 g **1²⁹**

BISCUITS "David" - Tartes aux fraises, feuilles d'érable
Sac de 600 g **2⁷⁹**

BOISSON AU YOGOURT "Yop" - Choix de saveurs
Cont. de 200 ml **59¢**

GÂTEAUX "Vachon" - Jos Louis, carrés feuilletés
Bte de 6's **1⁷⁹**

SOUPE À L'POIGNON "Loney's"
Emb. de 4 env. de 142 g **1⁵⁹**

MOUCHOIRS DE PAPIER "White Swan"
Bte de 200's



89¢

PAPIER DE TOILETTE "White Swan"
Emb. de 4 rouleaux



1²⁹

SAVON DE TOILETTE "Ivory"
Format personnel
Emb. de 4's



1⁴⁹

astuce maison

alimentation

Estouffade de lapin

1 lapin de 4 lb, en morceaux
2 gros oignons émincés
3 carottes en rondelles
2 c. à table de persil
1 lb de pommes de terre, pelées et coupées en tranches épaisses
2 tasses de bouillon de poulet
Chauffer le four à 350°F.
Enfariner les morceaux de lapin et mettre de côté.
Déposer la moitié des oignons dans le fond d'une marmite, puis la moitié des carottes, puis tous les morceaux de lapin.
Parsemer de persil et recouvrir du reste des oignons et des carottes.
Déposer les tranches de pommes de terre sur le dessus et verser le bouillon.
Couvrir et cuire environ 2 heures au four ou jusqu'à ce que la viande soit tendre.
Découvrir la marmite et continuer la cuisson environ 30 minutes afin de faire dorer les pommes de terre.
Servir aussitôt.
4 portions

Lapin aux tomates

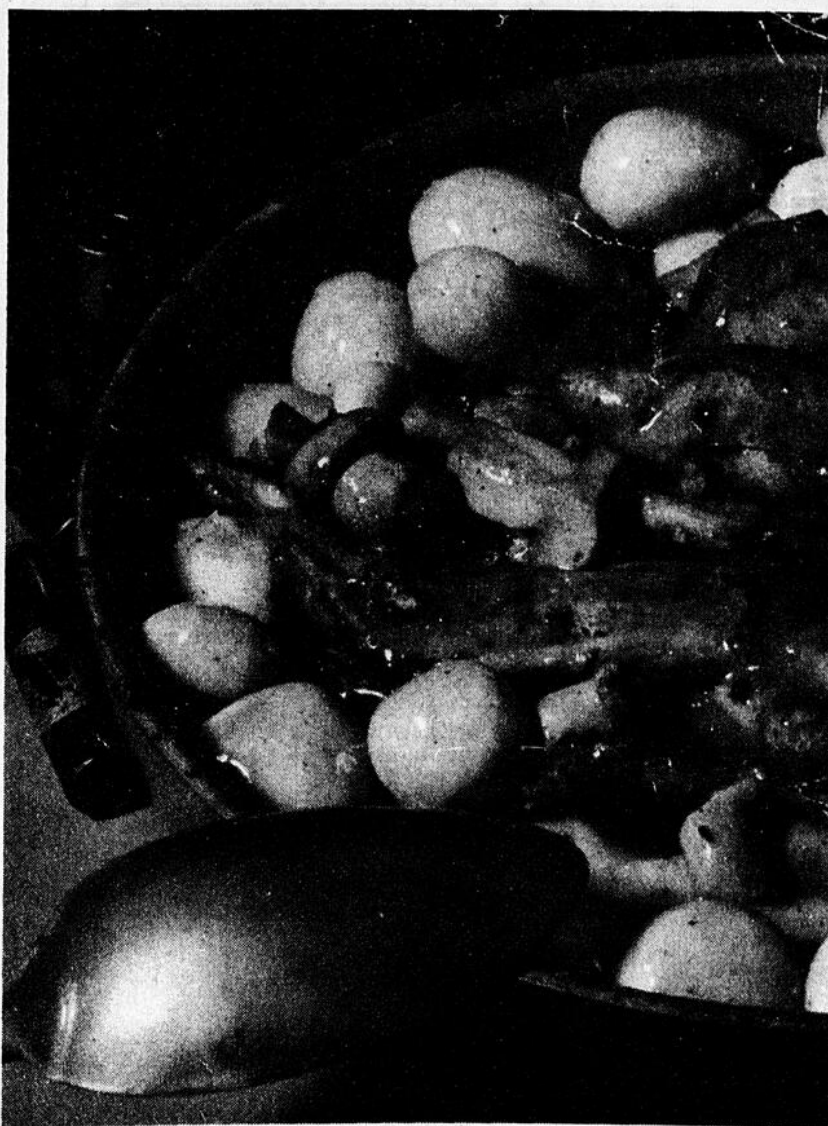
1 lapin d'environ 5 lb en morceaux
1/4 tasse d'huile
1 oignon en rondelles
1 gousse d'ail émincé
1 c. à thé de thym
1 feuille de laurier
sel et poivre
1 tasse de vin blanc sec
1 tasse de sauce tomate en boîte (8 oz)
Faire dorer les morceaux de viande dans l'huile; ajouter l'oignon, l'ail et les épices et assaisonner au goût.
Verser le vin et la sauce tomate et laisser mijoter environ 1 1/2 heure ou jusqu'à ce que la viande soit tendre.
4 à 6 portions

Lapin à l'estragon

500 mL de champignons tranchés (250 g env.)
25 mL de beurre
125 mL de farine
sel et poivre
5 mL de paprika
1 kg de lapin, coupé en 4
25 mL de beurre
250 mL de bouillon de poulet
2 mL d'estragon
250 mL de crème sure
50 mL d'échalotes émincées
Sauter les champignons dans le beurre; retirer du feu.
Mélanger farine et paprika et assaisonner. Enfariner les morceaux de lapin et les brunir dans 25 mL de beurre de 20 à 25 minutes.
Ajouter graduellement le bouillon et l'estragon et mijoter 45 minutes.
Incorporer la crème sure et les champignons et continuer la cuisson 15 minutes.
Garnir d'échalotes et servir.
4 portions

