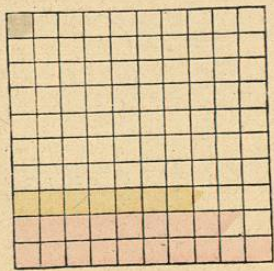
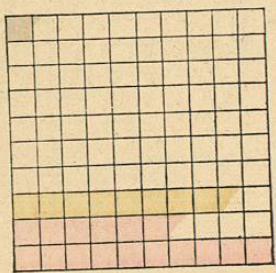


VIANDE DE PORC

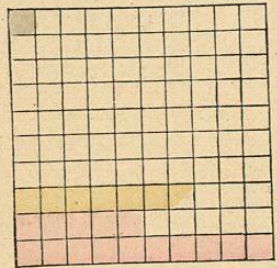
Plate Côte



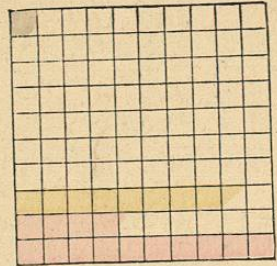
Filet



Rognon

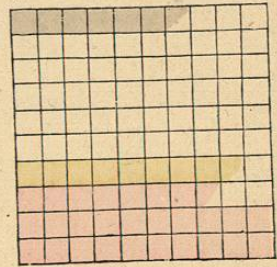


Côtelette

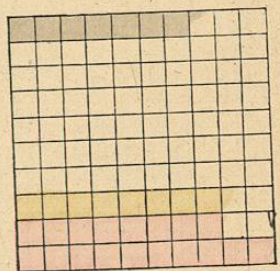


VIANDE DE PORC SALÉE

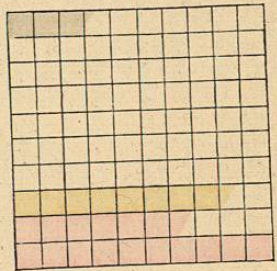
Jambon salé



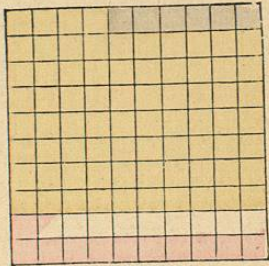
Jambon fumé



Langue

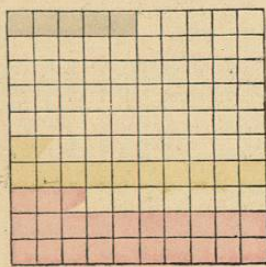


Lard

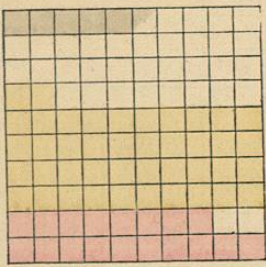


VIANDE DE PORC SALÉE

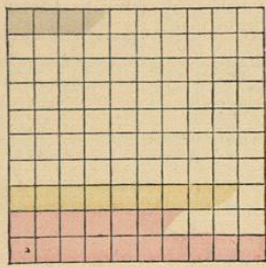
Saucisson fumé



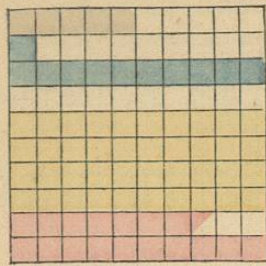
Saucisse fumée



Chair à saucisse

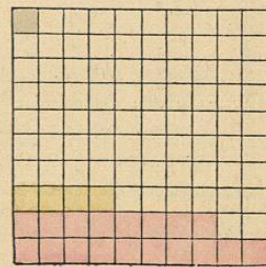


Cervelas

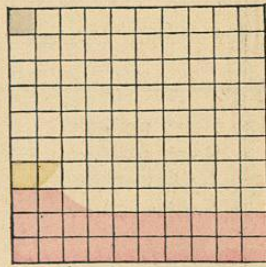


VIANDES DIVERSES

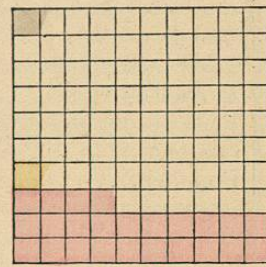
Cheval



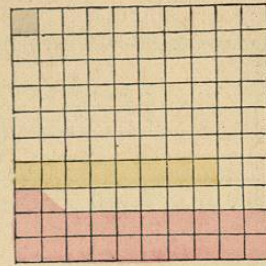
Chevreuil



Lièvre



Lapin



Viandes de conserve.

DÉSIGNATION de l'aliment	ALBU- MINOÏDES	GRAISSE	CENDRES	EAU
Viande fumée.....	27.10	15.40	10.60	15.400
Boiled Beet d'Australie.....	23. »	10.70	»	63.600
Bœuf d'Amérique salé.....	28.90	0.20	21.10 (1)	49.100
Corned Beef (Forster).....	30. »	10.10	»	56.800
Tablettes de viande (Hoffmann).	71. »	7. »	13. » (2)	9. »
Conserves de Texas-Beef.....	29.60	3.90	»	»
Viande sèche.....	64.50	5.20	12.50 (3)	15.400
Poudre de viande.....	73. »	»	»	»
Extrait de viande.....	30.40	»	17.50	21.700
Peptones de Kemmerich (Pouchet)	66.36	»	7.61	32.864
Jus de viande.....	4.82	0.30	1.04	92.840
Bouillon.....	0.50	0.50	1. »	97.500

