

Cuando hay poco tiempo, picad sobre la lumbre unas salchichas y mezcladlo con unas rodajas finas de patatas cocidas. Servido con una ensalada. Estará exquisito y no habréis gastado una gota de aceite.

«Chantilly»... sin nata. Deshaced 25 gramos de sémola en medio litro de agua y leche. Perfumad a la vainilla, removed intensamente, añadid cuarto litro de leche, dejad cocer durante tres minutos, azucarad, añadid 20 gramos de mantequilla y perfumad al ron o con jugo de frutas.

Una infusión de violetas calma maravillosamente la tos y los resfriados. Coged las violetas por la mañana, escoged las más oscuras y dejadlas secar sobre un papel bien limpio y alejadas del sol y del polvo.

Un plato muy alimenticio. Pastel de morcilla. Poned al fuego un kilo de patatas y movedlas durante veinte minutos. Partid la morcilla en trozos, hacedlos asar y juntadlos con el puré; servidlos en un plato de horno, de manera que una capa dorada sirva de tapadera.



Para afilar las tijeras pasad la hoja repetidamente por el cuello de una botella.

Las mujeres muy jóvenes o poco sensatas creen que ganan tiempo acostándose tarde. ¡Mal negocio! El acostarse temprano es la mejor garantía para la salud, la belleza y la juventud.

Buey a la moda Geórgica. Rebozad los filetes, salpicándolos con una capa ligerísima de harina. Añadidles un tercio de vaso de agua o caldo, dejad cocer, añadid hierbas, jugo de limón y 250 gramos de almendras picadas.

Si tu casa tiene un sótano con demasiada humedad, no olvides de esparcir por el suelo una capa bastante gruesa de arena.



Para hacer más sabrosa la col y su digestión más fácil, añadidle un chorro de vinagre.

¿Quién no tiene días malos? Nos encontramos cansadas y de mal humor. Cuidémonos más aún que de costumbre, peinémonos con más esmero. Nos sentiremos más guapas, más animadas, en «mejor forma».

Tortilla... sin huevos, rellena de restos de alguna cosa. Rebozad la carne, cortada en trozos pequeños, mezclados con cebollas y perejil. Rebozad la tortilla hecha su forma, freíd y cubrid con salsa de tomate.

Las ropas de invierno empiezan su sueño de verano. Aseguraos de su extrema limpieza. Las pieles, sobre todo, merecen cuidados especiales. Cepilladlas bien, sacudidlas bien, exponedlas al sol antes de guardarlas en naftalina o alcanfor.

¿Te entristece que tu niño no te haga ya más sus pequeñas confidencias? ¿No tienes tú misma la culpa? ¿No has contado a una amiga aquel secreto que él te había confiado como un tesoro? La sensibilidad de los niños es sumamente delicada y vulnerable.

¿Te molesta que tu marido se enfrasque a las horas de las comidas en la lectura de los periódicos? Quizá no tenga más tiempo que éste para leerlos, pero de ti depende. ¿Por qué no enterarte de todas las noticias y contárselas tú misma?

La limpieza de dientes más escrupulosa no será suficiente si no tenéis la precaución de pasar entre cada diente un hilo de seda.

Budín parisiense. Dejad ablandar en agua templada 300 gramos de pan duro. Cocedlos, añadiéndoles un poco de leche, aplastad bien, añadid azúcar, pieles de limón y naranja cortadas en rajitas finas. Moved hasta que la masa esté sólida, separad del fuego, añadid un huevo y pasas de Corinto. Meted al horno durante un cuarto de hora en un molde untado de grasa. Volcad, rociad de ron y adornad con frutas secas.

Las mangas cortas vuelven por sus fueros y nos desesperamos al ver nuestros codos y brazos de nuevo ásperos. Frotadlos con alcohol y masadlos con una crema bien grasienta.

Muchas veces, hasta que no van al colegio, no se da uno cuenta de la distracción de algunos niños. Para evitarlo, acostumbrales desde pequeños a saber fijar la atención; dadles el sentido de la responsabilidad confiándoles un trozo de jardín para regar o unas plantas, un animal para que lo cuiden: pájaro, gato, etc. O una pequeña faena de la casa que ellos deban hacer diariamente.



Una coliflor pequeña puede cundir mucho si tomamos la precaución de rellenar el fondo del plato con la misma legumbre finamente picada y con una salsa blanca. Los trozos mejores se colocarán sobre esta capa rebozados y fritos.

¿Por qué desdeñar vuestro cuello, que delatará la edad más aún que el rostro? ¿Es que no tiene el pobre derecho a nuestros cuidados? Oblígame a hacer gimnasia y azótalo mañana y noche con un trapo húmedo.

Nunca recalentéis un puré en un fuego directo. Siempre debéis hacerlo al baño de María.

Para economizar grasas, no echad éstas en la verdura más que en el momento de servir. De vosotras depende saber compensar el buen gusto a base de hierbas y especias.

Pastel suculento con restos de carne. Mezcladlos con pan, cebollas picadas, legumbres del tiempo, sal y pimienta en un molde engrasado. Rebozad con pan. Poned al horno o al baño de María durante un cuarto de hora. Volcad y servid acompañado de una salsa picante.

Todas las cremas y lociones no servirán de nada para el estado de tu piel si sufres de mala circulación o mala digestión. Asegurar el buen funcionamiento de vuestro aparato digestivo es tan necesario para vuestra belleza como el mejor tratamiento.