Lapin aux pruneaux *

1 lapin de 3 lb en morceaux
2 tasses de vin rouge
1 c. à thé de thym
farine assaisonnée au goût de sel et de poivre
2 c. à table d'huile
2 onces de lard demi-sel en dés
2 oignons finement émincés
1 tasse de pruneaux dénoyautés
1/2 tasse de rhum brun
1 c. à table de persil
1 feuille de laurier
Faire mariner le lapin 24 heures à couvert dans le vin aromatisé de thym; retourner les morceaux 2 ou 3 fois. Egoutter et conserver la marinade.
Assécher les morceaux de lapin et enfariner.
Tremper les pruneaux dans le rhum environ 2 heures.
Faire brunir le lard dans l'huile chaude; retirer dès qu'il est un peu croustillant. Ajouter les oignons et faire brunir légèrement; retirer du feu.
Faire dorer le lapin; ajouter le lard, les oignons, les pruneaux et le rhum, la marinade et les épices.
Couvrir et laisser mijoter à feu doux 2 heures.
Servir immédiatement accompagné de riz bien chaud.



Le beau LAPIN...

Animal sportif et rongeur végétarien, le lapin a une chair blanche, légèrement rosée et un goût délicat. Sa viande est délectable et raffinée et les os sont si petits qu'ils permettent d'obtenir un meilleur rendement à la livre. De plus, comparativement aux autres viandes, le lapin renferme un pourcentage plus élevé en protéines et plus faible en gras et en eau. Les pertes à la cuisson sont réellement négligeables. C'est aussi une bonne source de vitamine B, de calcium et de phosphore.

À l'achat, les mentions figurant sur l'étiquette sont identiques à celles utilisées pour la volaille. Le lapin à griller est un jeune animal en général de 8 à 10 semaines et

pesant moins de 6 livres. Il peut être braisé, grillé, frit ou rôti. Le lapin à rôti pèse plus de 6 livres et est plus économique. Le lapin se vend entier ou en morceaux. Selon sa taille, il peut être découpé en 4 ou 6 morceaux.

La couleur, la texture et la saveur de la chair non cuite se comparent à celles de la volaille. Tous les

légumes se marient bien au lapin mais surtout les champignons, les carottes, le céleri et les petits oignons. Les gelées de pommes ou de groseilles ainsi que les pruneaux et les raisins rehaussent également sa fine saveur.

Essayez un plat de lapin pour le changement et aussi le bon goût!

Lapin en casserole

1 lapin de 4 à 5 lb en morceaux
1/2 tasse de farine
sel et poivre
3 oignons, finement hachés
1/2 c. à thé de thym
1 1/4 tasse de yogourt
Assaisonner la farine au goût et bien enfariner les morceaux de viande; les faire dorer dans un mélange de beurre et d'huile en les tournant souvent.
Ajouter les oignons, le thym et le yogourt.
Couvrir et mettre au four à 325°F; cuire jusqu'à ce que la viande soit tendre sous la pointe d'un couteau.
Disposer le lapin dans un plat de service et arroser de sauce. Servir immédiatement.
6 portions

Les restes de salade...

En soupe? Eh! oui... ne jetez plus ces restes de salade tout humectés de vinaigrette. Egouttez-les et hachez-les grossièrement. Ajoutez si vous le désirez des légumes et faites revenir à feu doux dans un peu de beurre. Versez environ 2 tasses de bouillon de poulet ou de dinde et réduisez le tout en purée au mélangeur. Remettez au feu et ajoutez un peu de lait ou de crème; faites réchauffer le tout et servez... vous aurez ainsi une soupe maison d'une saveur tout à fait incomparable!

Lapin frit *

2 petits lapins coupés en morceaux
1 c. à table de sel
2 jaunes d'oeufs
3 tasses de lait
1 1/4 tasse de farine
1/2 c. à thé de sel
2 c. à table de poudre à pâte
huile à frire
Recouvrir d'eau les morceaux de lapin, ajouter le sel et amener à ébullition; faire bouillir doucement 35 minutes ou jusqu'à ce que la viande soit tendre. Egoutter et bien essuyer les morceaux.
Battre jaunes d'oeufs et lait; ajouter la farine, le sel et la poudre à pâte et bien mélanger.
Bien enrober de cette pâte les morceaux de lapin et frire dans l'huile bien chaude dans une friteuse à 360°F.
Retirer les morceaux dès qu'ils sont bien dorés.

Lasagne au lapin *

1 1/2 lb de lapin cuit et désossé, coupé en dés
2 boîtes de tomates (28 oz ch.)
1 boîte de purée de tomate (5 1/2 oz)
sel et poivre
3 feuilles de laurier
1 c. à thé d'origan
1 c. à thé de basilic
1 gousse d'ail écrasée
1/2 tasse d'oignons émincés
1/4 tasse d'huile
2 c. à thé de persil
16 onces de mozzarella en fines tranches
1/2 tasse de parmesan râpé
pâtes de lasagne cuites
Mélanger tomates, purée de tomates, laurier, origan et basilic et assaisonner au goût; cuire à feu doux environ 1 heure.
Chauffer l'huile et y faire revenir oignons et ail; ajouter les dés de lapin, saupoudrer le persil et faire dorer légèrement.
Dans un plat profond, alterner plusieurs rangs comme suit:
— sauce tomate
— lasagne
— mozzarella
— viande
Terminer par les lasagnes, la sauce tomate puis le parmesan râpé.
Cuire au four à 350°F environ 40 minutes ou jusqu'à ce que la sauce bouillonne.

Papillottes de lapin *

1 lapin coupé en 8 morceaux
4 feuilles de laurier
16 tranches de bacon
6 échalotes émincées
2 c. à table de persil
1 pincée de thym
3 c. à table de beurre ramolli
1/2 tasse de bouillon de poulet
1 c. à thé de moutarde préparée
sel et poivre
Mélanger le beurre, les échalotes, le thym et 1 c. à table de persil; assaisonner au goût. Bien travailler afin de rendre le tout crémeux.
Bien beurrer chaque morceau de lapin avec cette préparation; enrouler 2 tranches de bacon autour de chaque morceau et fixer à l'aide de cure-dents.
Placer les morceaux dans un plat graissé; parsemer le reste du beurre aromatisé et cuire au four à 400°F environ 1 heure ou jusqu'à ce que la viande soit tendre.
Au moment de servir, déposer la viande dans un plat de service; déglacer le plat de cuisson avec le bouillon et ajouter la moutarde; bien réchauffer.
Napper la viande de la sauce, saupoudrer le reste du persil et servir immédiatement.
* Fédération des producteurs de lapin du Québec.

