

**Zeitschrift:** Le pays du dimanche  
**Herausgeber:** Le pays du dimanche  
**Band:** 3 (1908)  
**Heft:** 125

**Artikel:** Régime vert et météorisation  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-257636>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 08.01.2025

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

avec faveur par la Madone!... Sa prière fut exaucée... Angelo se remit et revint.

Le vieux prêtre s'arrêta. Sa figure se contractait et l'expression mystique que j'avais vue dans ses yeux fit place à une expression très différente.

Après un silence il continua :

— Personne ne sut alors ce que nous sûmes tous plus tard. Angelo avait été soigné par une femme des îles Lipari et il aimait déjà cette étrangère à qui il attribuait sa guérison. En cela il se trompait, car sa guérison était un miracle de la Madone...

Angelo était revenu pour tenir sa parole. Je le sais... Mais lorsqu'il vit la pauvre tête sans cheveux de Pancrazie, il pensa de nouveau à la femme des îles, et...

Le vieillard s'interrompit et toussa.

— Signor, reprit-il d'une voix forte, quand Pancrazie comprit à ce regard que l'amour d'Angelo s'était détourné d'elle, elle refusa de dire pourquoi elle avait coupé ses cheveux. Et moi... j'avais promis. Angelo n'était qu'un enfant... sa passion était éveillée... et, que Dieu le bénisse, et la Madone lui pardonne, là où il aurait dû voir le cœur il ne vit que...

Le prêtre s'arrêta de nouveau, puis il reprit :

— Angelo retourna aux îles Lipari, signor, et y épousa la femme qui l'avait soigné durant sa maladie.

— Et Pancrazie? fit-je. Ne cessa-t-elle pas... pardonnez-moi si je vous blesse... ne cessa-t-elle pas de prier la Madone?

— Cesser de prier! s'écria le vieillard d'une voix étonnée, tandis que son regard prenait de nouveau une expression mystique.

Il tira sa montre puis murmura doucement :

— Venez, signor.

Nous sortîmes de l'église et allâmes vers le mur qui surplombe le précipice. De là, on apercevait une ancienne arcade sous laquelle passait la route par laquelle j'étais venu. Un peu plus loin, au pied de rochers monstrueux, se trouvait une statue de la Madone avec l'Enfant-Jésus. Le vieux prêtre me la désigna du doigt et je vis une femme brune, pas jolie, agenouillée sur la marche. Un foulard recouvrait sa tête et retombait sur ses épaules. Ses mains étaient jointes et ses lèvres remuaient. Mais elle était si absorbée par sa prière qu'elle ne nous vit pas.

— C'est Pancrazie, me souffla le prêtre. Elle ne s'est pas mariée. Tous les jours à cette heure elle vient prier ici... Savez-vous pourquoi?

— Pour demander...

— Elle ne demande rien! Elle remercie la Madone!

— Remercier la Madone?...

— Pour avoir exaucé sa prière.

— Mais...

— Signor, lorsque Pancrazie fit don de ses cheveux elle ne pensa pas à elle-même. Elle demanda seulement que son amour fût approuvé au ciel et que la vie d'Angelo fût épargnée. Sa demande a été exaucée. Angelo vit... Et chaque jour, à cette heure-ci, Pancrazie vient ici pour remercier Dieu et bénir et glorifier la très sainte Madone della Rocca.

Je ne répondis rien, mais, tout en contemplant la femme reconnaissante, je pensais :

— Combien grande est l'humanité lorsqu'elle est soutenue par la foi!

Robert HICHENS.

(Adapté de l'anglais par Marc Logé.)