Viande de porc.

DÉSIGNATION de l'aliment	ALBUMINOÏDES	GRAISSE	CENDRES	EAU
Porc maigre.....	20. »	7. »	1. »	72. »
Porc gras.....	14.500	37.500	1. »	48. »
Jambonneau.....	24.050	5.108	1.097	69.320
Jambon.....	20.410	8.285	1.140	69.600
Plate-côte.....	48.530	7.155	0.985	74.110
Filet.....	16.380	8.425	1.100	73.150
Rognon.....	14.950	6.690	0.972	74.200
Côtelette.....	14.040	8.650	0.955	73. »

Viande de porc salé.

Jambon salé.....	27.690	8.682	6.417	62.580
Jambon fumé.....	28.010	8.110	7.082	65.370
Langue.....	16.700	8.127	3.042	69.750
Lard.....	11.500	74.753	5.982	8.150

(1) Dont 11.5 Na Cl.

(2) Dont 10 Na Cl.

(3) Dont 4 Na Cl.

Charcuterie.

DÉSIGNATION de l'aliment	HYDRATES DE CARBONE	ALBUMINOÏDES	GRAISSE	CENDRES	EAU
Saucisson fumé..	»	22.080	11.140	»	»
Saucisse fumée....	»	18. »	42. »	5.500	38.500
Chair à saucisse...	»	16.700	8.210	3.042	69.750
Cervelas.....	11. »	17.500	40. »	5. »	37. »
Boudin blanc.....	6.500	16. »	24.500	2.050	48. »
Boudin noir.....	25. »	12. »	11.500	1.500	50. »
Saucisse de Francfort	2. »	11.500	38.500	3.500	44.500

Viande de veau.

DÉSIGNATION de l'aliment	ALBU- MINOÏDES	GRAISSE	CENDRES	EAU
Veau maigre.....	20. »	1. »	1. »	78. »
Veau gras.....	19. »	8. »	1. »	72. »
Ris de veau.....	22. »	2. »	1. »	75. »
Rouelle.....	20.28	3.683	1.540	72.05
Épaule.....	18.98	3.621	1.710	76.57
Morceau du rognon.....	18.59	7.119	1.508	76.25
Foie de veau (1).....	17.60	2.390	1.680	72.80
Côtelette.....	20.28	6.400	1.160	72.16
Poitrine.....	18.81	16.05	0.920	64.66
Collet.....	14.95	6.185	1.075	75.215
Tête.....	6.03	7.243	0.092	84.445

Viande de mouton.