EN 1984

Les supermarchés Provigo annoncent:
 "LA PREUVE EST FAITE" publié dans les
 journaux et les hebdomadaires du 21 mars au
 21 décembre 1984.

EN 1985

LA PREUVE EST TOUJOURS
FAITE CHEZ PROVIGO

NOS PRIX RÉGULIERS

CHAMPIGNONS Morceaux et pieds Jade boîte de 284 ml .77	BEURRE D'ARACHIDES Crémeux ou croquant Kraft bocal de 500 g 1.79	SOUPE AUX TOMATES Provigo boîte de 284 ml .39	SUCRE À GLACER Marie-Perle emb. de 1 kg 1.09	MOUCHOIRS DE PAPIER Royale boîte de 100 1.27
TOMATES ENTIÈRES Succes boîte de 796 ml .77	SOUPES HABITANT Pois et légumes boîte de 796 ml 1.29	CHOCOLAT CHAUD Nestlé Quick boîte de 750 g 2.99	FÈVES AU LARD Libby's boîte de 540 ml 1.29	DÉTERGENT LIQUIDE Pour la vaisselle Sunlight cont. de 1 litre 2.49
SAUMON Sockeye Clover Leaf boîte de 213 g 2.59	JUS DE LÉGUMES Garden Cocktail E.D. Smith bocal de 796 ml 1.35	CREVETTES À cocktail Riviera boîte de 113 g 1.99	JUS DE TOMATES Libby's 6 boîtes de 5 oz 1.99	DÉTERGENT LIQUIDE Wisk cont. de 1 litre 3.09
CROQUADES Choix de saveurs Neilson boîte de 225 g 1.69	KETCHUP Aux tomates Aylmer bout. de 1 litre 1.99	CONFITURE De fraises ou framboises Succes bocal de 500 ml 1.09	DÉLICE-O-NOUILLES Choix de saveurs cont. de 70 g .89	PELLICULE De plastique Stretch & Seal rouleau de 30 cm 2.27

Voyez Sentez Goûtez

La différence Provigo.

QUI DIT MIEUX?

LA PREUVE EST FAITE, dans nos circulaires par les spéciaux annoncés.

LA PREUVE EST FAITE, par la qualité des produits Provigo

LA PREUVE EST FAITE, par les produits Étiquette Rouge, exclusifs à Provigo.

QUEL PRIX?

MARINADES Sucrées Étiquette Rouge bocal de 1 litre 1.69	CAFÉ MOULU Étiquette Rouge emb. de 369 g 2.69	OLIVES FARCIES Manzanilla Étiquette Rouge bocal de 500 ml 1.69	FROMAGE EN TRANCHE Étiquette Rouge emb. de 500 g 2.99	DÎNER Macaroni au fromage Étiquette Rouge boîte de 225 g .39
EAU MINÉRALE Naturelle Étiquette Rouge bout. de 750 ml .59	BISCUITS Brisures de chocolat Étiquette Rouge emb. de 450 g 1.65	MÉLANGE À SOUPE Poulet et nouilles Étiquette Rouge emb. de 5 env. .99	HUILE VÉGÉTALE Étiquette Rouge bout. de 1 litre 2.09	MARMELADE À L'ORANGE Étiquette Rouge bocal de 500 ml 1.39
SAUCE SOYA Étiquette Rouge bout. de 450 ml .99	RIZ À CUISSON RAPIDE Étiquette Rouge emb. de 680 g 2.99	PÂTE DE TOMATE Étiquette Rouge boîte de 450 ml .99	PAPIER ALUMINIUM Étiquette Rouge emb. de 12 po X 50 pi 1.75	MINI SERVIETTES Étiquette Rouge boîte de 30 1.79
NOURRITURE POUR CHATS Choix de saveurs Étiquette Rouge boîte de 184 g .33	RINCE BOUCHE Étiquette Rouge bout. de 1 litre 1.99	PAPIER HYGIÉNIQUE Étiquette Rouge emb. de 8 roul. 2.39	COUCHES PREMIER PAS Étiquette Rouge emb. de 60 9.97	DÉTERSIF EN POUDRE Pour la lessive Étiquette Rouge emb. de 6 litres 2.59

LES PRODUITS ANNONCÉS DANS CES PAGES NE SONT PAS DES SPÉCIAUX MAIS DES BAS PRIX RÉGULIERS DE TOUS LES JOURS. EN PLUS VOYEZ NOS SPÉCIAUX DE LA SEMAINE DANS NOTRE CIRCULAIRE.

LES SUPERMARCHES

provigo

alimentation

artuce maison

Légumes gelés

... les beaux légumes frais ont gelé dans un réfrigérateur trop froid? Ne les jetez pas à la poubelle, sous prétexte qu'ils n'en reviendront pas! Plongez-les quelques minutes dans une casserole d'eau froide salée et ils reprendront leur aspect normal, sans toutefois que leur bon goût ait été trop altéré.

Soupe chinoise

12 oz de vermicelles ou nouilles aux oeufs, cuites
1 1/2 c. à soupe d'huile d'arachide
1 petit oignon finement haché
1/3 c. à café de gingembre
8 oz de poisson, coupé en petit bâtonnets
1 c. à soupe de beurre
4 oz de champignons
4 oz de chou blanchi 5 minutes et égoutté
4 oz de pousses de soya, blanchies 1 minute et égouttées
4 oz de crevettes en morceaux
1 1/2 c. à soupe de sauce soya
1 c. à café de sucre
1 1/4 tasse d'eau
1 cube de bouillon de poulet émietté
2 1/2 tasses de bouillon de boeuf ou de poulet

Faire revenir dans l'huile à feu modérée, l'oignon, le gingembre et le poisson. Ajouter le beurre et incorporer les champignons, le chou, les pousses de soya et les crevettes. Faire revenir 1/2 minute en tournant constamment. Ajouter la sauce soya et le sucre et continuer la cuisson encore 1 1/2 minute. Retirer du feu et garder au chaud.

