

*des Princes &c.* Avril 1710. 281

de St. Vincent, \* dans lequel l'Auteur indique les moyens de faire du pain sans bled; des potages à peu de frais pour les pauvres; & des boissons pour suppléer au vin.

Il dit que dans les Isles de Canarie, les habitans ne se nourrissent qu'avec du pain qu'on fait avec des racines, & que ces racines sont les Panais de nos jardins; qu'il faut les couper par tranches, comme'on fait les bettes-raves en salade; les enfiler en forme de Chapelet; les faire secher à l'air; les mettre ensuite en poudre; les paîtrir sans levain, en mêlant un peu de sel dans la pâte: Que ce pain, lors qu'il est frais, est meilleur & plus délicat que celui de Froment: La bonne qualité de ce pain diminue lors qu'il y a plusieurs jours qu'il est cuit. L'Auteur nous apprend qu'un Medecin de Lion a fait l'expérience de ce pain de panais, qui a été trouvé fort bon, & que plusieurs personnes ont semé quantité de cette graine: Il remarque que les Panais jaunes sont meilleurs que les rouges; mais que dans une nécessité on peut faire du Pain de toutes les racines que les hommes mangent, à la reserve des raves qui sont presque routes d'eau.

*Pain fait  
avec des ra-  
cines.*

Nôtre Curé nous enseigne aussi la methode de faire du pain de glan, d'en ôter l'amertume avec une lessive de chaux. Il recommande fort de semer du bled de Turquie, qu'on appelle *Mays* ou *Bled d'Inde*, puis qu'il est si fecond & si nourrissant, qu'avec une seule livre de farine, on en peut faire dix potages, qui rassasieront dix personnes: on le sème au mois de Mars, ainsi il n'est pas exposé aux rigeurs de l'hiver; un seul arpent de terre ensemencé de ce bled, produira de quoi

*Pain fait  
avec des  
glans.*

*Avec du  
Mays ou  
bled d'Inde.*

\* *Voyez Fevrier page 133.*