Mouton demi-gras... ..	17. »	6. »	1. »	76. »
Mouton gras.....	15. »	36. »	1. »	48. »
Rognons.....	16.56	3.330	1.300	78.60
Épaule.....	12.28	9.026	1.255	75.7
Côtelette.....	10.98	8.533	1.620	75.502
Gigot.....	10.92	8.765	1.472	75.50
Cou.....	10.20	8.515	1.318	74.528

(1) + 5.47 d'extractifs non azotés.

Viandes diverses

DÉSIGNATION DES ALIMENTS	ALBU- MINOÏDES	GRAISSE	CENDRES	EAU
Cheval	18. »	4. «	1. »	77. »
Lièvre.....	24. »	1.20	1.20	74. »
Lapin	24.50	8. »	1. »	69.50
Chevreuril.....	22.50	1.50	1. »	75. »
<i>Corps gras d'origine animale.</i>				
Graisse de bœuf.....	0.12	99.10	0.07	0.71
Graisse de mouton	0.50	98. »	»	1.50
Saindoux.....	0.50	99. »	»	0.50
Margarine.....	1.19	83.70	1.94	12.45
<i>Oiseaux.</i>				
Poulet.....	20. »	4. »	1. »	75. »
Poulet gras.....	18.50	10.50	1. »	70. »
Canard domestique.....	22.50	6. »	1. »	70.50
Canard sauvage.....	23.80	3.69	0.93	69.89
Pigeon	22. »	0.50	1. »	76.50
Pigeon ramier.....	22.50	2. »	1.50	73. »
Petits oiseaux.....	23.50	2. »	1.50	73. »
Perdrix.....	25.30	1.40	1.40	71.90
Poitrine d'oie fumée.....	21.40	31.50	4.60	41.30
<i>Batraciens.</i>				
Grenouille.....	16.40	0.10	1.50	80.40

POISSONS

Les poissons fournissent un aliment d'une valeur nutritive considérable.

On peut les diviser en deux groupes :

1° Les poissons à chair blanche et maigre ;

2° Les poissons à chair grasse. Ces derniers sont d'une digestibilité moindre.

Les différences qui existent entre la chair des poissons et celle des autres animaux portent plutôt sur la saveur, la consistance, l'odeur et la couleur des premières. Elle contient plus d'eau (76 à 86 0/0 environ au lieu de 75 à 78); néanmoins sa richesse en matières albuminoïdes est assez considérable et assez proche de celle des autres animaux pour lui assigner une place importante dans l'alimentation.

L'école de Saint-Louis, en France, proscrit d'une façon presque absolue l'usage du poisson comme favorisant les affections de la peau.

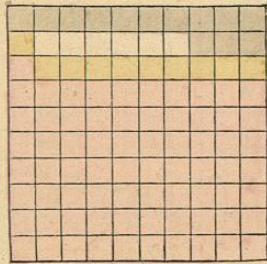
On reproche généralement à ce mode d'alimentation de favoriser la production de toxines dans l'économie. Mais il en est ainsi pour tout aliment qui n'est pas ingéré dans un état de fraîcheur suffisant et le poisson n'a rien de particulier à ce sujet.

Poissons.