Amener l'eau à ébullition sur feu vif et ajouter le cube émietté; bien faire dissoudre en brassant. Incorporer la moitié du précédent mélange et le bouillon de boeuf ou de poulet et amener à ébullition. Ajouter les nouilles et faire cuire doucement environ 3 minutes. Pendant ce temps, remettre dans la poêle le reste du mélange de poisson et faire revenir 1 minute à feu vif. Répartir la soupe aux nouilles dans 4 bols individuels et ajouter un quart de mélange de poisson dans chacun.

Servir immédiatement.
4 portions.

Soupe espagnole

2 lb d'aiglefin ou de cabillaud, coupé en morceaux de 2 pouces
2 c. à café de sel
1/2 tasse d'huile d'olive
3 gousses d'ail
1 oignon moyen, finement haché
2 tasses de fumet de poisson ou de bouillon ou d'eau *
1 c. à café de zeste de citron râpé
le jus de 3 oranges

Saupoudrer de sel les morceaux de poisson. Laisser en attente environ 15 minutes. Faire chauffer l'huile à feu modéré et ajouter l'ail. Faire cuire environ 5 minutes et le retirer, une fois bien doré. Ajouter l'oignon et laisser cuire jusqu'à ce qu'il soit tendre, mais non coloré. Ajouter graduellement le fumet de poisson et le zeste de citron. Augmenter le feu et amener à ébullition. Ajouter le poisson. Baisser le feu et laisser mijoter de 10 à 15 minutes, jusqu'à ce que le poisson s'effeuille sous la fourchette. Retirer du feu et incorporer le jus des oranges.

Servir immédiatement.

4 portions.

* Le fumet de poisson s'obtient en laissant mijoter doucement les arêtes et la tête d'un poisson.

Chaudrée de homard

2 lb de homard cuit, haché finement
1/4 tasse de beurre
4 oz de bacon, coupé en dés
1 oignon moyen haché
1 1/2 tasse d'eau
2 tasses de lait
8 oz de pommes de terre, pelées et coupées en dés
2 tasses de crème 35%
1 c. à soupe de jus de citron
2 c. à soupe de madère
1/4 c. à café de sauce Tabasco
1/4 c. à café de paprika
1 c. à soupe de menthe hachée

Faire revenir à feu modéré dans le beurre, l'oignon et le bacon. Faire dorer environ 5 minutes. Ajouter l'eau, le lait et les pommes de terre. Amener à ébullition et faire mijoter environ 15 minutes ou jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres. Ajouter le homard et la crème. Bien mélanger. Incorporer le jus de citron, le madère et la sauce Tabasco.

Servir dans les assiettes et saupoudrer la chaudrée de paprika et de menthe.
Servir aussitôt.
4 à 6 portions.



Savoureuses chaudrées...

Autrefois, la soupe qui avait mijoté toute la journée au-dessus du feu réunissait à la tombée du jour tous les membres de la famille et composait à elle seule, le plat de résistance.

Maintenant, tous les produits de conserve ont fait oublier la saveur du "vrai" potage. Toutefois, il est si facile de préparer une bonne chaudrée, suffisamment consistante pour tenir lieu de repas. Poissons et fruits de mer sont trop souvent ignorés dans ce domaine. Pourtant, leur excellente valeur nutritive les rend

tout à fait dignes de composer un "vrai" potage, ou plus exactement une "vraie" chaudrée!

Les poissons constituent une substantielle source de protéines qui sont de digestion facile; ils renferment en outre certaines vitamines et des sels minéraux. Quant aux fruits de mer, ils sont faibles en matières grasses, mais riches en protéines et leur apport calorique est modéré.

Donc, poissons et fruits de mer sont tout indiqués pour contribuer à un bon régime alimentaire.

Tirez-en le maximum en les utilisant comme aliment de base à la confection de chaudrées et de soupes, tellement nourrissantes, qu'elles ne demandent comme accompagnement que quelques tranches de pain; de plus, n'hésitez pas à faire la trempette car la tentation de saucer les dernières gouttes avec un morceau de pain sera vraiment trop forte!

Ainsi agrémentée de légumes, une bonne chaudrée de poissons ou de fruits de mer, fournira à l'organisme toutes les protéines essentielles et constituera un repas complet et succulent.

Souvenez-vous que le poisson est un aliment qui se prête bien à la préparation rapide d'une chaudrée; même coupé en gros morceaux, le poisson cuit en moins de trente minutes. Faites-en donc pocher une quantité suffisante et préparez-vous une petite soupe en un rien de temps...

Vous pouvez choisir parmi une infinité de variétés; un poisson maigre est surtout recommandé. Il suffit de le couper en morceaux et de le faire pocher environ 15 minutes dans un bouillon aromatisé de légumes et de fines herbes. Ensuite, retirez le poisson et passez le bouillon au mélangeur. Remettez le poisson dans le bouillon et faites bien réchauffer le tout. Un délice à coup sûr!

Chaudrée aux moules

3 oz de bacon, coupé en dés
1/4 tasse de beurre
2 oignons hachés finement
3 pommes de terre, pelées et coupées finement
2 tasses de bouillon de poulet
2 pintes de moules cuites
5/8 tasses d'eau
1/2 c. à café de sel
1/4 c. à café de poivre
1/4 c. à café de poivre de Cayenne
1 1/4 tasse de crème 35%
persil frais

Faire revenir le bacon de 8 à 10 minutes à feu moyen, retirer et laisser égoutter sur du papier essuie-tout. Garder au chaud. Faire revenir dans le beurre, les oignons et les pommes de terre, de 5 à 7 minutes. Verser le bouillon et amener à ébullition. Couvrir, baisser le feu et laisser mijoter 5 minutes ou jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres. Ajouter les moules, l'eau, le sel, le poivre, le poivre de Cayenne et le bacon. Augmenter le feu et amener à ébullition. Retirer du feu et incorporer la crème petit à petit en brassant constamment. Verser dans les assiettes et saupoudrer de persil.
4 à 6 portions.