## Les petites vertus

Voilà une parole, écrit une femme de vertu et d'esprit, que, je le crains bien, aucune d'entre nous ne s'est jamais appliquée. Porter les fardeaux des autres, subir leurs caprices, leurs défauts, gémir sur leurs torts, nous impatienter des saillies de leur mauvais caractère, de leur manque de délicatesse, de leurs impertinences, que sais-je encore?... A la bonne heure, nous comprenons cela. Nous avons des occasions trop fréquentes de nous en apercevoir. Oui! on peut nous demander de porter les fardeaux des autres. Ce n'est pas une chimère. Mais nous faire croire que nous donnons nous-mêmes à souffrir? Allons donc. Nous sommes la patience même, la délicatesse incarnée, nous sentons, nous souffrons et nous nous taisons. Cela est possible, mais il n'en est pas moins vrai que malgré nos bonnes intentions et nos illusions, nous donnons aussi beaucoup à souffrir. Ce n'est pas méchanceté de notre part, c'est erreur, manque de clairvoyance; nous voyons une paille dans l'œil d'autrui et nous ne voyons pas une poutre dans notre œil; « lynx » pour pour les autres, nous sommes « taupes » nous.

Le fabricant souverain

Nous créa besaciers tous de même manière, Tant ceux du temps passé que ceux du temps [d'aujourd'hui,

Il fit pour nos défauts la poche de derrière Et celle de devant pour les défauts d'autrui.

Tous les moralistes sont d'accord sur ce point. Il serait bien étonnant qu'ils eussent tort contre nous ou que notre cas fût une exception, leurs maximes ne s'appliquant qu'au voisin et pas à nous-mêmes.

Mais puisque nous ne nous connaissons pas, il nous est difficile de nous corriger. Aussi n'est-ce pas ce que je veux proposer aujourd'hui, chères lectrices, nous sommes parfaites, c'est entendu.

Eh bien! livrons-nous à la pratique des vertus.

Il y en a de grandes, il y en a de petites. Sont-ce les grandes que je vous proposerai? Non, celles-là, j'en suis sûre, vous les pratiquerez quand l'occasion s'en présentera, et si elle se présente jamais. Vous tenir jusqu'à épuisement au chevet d'un époux, d'un enfant malade, vous sacrifier pour eux, accepter d'avance toutes les suites, et pour le reste de votre vie, de cet acte que les hommes jugent surhumain et qui, à nous, nous paraît naturel, il n'est pas une femme qui ne soit prête à le faire. Comblé de ses faveurs un pauvre orphelin que tout le monde délaisse, ouvrir son cœur et sa main à toute douleur, c'est notre affaire. Donner sa vie pour une noble passion, une grande idée, nous pouvons y prétendre. Ce sont là de grandes, d'héroïques vertus, mais ce ne sont pas les plus difficiles.

Les difficiles, ce sont ces petites vertus obscures de tous les jours, de chaque instant, qui demandent une abnégation constante, l'immolation journalière de nos goûts, de nos préférences, de nos aspirations même légitimes, mais pour le moment impraticables, une recherche prévenante de tout ce qui peut plaire aux autres, avec l'oubli de leurs fautes, de leurs torts passés, le support inlassable de leurs plaintes toujours renaissantes, le partage sincère de toutes leurs joies, de tous leurs bonheurs, l'urbanité accueillante, la cordialité toujours en éveil, la sincérité sans aucun fard, la modé-

ration dans tous les jugements, la charité qui excuse et pardonne.

Les petites vertus, dit une sage éducatrice de l'enfance, veulent que nous cachions une antipathie, un dégoût, une colère, une révolte intérieure; elles exigent que nous dissimulions comme si nous n'avions rien vu ou rien entendu les manques d'attention et d'égards; que nous montrions un visage calme lorsque la tempête gronde dans notre âme, que nos paroles soient mesurées et froides lorsque notre cœur est en feu; que nous gardions le silence lorsque nous sommes le plus enclins à crier et à disputer. Et si nous voulons leur obéir jusqu'au bout, il faut que nous soyons simples et naturelles et ne laissions pas même soupçonner ce qui se passe en nous. Elles nous commandent encore d'avoir des égards pour quelqu'un qui est négligé dans une société, d'éviter le mot irréfléchi qui pourrait blesser, d'obliger même des ingrats, de savoir régler son temps et d'être exactes en toutes choses.

Ce tableau des petites vertus ne montre-t-il pas avec évidence que ce ne sont point là de petites vertus, mais l'épanouissement journalier d'une très grande vertu, de la charité, qui est le fondement de la société civile et domestique?