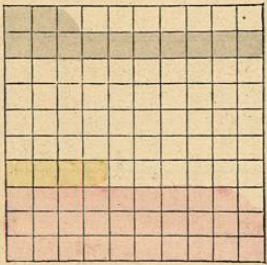
DÉSIGNATION DE L'ALIMENT	ALBU- MINOÏDES	GRAISSES	CENDRES	EAU
Anguille.....	13.	28.50	1.	57.50
Carpe.....	20.50	2.	1.50	76.
Brochet.....	17.50	0.50	1.	81.
Perche	10.	0.20	0.80	89.
Saumon.....	16.	7.50	1.	75.50
Maquereau.....	20.	11.50	2.	66.50
Hareng frais.....	18.	6.	1.	75.
Hareng salé.....	21.	8.	1.	70.
Morue fraîche.....	15.	2.	1.50	83.50
Morue salée.....	80.	1.	1.50	17.50
Turbot.....	20.	2.	1.50	76.50
Sole.....	12.	0.80	1.50	86.
Caviar.....	31.	16.	9.	43.50

CONSERVES DE VIANDE

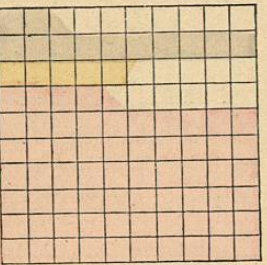
Tablettes de viande



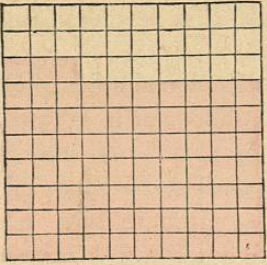
Conserves de boeuf



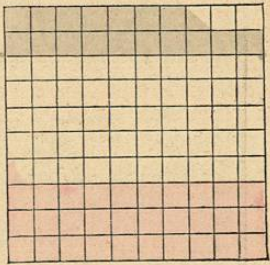
Viande sèche



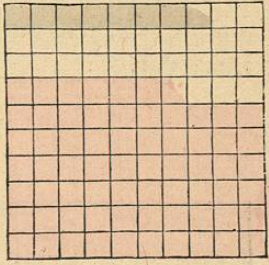
Poudre de viande



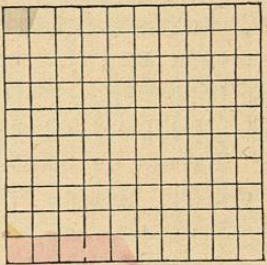
Extrait Liebig



Peptone

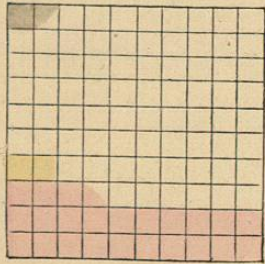


Jus de viande

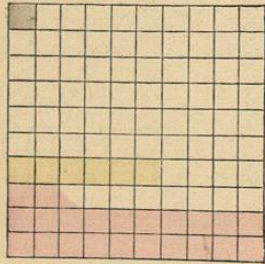


OISEAUX

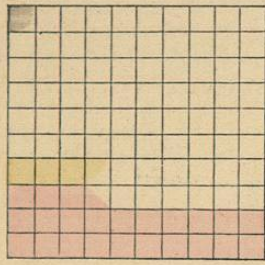
Petits Oiseaux



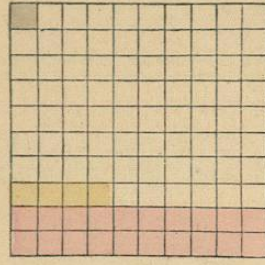
Canard domestique



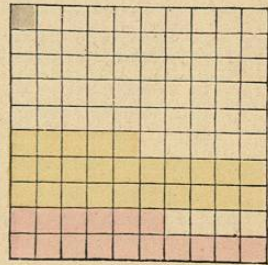
Canard sauvage



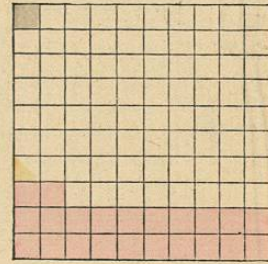
Poulet



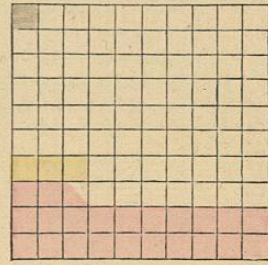
Oie



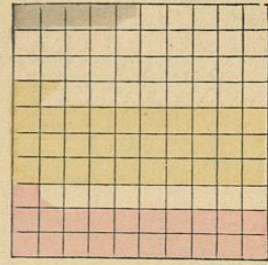