Soupe de lentille à la sole

1 tasse de lentilles orange lavées, trempées dans l'eau froide 30 minutes et bien égouttées
4 tasses d'eau
2 c. à café de sel
6 filets de sole
1 c. à café de curcuma
4 c. à soupe de beurre
2 gros oignons finement hachés
1 gousse d'ail
1/2 c. à café de gingembre
1/2 c. à café de poudre de chili douce
1 c. à café de poudre de coriandre
1/2 c. à café de poivre
1 gros piment vert, tranché en anneaux
2 branches de céleri, coupées en tronçons de 2 pouces
1/2 tasse de noix de coco, râpée grossièrement et délayée dans 2 tasses d'eau tiède *

À feu vif, amener à ébullition les lentilles, l'eau et la moitié du sel. Enlever l'écume qui se forme à la surface. Baisser le feu et laisser mijoter à couvert environ 40 minutes ou jusqu'à ce que l'eau soit absorbée. Retirer du feu et passer au tamis fin. Mettre de côté la purée obtenue. Faire revenir 2 minutes de chaque côté les filets de sole dans le beurre. Une fois cuits, les retirer et les couper en morceaux d'environ 2 pouces.

Ajouter les oignons, l'ail et le gingembre et faire sauter environ 5 minutes. Ajouter la poudre de chili, la coriandre et le poivre et laisser cuire environ 4 minutes. Ajouter le piment vert et le céleri. Verser lentement la noix de coco délayée et remuer sans arrêt. Incorporer la purée de lentille à la cuillère et bien mélanger jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse.

Ajouter les morceaux de sole et augmenter le feu. En tournant sans arrêt, laisser bouillir environ 2 minutes. Baisser le feu et laisser mijoter à couvert environ 15 minutes, jusqu'à ce que la soupe soit chaude et fumante.

Servir immédiatement.

4 à 6 portions.

* Il est préférable d'utiliser de la noix de coco fraîche, délayée dans de l'eau. Vous pouvez toutefois remplacer par du lait de noix de coco ou par la préparation donnée ci-dessus.

Chaudrée de perche

3 oignons hachés
3 gousses d'ail hachées
4 grosses tomates, ébouillantées, pelées et tranchées
5 pintes d'eau
1/2 c. à café de safran en poudre
1 bouquet garni **
1 c. à café de zeste d'orange râpé
1/2 c. à café de poivre de Cayenne
1/2 c. à café de poivre gris
1/2 c. à café de sel
10 pommes de terre pelées et coupées en rondelles d'1/2 pouce
2 lb de filets de perche, coupés en morceaux *

Faire revenir les oignons et l'ail à feu modéré, environ 10 minutes. Ajouter les tomates et bien mélanger. Faire cuire environ 2 minutes. Ajouter l'eau, le safran, le bouquet garni, le zeste d'orange, le poivre de Cayenne, le poivre et le sel. Réduire le feu et laisser mijoter environ 20 minutes.

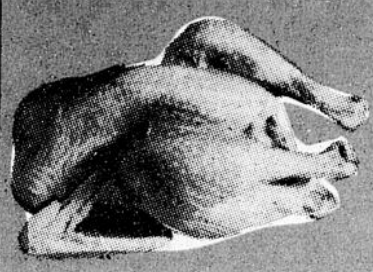
Ajouter les rondelles de pommes de terre et faire cuire environ 10 minutes. Incorporer le poisson et en remuant de temps en temps, laisser mijoter jusqu'à ce qu'il soit cuit, environ 15 minutes. Retirer le poisson et les pommes de terre du bouillon à l'aide d'une grande écumoire et garder au chaud. Tamiser le bouillon en écrasant les légumes et les aromates avec le dos d'une cuillère pour en extraire tout le jus possible. Jeter ce qui reste dans le tamis. Remettre le poisson et les pommes de terre dans le bouillon et bien réchauffer.

Servir immédiatement.

6 à 8 portions.


* La perche peut être remplacée par tout autre poisson à chair blanche.

** Un bouquet garni se compose habituellement de 4 brins de persil, 1 branche de thym et 1 feuille de laurier, attachés ensemble.




Poulet
frais
catégorie "A"
1.5 à 2 kg
(.98 lb)
2.16 kg

Navets
produit Québec
(.11 lb)
.24 kg



Céleri
produit États-Unis
grosneur 24
.99 ch.



Pommes
McIntosh, produit Québec
grosneur 120 (.33 lb)
.72 kg

Oranges
Sunkist, navels
produit U.S.A., grosneur 88
6/1.59

Produits Hygrade
Saucisses
La Belle Fermière, rég.
ou porc & dinde
surgelées, 500 g
2.58

Lard
salé
(saumure)
(1.98 lb)
4.37 kg

Jambon
cuit extra maigre
tranché selon vos
besoins (2.68 lb)
5.91 kg

Poulet
frais, cat. A
dépecé (panier)
(1.18 lb)
2.60 kg

Bologne
cello ou ciré
tranché selon vos
besoins (1.18 lb)
2.60 kg

Boeuf Canada Cat. "A"
Bifteck
sandwich
ou attendri
(3.88 lb)
8.55 kg

Salami
tout boeuf
tranché selon vos
besoins (2.38 lb)
5.25 kg

Produits de la mer
Filet
de sole
surgelé
(3.68 lb)
8.11 kg

Santé et Beauté

Serviettes
Liberté Nouvelle
mini régulières, bte 10
1.39

Maxi, maxi-minces
Liberté Nouvelle
non parfumé, boîte 10
1.79

Décongestionnants
Contac-C
boîte de 10
3.19



CHEZ
action plus
Y'A D'L'ACTION!

Affiliés avec Aligro Matane

Certains produits ou formats pourront être remplacés si non disponibles. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Votre épicer Action Plus se réserve le droit de corriger les prix résultant d'une erreur d'impression.