Mais comment arriver à pratiquer les petites vertus? Mon Dieu, comme un négociant arrive à s'enrichir: par une application constante et une comptabilité bien tenue. Ne vivons pas au jour le jour sans retour sur nous-mêmes, ignorantes de ce qui se passe en nous. Notons nos profits, notons aussi nos pertes et, de temps en temps, faisons la balance. De la sorte, nous ne passerons pas notre vie dans une illusion perpétuelle. Nous aurons un idéal dont nous nous rapprocherons sans cesse, dussions-nous ne jamais l'atteindre.

Nos petites vertus rayonneront autour de nous; comme elles feront des heureux, elles feront aussi des vertueux, et ce sera notre meilleure récompense.

## Régime vert et météorisation

Dans quelques jours les fourrages verts seront bons à consommer et les cultivateurs feront sortir leurs animaux de l'étable et de l'écurie pour les mettre au pâturage, le plus souvent sans les avoir préparés à ce changement de régime, ce qui constitue une faute grave dont les conséquences peuvent être désastreuses.

Les animaux ne peuvent être soumis que progressivement au régime vert, dit le *Sillon Romand*, sans quoi ils sont exposés à contracter des troubles stomacaux et intestinaux dont l'issue est souvent mortelle, et qui, dans tous les cas, compromettent leur santé durant un assez long temps.

Il importe donc de mélanger journellement un peu de fourrage vert: trèfle ou seigle, au fourrage sec. On coupera une petite quantité de seigle ou de trèfle qu'on laissera sécher quelques heures et qu'on donnera avec quatre fois son volume de fourrage sec; puis avec trois fois seulement, ensuite à parties égales, en ayant soin de diminuer la ration d'eau à mesure qu'on augmentera la ration de vert.

Le fourrage sera ainsi donné durant une huitaine et toujours frais, sans être humide. On ne coupera chaque soir que la ration nécessaire pour le lendemain matin, car le

fouillage s'échaufferait en tas, se flétrirait et deviendrait d'une digestion difficile.

Si l'on doit mettre les animaux directement à l'herbage au sortir de l'étable, il faudra prendre les mêmes précautions : ne les sortir, durant quelques jours, que dans un endroit où l'herbe sera peu abondante et avoir soin de jeter sur le sol un peu de fouillage sec. On ne lâchera les animaux que par un temps très sec et l'on attendra toujours que la rosée matinale soit parfaitement évaporée, afin d'éviter la météorisation.

La météorisation ou indigestion gazeuse se produit souvent lorsque les animaux ont absorbé une grande quantité de trèfle, de sainfoin, de luzerne verts ; elle est surtout fréquente au moment où les animaux, privés durant de longs mois de leur nourriture préférée, sont remis au régime vert et mangent avec avidité les tendres herbages dont ils sont friands.

La fermentation de ces fourrages verts produit des gaz qui s'accumulent dans les voies digestives ; le flanc gauche surtout se gonfle et les animaux risquent de mourir asphyxiés si l'on ne s'empresse de leur donner les soins nécessaires.

Pour enrayer la production des gaz, on fait absorber *au plus tôt* à l'animal malade 30 à 40 grammes d'ammoniaque (alcali volatil) dans un litre d'eau.

Dans les cas plus graves, il est nécessaire de pratiquer la ponction du rumen. Il faut, autant que possible, recourir au vétérinaire, mais, s'il doit se faire attendre, il ne faut pas hésiter à pratiquer soi-même l'opération qui est fort simple et qui peut seule sauver la vie de l'animal en danger.