Pigeon



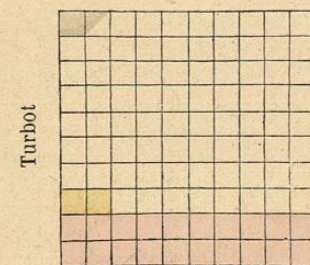
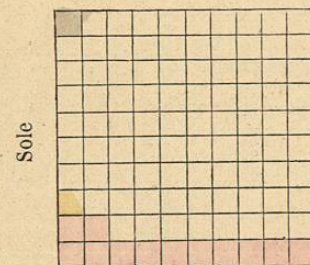
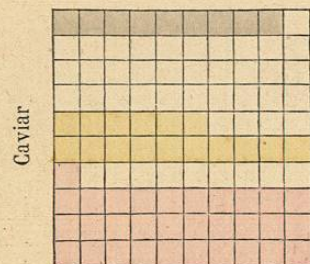
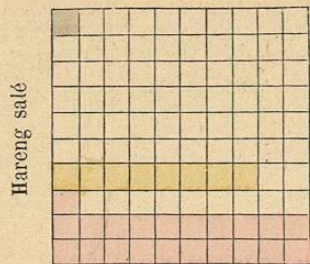
Ramier



Poirine d'oie fumée



POISSONS ET COQUILLES



MOLLUSQUES

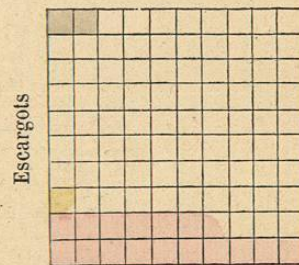
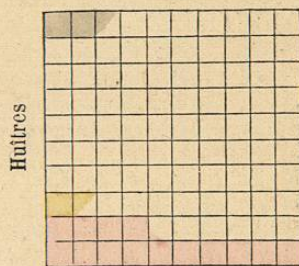
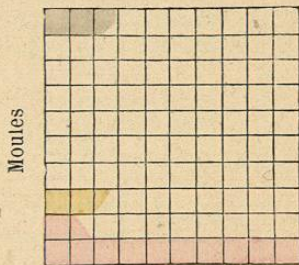


Tableau des quantités de déchets et de chair nette dans chacun des poissons tels qu'on les reçoit des marchands.

POISSONS	DÉCHETS %	CHAIR NETTE	MATIÈRES minérales % de la chair comestible
Barbillon	46.95	53.05	0.900
Brochet	31.88	68.12	1.293
Carpe	37.15	62.85	1.335
Limande	24.66	75.34	1.936
Anguille	24.11	75.89	0.773
Merlan	40.88	59.12	2.083
Maquereau	22.13	77.87	1.846
Sardines à l'huile	19.54	80.46	7.90
Raie	19.28	80.72	1.706
Congre	14.92	85.08	1.106
Sole	13.86	86.14	1.901
Hareng salé	12. »	88. »	16.433 (1)
Morue salée	11.34	88.66	21.230 (1)
Saumon	9.04	90.52	1.279
Goujons	»	100. »	3.433 (2)
Ablettes	»	100. »	3.258

CRUSTACÉS

A côté des poissons, les crustacés et les mollusques présentent une valeur nutritive assez grande. S'ils sont très nourrissants, ils sont aussi indigestes et peuvent chez certaines personnes, favoriser l'apparition d'érythèmes ou de troubles digestifs particuliers.