Grad = La bonne affaire

Fèves Grad
au lard sauce tomates
boîte de 540 ml
.79

Ketchup
Grad aux tomates
bouteille 1 litre
2.09



Marinades
Grad sucrées mélangées
pot 750 ml
1.59

Tartinade
Grad au caramel
contenant de 400 g
.89

Pois Grad
à soupe
cello de 900 g
.89

Croustilles
Grad régulières
sac 200 g
.99



- Épicerie Georges Lebreux**
1 - 5ème rue est,
Mont-Louis G01 1T0 Tél.: 797-2932
- Maurice Paradis**
St-Vianney
Cité Matapédia, P.Q.
G0J 3J0 **629-3733**
- Épicerie Pointe-Navarre**
514, Pointe-Navarre
Gaspé **368-1709**
- Épicerie boucherie Pierrot**
Route 132
Petit-Matane, P.Q.
G0J 1Y0 **566-2030**
- Marché Gosselin Enr.**
St-René-de-Matane
Cité Matane, P.Q.
G0J 1Y0 **224-3711**
- R. Hélène Blouin Enr.**
St-Luc
Cité Matane, P.Q.
G0J 2X0 **562-1112**
- Adélarde Lepage**
Grand-Détour
Matane, P.Q.
G4W 3M7 **562-2771**
- Roger Cassista**
St-Tharcisus
Cité Matapédia, P.Q.
G0J 3G0 **629-4087**
- Jean-Noël Ross**
St-Joachim-de-Tourelle
Cité Gaspé-Nord, P.Q.
G0E 1J0 **763-2767**
- Jeannine D'Auteuil**
Baie-des-Sables
Cité Matane, P.Q.
G0J 1C0 **772-6238**
- Marché Gros Morne**
Ghislain Robinson
Gros Morne-GDL 160-8ière et vin **797-2554**
- Marché d'alimentation**
A. Bernier et Fils Enr.
942, rue Principale, Cap Desrosiers
Cité Gaspé - G0E 1E0 **892-5850**

Semaine du
13 au 16 novembre

La Jardinière

Macaroni
CATELLI
spaghetti, spaghettini
boîte de 1 kg
.89




- Ananas Aymer
tranchés, boîte de 540 ml **.99**
- Pâte Catelli
de tomates pure, boîte de 13 oz **1.09**
- Langues Tibo
de porc mariné cube, pot 155 g **2.69**
- Flocons Cordon Bleu
de jambon, boîte de 184 g **1.49**
- Flocons Cordon Bleu
de poulet, boîte de 184 g **1.79**
- Sauce Cordon Bleu
spaghetti à la viande, boîte 398 ml **1.09**
- Bouillon Oxo
de boeuf liquide, bouteille 125 ml **1.99**
- Bouillon Oxo
en cuves, boeuf, oignons ou poulet, bte 12 **1.19**
- Chocolat Baker's
chips mi-sucré, boîte de 350 g **2.39**
- Café Maxwell House
instantané décaféiné, pot de 113 g **4.19**
- Céréales Post
Honeycombs, boîte de 400 g **2.59**
- Papier Stuart House
d'aluminium 12 po., boîte de 25 pieds **1.09**
- Récurant Ajax
en poudre, contenant de 600 g **.99**
- Gants Chic
petits, moyens ou larges, à la paire **1.29**
- Menthes Rito
blanches, roses ou mélangées, cello de 400 g **1.99**
- Biscuits Viau
Vénus, Bantam ou Viva, sac de 350 g **1.59**

Boisson
DEL MONTE
de légumes
contenant 1 litre
.89



Tenderflake
sandwich
1.09

Saindoux
MAPLE LEAF
Tenderflake
emb. 454 g **1.09**

Papier toilette
COTTONELLE
emballage de
4 rouleaux **1.29**

Essuie-tout
VIVA
blanc ou champ.
emb. 2 roul. **.98**

Détergent
SURF
en poudre
boîte de 2 kg **2.79**

Mais doré
LIBBY'S
ou lég. variés
boîte 284 ml **.59**

Soupe
LIPTON
poulet-nouilles
bte 4 enveloppes **1.59**

Margarine
FLEISCHMANN
col. jumelée, colorée
n-salée, tournesol **1.39**

Couches Huggies
KLEENEX
nouveau-né, jour ou
prem. pas. 24, 18, 12 **4.59**


Croustilles
O'GRADY'S
rég. ou au gratin
sac 200 g **1.49**

Jus
LIBBY'S
de tomates
boîte 284 ml **2/.79**

Produits surgelés

Jus d'orange
OASIS
ou d'ananas
contenant 355 ml **1.17**

Flutes ou friture
BW, poisson d'aiglefin
emballage 227 g **1.79**





...POUR LA QUALITÉ ET LA VARIÉTÉ DES PRODUITS

SEAVI MART

LA CHANCE VOUS SOURIT
CONCOURS
10.000
Prix
25 GAGNANTS PAR MAGASIN
Fourneaux, machines à café, cafetières, cafés, bouilloires, etc.
Participez dès maintenant!
Code postal: 10000