La ponction se fait dans le flanc gauche, en un point qui est à égale distance de la dernière côte de l'épine dorsale et de la pointe de la hanche. On prend une plume d'oie, dont on coupe la petite pointe ainsi que toute la partie qui n'est pas creuse ; dans ce tuyau de plume on introduit une grosse alène ou aiguille plate à faire les matelas, ou encore une longue et étroite lame de canif. La pointe de ces instruments doit *sortir* du côté du petit bout de la plume. Après avoir déterminé la place sus-indiquée, où doit se faire la ponction, on y enfonce le petit appareil en donnant un coup brusque ; quand il est bien entré, on retire l'alène, l'aiguille ou canif et les gaz s'échappent par le trou de la plume qui, elle, doit être maintenue en place dans l'ouverture pratiquée. On peut remplacer le petit tuyau de plume par un petit tuyau de sureau dont on a aminci l'extrémité qui doit pénétrer en entourant la lame perforante. On pourrait même, en cas absolument urgent, défoncer brusquement la peau d'un coup de couteau et introduire ensuite n'importe quel tube dans l'ouverture, pour qu'elle ne se referme pas avant l'échappement de tous les gaz.

Mais il vaut mieux, conclut le *Sillon*, éviter toutes ces opérations et leurs conséquences, en procédant comme nous l'indiquons ci-dessus, c'est-à-dire en évitant un brusque changement de régime, et en amenant graduellement les animaux à consommer le fourrage vert dont ils ont été privés pendant l'hiver.

## Autour de la cuisine

Comment on fait cuire les asperges et comment on les mange. — Les artichauts.

L'asperge est excellente au goût et très

estimée ; mais elle fermente dans l'estomac, et les personnes délicates feront bien de n'en pas abuser. Elle passe pour diurétique et, dans les villes d'eaux, elle fait partie de la cure des rhumatisants. On la dit aussi très bonne dans les maladies du cœur, mais on la défend aux eczémateux.

Quand l'asperge est fraîchement cueillie, elle ne demande pour cuire que dix à quinze minutes, rarement vingt. Une cuisson trop prolongée briserait les pointes.

Si les asperges doivent être servies en branches, on en ratisse les tiges, on les met à tremper dans l'eau froide, puis on les réunit par petites boîtes. Enfin, on les plonge sur le feu, dans une casserolle remplie d'eau bouillante et salée — une cuillerée de sel par litre d'eau ; — on écume et l'on maintient l'ébullition sans couvrir la casserole. Quand elles sont cuites à point, on les fait bien égoutter.

Les asperges se conservent assez longtemps fraîches. On peut les garder pendant huit jours en les couvrant de sable fin et humide. Si l'on ne veut pas les faire attendre plus de deux ou trois jours, il suffit de les envelopper d'un linge mouillé.

Il existe un service spécial, plat long et assiettes, pour les asperges. Des personnes, même riches, savent s'en passer. La pelle ou les pincettes pour les prendre dans le plat sont d'un usage plus commun, mais non obligatoire. Il est au fond plus commode de se servir des pincettes du *père Adam*. J'en ai vu même qui n'hésitaient pas à mettre la pince de côté pour se servir de leurs doigts. Il est ainsi de la pince à sucre.

Les personnes délicates et un peu cérémonieuses coupent la pointe de l'asperge avec le couteau, la roulent dans la sauce qui est offerte en même temps que le légume et la portent à la bouche avec la fourchette. Saisir l'asperge avec les doigts et la mordre à belles dents comme c'est l'usage le plus général déplaît à des personnes raffinées, mais beaucoup ne se soumettent pas à cette règle. La tige est abandonnée sur l'assiette.

*Asperges cuites au jus.* — Couper les parties tendres en morceaux d'un centimètre. Passer dans du lard fondu avec du persil, de la ciboulette, du sel, du poivre, de la muscade et faire mijonner dans du bouillon. Ajouter du jus de mouton après cuisson, dégraisser et servir avec une sauce courte.

*Asperges préparées en petits pois.* — Choisir des asperges vertes et les couper en petits morceaux. Faire cuire à l'eau bouillante, égoutter un peu avant la cuisson complète ; les remettre dans une casserole avec du beurre fin et un peu de sucre ; fariner, mouiller de lait ou de bouillon, lier avec deux jaunes d'œufs et garnir de croûtons au beurre.