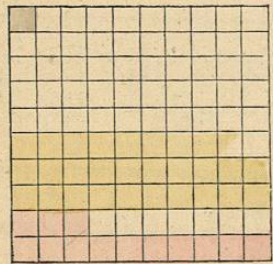
HOMARD

DÉSIGNATION de l'aliment	ALBU-MINOÏDES	GRAISSE	CENDRES	EAU
Chair comestible	19.17	1.17	1.82	77.84
Substance molle interne	12.14	1.44	1.74	84.68
Oeufs de homard	21.89	8.23	1.99	67.89
Déchet %		43.85		
Chair nette %		56.15		

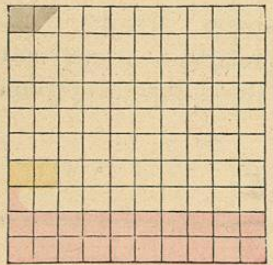
(1) Y compris le sel marin pour la salaison.
 (2) Les goujons et les ablettes ont été analysés sans en rien séparer pour le motif que l'on peut les manger en entier.

POISSONS

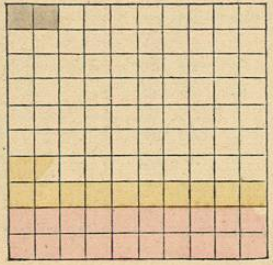
Anguille



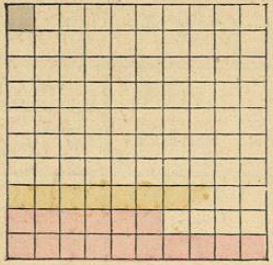
Carpe



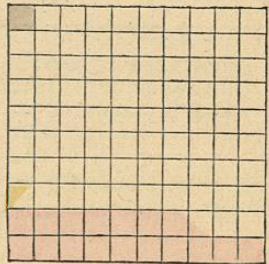
Maquereau



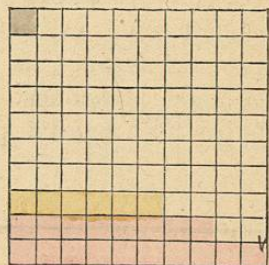
Saumon



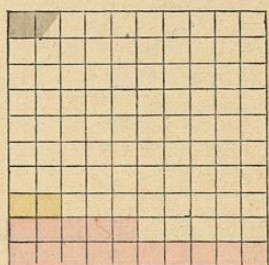
Brochet



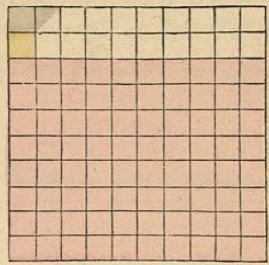
Hareng



Morue fraîche

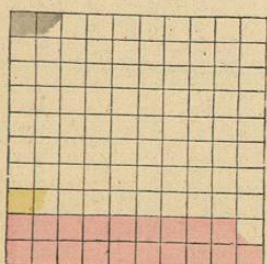


Morue salée

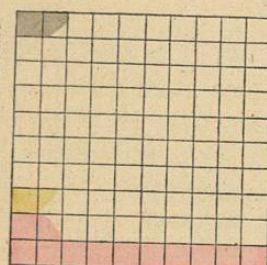


CRUSTACÉS

Chair de homard



Substance molle interne

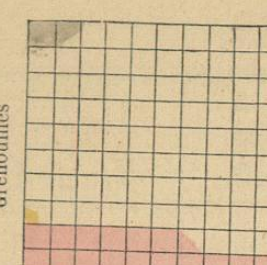


Œufs de homard



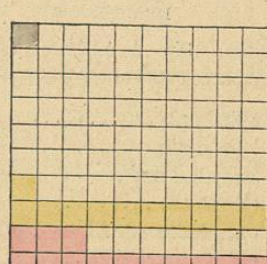
BATRACIENS

Grenouilles

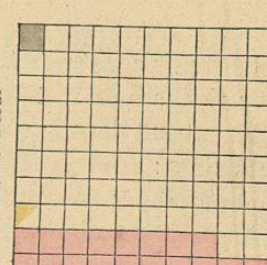


ŒUFS

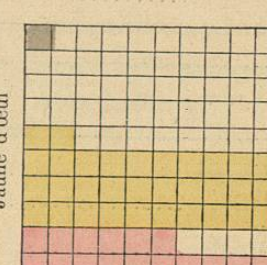
Œuf entier



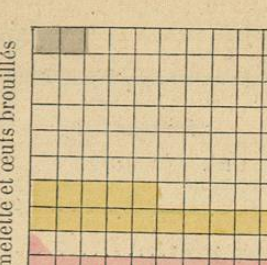
Blanc d'œuf



Jaune d'œuf



Omelette et œufs brouillés



MOLLUSQUES

DÉSIGNATION DE L'ALIMENT	ALBU-MINOÏDES	GRAISSE	CENDRES	EAU
Escargots.....	16.25	0.95	2.02	80.78