Jus
HEINZ
de tomates
boîte de 19 oz
21.89



Jus de légumes
V-8 boîte de 1.36 litre

.98

Café
Chase Sanborn mouture
rég. ou filtre-matique
emballage de 369 g
2.74

Pellicules
Saran Wrap
plastique
boîte 30 mètres
1.89

Beurre d'arachides
KRAFT super croquant,
croquant ou crémeux, 500 g

1.39



Margarine
BLUE BONNET
molle
contenant 907 g
1.59



Farine
FIVE ROSES
sac de
10 kg
6.99

Tomates
HEINZ
entières rondes
boîte de 19 oz
.75



Café
NESCAFÉ
instantané
pot de 227 g
4.59

Fromage
KRAFT
8 ou 12 tranches ind.
emballage de 250 g
1.49



Maïs
IDÉAL
en crème
boîte de 398 ml
.65

Jus de pommes
ROUGEMONT
vitaminé ou brut
contenant 1.36 litre
1.09



Papier toilette
WHITE SWAN
blanc, beige, jaune, pêche
emballage de 4
1.39

Pâte alimentaire
CATELLI PLUS
boîte de
375 g
.75



Sauce
ST-HUBERT
hot chicken
boîte de 400 ml
.65

Détergent
TIDE
en poudre
boîte de 6 litres
3.69



Eau minérale
MONTCLAIR
minérale ou de source
bouteille 750 ml
.79

Chocolat
NESTLE QUIK
instantané
boîte de 750 g
2.59

Eau de javel
JAVEX
concentrée
contenant 3.6 litres
1.49

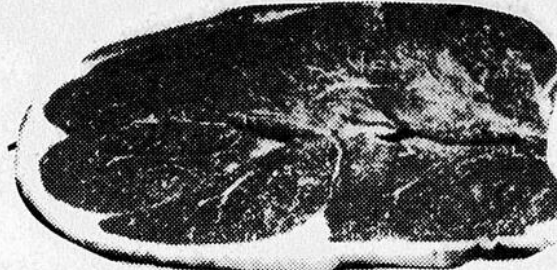
Savon
YVORY
paquet de
4 barres
1.29

Chips
HUMPTY DUMPTY
et ruffles, rég. ou b.b.q.
sac de 200 g
1.19

Tart-O-Bec
VACHON
sucre, sucre-raisin, pacane
boîte de 6
1.29



POUR LES PRIX!

Bifteck de ronde désossé tranche entière (2.18 lb)		4.80 kg		Rôti de longe de porc désossé (2.98)		6.57 kg	
				Produits Lafleur			
				Jambon mignon (genre diner) (3.68 lb)		8.11 kg	
				Jambon cuit extra maigre, tranché selon vos besoins (2.68 lb)		5.91 kg	
				Sous-marin ou sous-marin pizza 200 g ch.		1.48	
Rôti extérieur de croupe (2.18 lb)		4.80 kg		Produits Coorsh		Produits 4 Etoiles	
				Salami tout boeuf tranché selon vos besoins (2.38 lb)		Pizza aux tomates 700 g ch.	
				5.25 kg		2.28	
Bifteck ou rosbif pointe surlonge (2.98 lb)		6.57 kg		Boeuf fumé emballage 4/50 g		Produits High Liner Croquettes de poulet surgelé (4.38 lb)	
				2.98		9.66 kg	
Bifteck intérieur de ronde (3.28 lb)		7.23 kg		Boeuf haché maigre (2.28 lb)			
				5.03 kg			
				Boeuf à ragoût (1.98 lb)			
				4.37 kg			
				Cuisseau de veau roulé désossé surgelé (3.58 lb)			
				7.89 kg			

Pommes de terre produit Québec, sac 20 lb		1.29	
			
Raisins rouges Empereur, produit U.S.A. (.69 lb)		1.52 kg	
Pamplemousses blanc produit Floride grosseur 48		5/ .99 kg	
Pommes vertes Grany Smith, produit France (.69 lb)		1.52 kg	
Oranges à jus produit Floride sac 5 lb		1.69 kg	
Avocat produit Floride grosseur 28		.59 ch.	
Produits surgelés.		Santé - Beauté	
Jus McCain de pommes non sucré, 355 ml		.98	
			
Gâteaux Pepper, Farm au choix, bte 369 g		1.49	
Maxi-serviettes Liberté Nouvelle rég., bte 30		4.99	
Mini-serviettes Liberté Nouvelle, bte 30		3.59	
Serviettes Liberté Nouvelle maxi-minces parf. bte 30		4.99	
Pansements Rico plastique adhésif, bte 60		2.29	
Pâte dentifrice Listerine, emballage 4 x 75 ml		2.99	
Mousse coiffante Clairol, contenant 150 g		2.79	
Fixatif Silkience pour cheveux, contenant 300 ml		2.49	



La bonne affaire

Comparez...

Cocktail Grad de fruits boîte de 796 ml 1.49		Sirop Grad de table bouteille 750 ml 1.58
Confiture Grad, pectine fraises ou framboises pot de 500 ml 1.59		Lotion Grad, rose emballage de 2 x 500 ml 1.59

Jus d'orange Libby's, sucré ou non, contenant 1.36 litre 1.69	Chocolat mi-sucré Baker's, Chips boîte de 350 g 2.49
Sauce aux pommes Allen's, contenant 28 oz 1.59	Cocoa pur Fry's, contenant 250 g 2.99
Jambon - fesse Maple Leaf, boîte de 454 g 3.79	Biscuits Christie oréo, chocolat chips, funilla, pirates, sac 450 g 1.99
Ketchup rouge chow Habitant, pot de 500 ml 2.79	Gruau rapide Quaker, boîte de 1.35 kg 1.69
Ketchup Habitant aux fruits ou chow chow vert, pot 500 ml 2.59	Désodorisant Air Care aérosol, contenant 200 g 1.19
Sauce à l'ail V-H pour côtes levées, pot 341 ml 1.29	Assouplissant liquide Downy Super, concentré, contenant 500 ml 1.99
Potage ou chaudière Hine Liner, au choix, boîte de 284 ml .89	Ampoules électriques Grad, 40, 60 ou 100 watts, emballage 2 .79
Bicarbonate de soude Cow Brand, boîte de 500 g .69	Liqueurs orange Crush ou Root Beer, bte 750 ml + dépôt 6/3.48

J.-A. Desrosiers
 296 rue Saint-Pierre, Matane (Québec)
562-2270

Marché Lavoie
 Les Méchins, cté Matane, Qué.,
 bière, cidre, vin
729-3753

SERVIMART

Ces spéciaux sont disponibles chez les épiciers affiliés à Aligro Matane. Certains produits ou formats pourront être remplacés si non disponibles.



Faites Sourire Notre Budget!