*Asperges au fromage.* — Les asperges en branches, cuites de la façon ordinaire, sont servies avec une sauce blanche ou à l'huile et au vinaigre. Mais, au moment de les apporter sur la table, on râpe sur la partie qui se mange d'excellent fromage de gruyère.

*L'artichaut.* — Ce légume est très nourrissant ; cuit à l'eau, il est d'une digestion facile et peut être offert aux convalescents.

*Artichauts bouillis.* — Avant de les faire cuire, on les pare, c'est-à-dire qu'on égalise les feuilles, qu'on coupe la queue et qu'on arrache les feuilles du dessous qui ne peuvent pas se manger. On lave à grande eau, et l'on met cuire à l'eau bouillante

salée et même poivrée, de façon qu'ils soient couverts jusqu'aux trois quarts.

Quand les feuilles se détachent, les artichauts sont cuits. On les retire et on fait égoutter en les mettant la tête en bas. On peut enlever le foin ou le laisser. Ces artichauts se servent avec une sauce ou à l'huile et au vinaigre.

*Artichauts frits.* — Couper les artichauts du sommet à la base en dix ou douze morceaux ; ôler le foin, couper l'extrémité des feuilles, laver, faire goûter. Jeter ensuite les artichauts dans une pâte à frire composée d'œufs, de farine, de lait avec une cuillerée d'eau-de-vie, du poivre et du sel ; faire sauter dans cette pâte, puis frire dans du saindoux ou de l'huile. Eviter qu'il se collent l'un contre l'autre. Retirer quand ils ont pris une belle couleur blonde. Faire égoutter et saler. Mettre en pyramide sur une serviette pliée et orner de persil.

Autre procédé : Faire deux ou trois bouillons aux artichauts préparés comme il vient d'être dit dans l'eau salée, puis les retirer et les mettre mariner un instant dans du vinaigre ; saler et poivrer. Passer à l'œuf battu, enfariner et faire frire.

*Artichauts à la Barigoule.* — Parer et blanchir quatre artichauts. Hacher et assaisonner des restes de volailles avec du lard gras, des échalotes, des champignons et du persil. Passer ce hachis dans un peu de beurre frais et le mêler à 125 grammes de beurre frais, autant de lard râpé, et en garnir les artichauts. Barder de lard et ficeler. Faire cuire doucement, feu dessus et dessous, dans trois ou quatre cuillerées d'huile fine. Servir avec une sauce faite d'un roux mêlé de bouillon.



## LETTRE PATOISE

Dà lai Côte de mai.

En ne sairait aidé pueray. Nos aint preju note bon tiurie de Borgnon ; çà vrai. Çoli nos é bin fait grand dépé, mais i me pense que nos en vian bintôt en aivoi in tot neu, ai peu aiprés lai pieadge le bé temps. Que vlais vos ? Les aiffaires vaint dinche, ai pen, tchaidngiete-les, se vos peutes ; moi i n'y peux ran.

En aitandaint ci bé temps, i veux vos en redire enne qui prend inco dain lai brochure di *Tobi di-j elyudzo*. (Ai me permât d'en pare trà ; çà in aivâre.) Lai voici :

Ai é quéque temps qui me trovô tchu le tchemin de féaie entre Payerne ai peu Fribo, tiaint in freluquet que n'avait pe l'air d'être aivu aieutchie dain in tchéte, qu'avait totes soetches de peutes mannières, monté dain le train ai peu venié s'aissietay vis-avis d'enne baichatte qu'avait bin boenne façon. Ci patapouf se boté tot content ai tchaintay enne tchainson tot-ai-fait sâle. Lai baichatte qu'était sôle de l'œu, se boté ai bayie ; elle l'euvrait enne goêrdge comme l'ai gueule d'un fo.

Hé ! hé ! i crais bin que vos ai envie de me maindgie, iy dié le bé tchaintou.

On nenni, répongé lai fête, vos n'ai pe fate d'aivoi pavou ; vos ne risquais ran ; i seu enne djuerâce ; i ne maindge djemais de lai tchéaie de pot.

Raiméce, mon gros.

*Stu que n'âpe de bos.*



Editeur-imprimeur : G. MORITZ, gérant.