Huitres.....	14.01	1.51	2.50	82.50
Moules.....	11.72	2.42	2.73	83.13

MOLLUSQUES	DÉCHET %	CHAIR NETTE %
Escargots.....	34.65	65.35
Huitres.....	92.08	7.92
Moules.....	48.64	41.64 chair 9.72 eau

ŒUFS

Les œufs constituent un aliment des plus parfaits de par leur richesse en matières albuminoïdes et en graisse.

Ils entrent dans la composition de nombreuses préparations culinaires : crèmes, lait de poule, sans parler de celles où ils sont employés en nature. Rappelons seulement que l'œuf à peine cuit est d'une peptonisation facile et que dur il est d'une digestion lente :

DÉSIGNATION DE L'ALIMENT	ALBUMINOÏDES	GRAISSE	HYDRATES DE CARBONE	CENDRES	EAU
Œuf entier.....	13. »	11. »	»	1	75. »
Blanc d'œuf.....	18. »	0.5	»	1	86.5
Jaune d'œuf.....	16. »	32. »	»	1	51. »
Omelette.....	10.5	15. »	1.5	2	72. »
Omelette soufflée.....	2. »	10. »	25.5	»	52. »
Œufs brouillés.....	10.5	15. »	1.5	2	72. »

Composition %, des cendres du blanc et du jaune d'œuf.

	BLANC d'œuf	JAUNE d'œuf
Chlorure de sodium.....	9.16	»
Chlorure de potassium.....	41.29	»
Soude.....	23.04	5.12
Potasse.....	2.36	8.13
Acide phosphorique.....	4.83	69.53 (1)
Acide carbonique.....	1.60	»
Acide sulfurique.....	2.63	»
Acide silicique.....	0.49	0.55
Chaux.....	1.74	12.21
Magnésie.....	1.60	2.07
Sexquioxyde de fer.....	0.44	1.45
Fluor.....	traces	traces

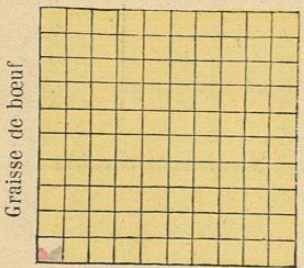
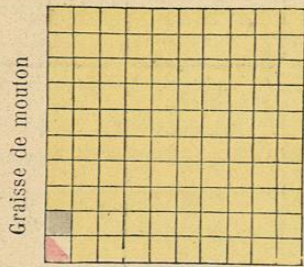
Digestibilité des œufs (Voit) (2).