Concours Servi Prix

Jus Heinz de tomates, bte 19 oz 2/.89	Café Chase & Sanborn, variés, 369 g 2.74	Pellicule Saran Wrap, plastique, 30 m 1.89
---	--	--

Tomates AYLMER de choix, 796 ml .89	Farine FIVE ROSES rég., blanchie, 3.5 kg 3.49	Margarine ARC-EN-CIEL melle soya, cont. 794 g 1.79	Café instantané CHASE & SANBORN pot 227 g 3.74	Papier toilette COTTONELLE emb. 4 rouleaux 1.49	Mouchoirs SCOTTIES blanc, beige, bte 200 .89	Couches LUVS grand, variées, bte 66, 48, 36, 32 9.99
---	---	--	--	---	--	--

Eau de javel LA PARISIENNE cont. 3.6 litres .99	Cocktail fruits DEL MONTE fruits variés, 796 ml 1.69	Maïs doré DEL MONTE crème ou grains .79	Légumes DEL MONTE au choix, bte 398 ml .79	Thé SALADA orange pekoe, bte 144 sac. 4.89	Gâteaux VACHON variés, boîte de 6 1.69	Yogourt YOPLAIT nature, fruits, 175 g 2/ 1.19
---	--	---	--	--	--	---

LA CHANCE VOUS SOURIT
CONCOURS
10,000
Prix
25 GAGNANTS PAR MAGASIN
Fours micro-ondes • mélangeurs à main • cafetières
scutelleries • lots boni "GRAD"

Ramassez ce coupon en l'entrée de votre coupon de caisse et déposez-le chez votre marchand participant.
Participez autant de fois que vous le désirez.

Nom: _____
Adresse: _____
Code postal: _____

CONCOURS 10,000 Prix

Jambon fumé désossé (genre toupie) demi ou complet (1.98 lb) 4.37 kg	Quart jambon fumé désossé genre toupie (2.08 lb) 4.59 kg	Jambon fumé désossé, genre toupie coupe du centre (2.38 lb) 5.25 kg	Bifteck de surlonge (3.28 lb) 7.23 kg
Produits Taillefer			
Saucisses fumées, 450 g 1.28	Saucisses porc et boeuf (vrac) (1.58 lb) 3.48 kg	Bologne cello, ciré, tranché selon bes. (1.18 lb) 2.60 kg	Jambon fumé d'autref., tranché selon bes. (3.98 lb) 8.77 kg
Tourtière d'autrefois, surgelée, 600 g 2.98	Produits de la mer		
Filet d'aiglefin, surgelé (2.98 lb) 6.57 kg			

Boeuf cat. A Rouge	
Bifteck de surlonge désossé (4.98 lb) 10.98 kg	
Haut. de pattes de porc frais jarret court (.68 lb) 1.50 kg	
Produits Coorsh	
Boeuf fumé, 4/50 g 2.98	
Salade de choux contenant 500 g 1.38	
Parfait dessert assortis, cont. de 125 g .38	

Soupe
AYLMER
légumes, tomates
boîte de 284 ml
.29

Sucre
GRAD
granulé
sac de 4 kg
1.58

Santé - Beauté	
Serviettes Kotex régulières Lightdays, bte 30 3.19	
Tablettes Sine-Off pour sinus ou sans somnolence, bte 12 1.69	
Rasoirs Gillette Good News, paquet de 8 1.89	
Revitalisant Hals ou shampooing, contenant 450 ml 2.79	
Produits surgelés	
Frites McCAIN rég., ondul., julienne, beefeater, 1 kg .98	
Jus d'orange KENT contenant de 12 oz .98	
Jus de pommes ROUGEMONT contenant 355 ml .88	
Filet S. Leger de sole pané orient, emb. 225 g 2.39	

Jus Del Monte variés, emballage 3 x 250 ml 1.39	
Jus Welch de raisin blanc ou concorde, 1 l 2.09	
Nectar Welch de pruneaux, bouteille 1.14 litre 2.19	
Clamato Mott's pot de 1 litre 1.89	
Boisson Del Monte de légumes, emballage 3 x 250 ml 1.39	
Fèves Libby's lard bien mijolées ou sauce tomate, 398 ml .99	
Oeufs Tibo marinés, pot 500 ml 1.69	
Langues Cordon Bleu de porc marinés, pot 250 g 3.39	
Mayonnaise Kraft pot 750 ml 2.89	
Bicarbonate Cow Brand de soude, boîte de 500 g .69	
Chocolat Baker's chips mi-sucré, bte 175 g 1.49	
Grains Hershey chocolat, sac 350 g 2.19	
Céréale Pabulum mixte, avoine, sobee, bte 227 g 1.89	
Vin l'Oiseau Bleu bouteille 750 ml 2.29	
Céréales Kellogg's Bran Flakes et fruits, bte 500 g 2.29	
Assiette Stuart à tarte aluminium 9 po., paquet 10 1.59	
Assouplissant Downy, liquide, contenant 2 litres 3.29	
Liqueurs Crush ou Root beer, orange, 750 ml + dépôt/6 3.48	

Semaine du
13 au 16 novembre

Brocolis
produit États-Unis, grosseur 14
.99

Choux Bruxelles produit du Québec 10 oz .59	Raisin vert Almeria prod. Espagne (.69 lb) 1.52 kg
Panais produit du Québec 2 livres .79	Pommes Cortland produit Québec 5 livres 1.29

Grad = La bonne affaire

Jus d'orange GRAD variés, 1.82 l 1.99	Maïs doré Grad grains entiers, bte 341 ml .55
Margarine GRAD durs, emb. 454 g .75	Pois Grad verts asst., bte 540 ml .65
Croustilles GRAD rég., sac 200 g .99	Sacs poubelle Grad, ext. 26 x 36, ppt 10 .99
Pain hamburger GRAD au SERVI hot dog, ppt 12 .98	Sacs poubelle Grad, cuisine, sac de 12 .49
Cristaux Grad saveurs variées, env. 3 x 90 g .89	Allumettes Grad, boîte 50 livres 2/1.00

Marché Henri Marquis Grosses-Roches 733-4909	Marché Mont-Louis Enr. Mont-Louis 797-2181	Marché D. Paquet Enr. St-Vianney 629-4776
Épicerie-Boucherie St-Gelais 405, boul. Dion, Matane 566-2830	Étienne Rouleau St-Adelme 733-4633	Marché A. Chouinard et Fils Enr. 50, rue St-Georges, Price (11) 775-3734
Épicerie Besnier Enr. Sainte-Anne-des-Monts 763-2633	Rachel Truchon St-Luc 562-0052	Épicerie St-Noël Enr. Service alimentaire G.V.D. Ltdé Rue Principale, St-Noël, Co. Matap. 60J 3A0 776-2932
	L.B. Ouellet St-Léandre 737-4955	

SERVI PLUS
TOUJOURS PLUS POUR VOUS!