QUANTITÉ NON ABSORBÉE 0/0	
Substance sèche.....	5.2
Azote.....	2.9
Graisse.....	5. »
Cendres.....	18.40

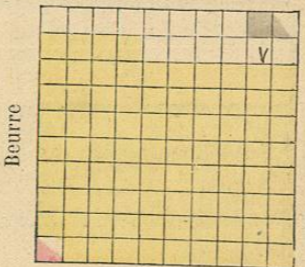
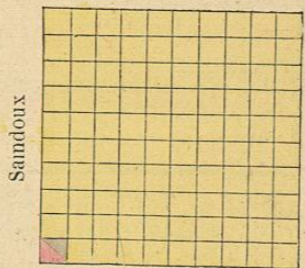
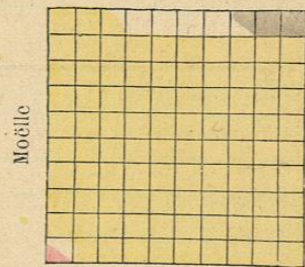
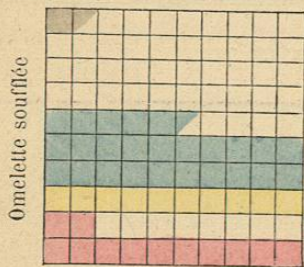
(1) Dont 5.72 à l'état de liberté et provenant de la calcination des dérivés organiques phosphorés.

(2) Voit. *Handbuch der Physiologie*, p. 460. Leipzig, 1881.

CORPS GRAS



ŒUFS



Richesse progressive % en matières albuminoïdes d'aliments tirés du règne animal

Graisse de bœuf.....	0.12	Côtelette de porc.....	14.04
Graisse de mouton.....	0.50	Langue.....	14.17
Beurre.....	0.50	Porc gras.....	14.50
Saindoux.....	0.50	Lait condensé.....	14.60
Bouillon.....	0.50	Poitrine de veau.....	14.95
Petit lait.....	0.80	Collet de veau.....	14.95
Beurre.....	0.80	Rognon de porc.....	14.95
Lait de femme.....	1.05	Morue fraîche.....	15. »
Lait d'ânesse.....	1.23	Bœuf gras.....	15. »
Lait de jument.....	1.94	Mouton gras.....	15. »
Crème douce.....	2.75	Longe.....	15.40
Koumys.....	3. »	Surlonge.....	15.99
Lait de vache.....	3.90	Saumon.....	16. »
Képhyr.....	4. »	Jaune d'œuf.....	16. »
Lait écrémé.....	4.02	Oie.....	16. »
Lait de chèvre.....	4.42	Boudin blanc.....	16. »
Jus de viande.....	4.82	Côtelette de veau.....	16.38
Soupe au lait.....	5. »	Filet de porc.....	16.38
Riz au lait.....	5.50	Grenouille.....	16.40
Tête de veau.....	6.03	Rognon de mouton.....	16.56
Neufchâtel frais.....	8. »	Langue de porc fumée..	16.70
Farine lactée.....	9.75	Chair à saucisse.....	16.70
Œufs brouillés.....	10.50	Mouton demi-gras.....	17. »
Omelette.....	10.50	Lait caillé.....	17. »
Gigot de mouton.....	10.92	Rognons.....	17.03
Côtelette de mouton.....	10.98	Brochet.....	17.50
Cervelle.....	11.18	Cervelas.....	17.50
Saucisse de Francfort...	11.50	Foie de veau.....	17.66
Lard.....	11.50	Hareng frais.....	18. »
Lait condensé avec sucre	11.79	Blanc d'œuf.....	18. »
Gervais.....	11.80	Cheval.....	18. »
Boudin noir.....	12. »	Saucisse fumée.....	18. »
Sole.....	12. »	Morceau du rognon de	
Omelette soufflée.....	12. »	veau.....	18.19
Epaule de mouton.....	12.28	Brie.....	18.38
Œuf.....	13. »	Plate-côte de porc.....	18.55
Anguille.....	13. »	Camembert.....	18.75
Neufchâtel fait.....	13.05	Epaule de veau.....	18.98
Queue de bœuf.....	13.97	Veau gras.....	19. »