

Υπό τη Ζωή των Αρσενικών Πάλι διατηρείται η εμορφιά



ΤΑ ΕΚΤΑΚΤΑ ΤΟΥ «ΜΠΟΥΚΕΤΟΥ»

Η ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΤΗΣ ΦΙΛΗΣ ΣΑΣ

ΤΑ ΤΟΠΙΚΑ ΜΑΣ ΦΑΓΗΤΑ

ΤΟΥ Κ. Ν. ΤΣΕΛΕΜΕΝΤΕ

«Έλαβα τās τελευταίας αυτās ημέρας τήν κατωτέρω έπιστολήν:

Κύριε Τσελεμεντέ.
Αυτές τις ημέρες παρασύρθηκα και έγω στο Κυρναβάλι της Πλάκας και δέν τō μετάνοιωσα, γιατί έφαγα και κάτι θαυμάσιους μεζέδες πρώτη φορά στη ζωή μου. Ζήτησα τις συνταγές από τόν ταβερνιάρη και σās της στέλνω προς δημοσίευση, άφοδ νομίζετε πώς έχουν τήν αξία τους τά τέτοια φαγητά. Άκούστε λοιπόν:

ΜΠΟΥΜΠΑΡΙ ΣΚΟΡΔΑΤΟ

Φροντίζουν πρώτα να έχουν ένα-δυο μπόλιες άρνισιες, χωρίς να είνε σχισμένες για να γίνη τō τυλίγμα, χωρίς να χαλάση τō φορμάρισμα.

Έτοιμάζουν ως μισή όκιά κιμά κομμένον 2-3 φορές για να είνε πολύ ψιλό. Τόν ζυμώνουν όπως για τούς κεφτέδες, βάζοντας μέσα λίγο κρεμμύδι ψιλό, λίγο σκόρδο, άνιθο και μαϊντανό άρκετό, 2-3 αυγά, 3-4 κουταλιές της σούπας, γαλέττα ψιλοκοπανισμένη και άρκετό άλατοπίπερο.

Βάζουνε τότε τις μπόλιες μέσα σε χλιαρό νερό για να μαλακώσουν λίγο και να τυλίγονται εύκολα, τις στραγγίζουμε, τις άπλώνουμε άπάνω στο κρεατσάνιδο και τις κόβουμε εις άνάλογα κομμάτια, όσο περίπου ένα μικρό μαντήλι γυναικειό. Σε κάθε ένα βάζουμε άνάλογο κιμά και τō τυλίγουμε κατόπιν να πάρη φόρμα και μεγέθος σχεδόν, όπως ένα σαλάμι από τά μικρά και κοντά. Τά άραδιάζουμε κατόπιν όλα μέσα σ' ένα πηγάι, και τούς ρίχνουμε έως μισό φλυτζάνι νερό — βούτυρο καθόλου — τά σκεπάζουμε με ένα ό,τι δήποτε καπάκι και τά βάζουμε στη φωτιά να σιγοψηθούν έως μισή ώρα, άλατοπιπερώνοντας αυτά από πάνω λίγο. Στο τέλος προτού τά θγάλουμε από τή φωτιά τούς στίβουμε και λίγο λεμόνι από πάνω. Τρώγονται δέ και έξοτά και κρύα, είνε άμβροσία... και θάλε!...

ΓΑΡΔΟΥΜΠΕΣ ΜΕ ΒΑΣΙΛΙΚΟ

Τώρα που τά άντεράκια τών άρνιων του γάλακτος είνε στην έποχή τους και πολύ τρυφερά, τō φαγητό αυτō γίνεται νοστιμώτατο.

Καθαρίζονται και πλέκονται τά άντεράκια, όπως συνήθως ή πλεξοϋδες. Τά βάζουν σε μιά παραβάνα ή ταβά ή και σε γιουβέτσι και τά περιχύνουν με τήν έξής σάλτσα:

Άνακατεύουν σε μιά τσανάκα άρκετό λάδι, άρκετή ντομάτα πουρέ, διαλυμένη με λίγο νερό, άλατοπίπερο μπόλικο, ένα-δυο λεμόνια ζουμί, μαϊντανό ψιλό, πολύ λίγη ρίγανη και άρκετό βασιλικό φρέσκο ή ξερό ψιλό ή τριμμένον. Περιχύνουν τή σάλτσα αυτή άπάνω στις πλεξοϋδες και τις σκεπάζουν με ένα βουτυρόχαρτο ή λαδόχαρτο για να μην τής άρπαξή στην άρχή ο φούρνος. Πρέπει να σιγοψηθούν δέ και να μείνουν με τō λάδι τους και λίγη πυκνή σάλτσα της ντομάτας.

ΑΛΛΗΛΟΓΡΑΦΙΑ: Καν Σταυρούλαν Μαρ Καλάμας.—Ευχαριστούμε διά τούς έπαινους σας. Άλλά θα προτιμούσαμε και μερικές συνταγές της πόλεως σας.
Ν. Τ.

ΑΡΡΑΒΩΝΕΣ

Σμαράγδα Στεφ. Λεοντίδου, θυγάτηρ του διακεκριμένου ιατρού και τμηματάρχου του Πανεπιστημίου εν τή Άστυκλινική. — Τάκης Παπασωτηρίου, άνωτερος υπάλληλος της Τηλεφωνικής Έταιρείας ήρραβωνίσθησαν. Τō «Μπουκέτο» τούς εύχεται έγκαρδίως ταχείαν τήν στέψιν και πάσαν ευτυχίαν.

ΕΚΘΕΣΕΙΣ

Ηνοιξεν εις τόν «Παρνασσόν» ή έκθεσις ζωγραφικής του έκλεκτου καλλιτέχνου κ. Δ. Μ. Κράτη. Η έκθεσις, ήτις συγκεντρώνει καθημερινώς έκλεκτόν κόσμον, θα είνε άνοικτή μέχρι της 7 Μαρτίου, 9-1 π. μ. και 4-8 μ.μ.

Λ. Σ. Πειραιωτοπούλα ν. — Τά προϊόντα που μεταχειρίζεσθε, είνε λαμπρά, και ή πούδρα και ή λοσιόν και ή κρέμα. Έάν τō δέρμα σας είνε πολύ λιπαρό, μην βάζετε κρέμα κάτω από τήν πούδρα, αλλά άλείφετε άπλώς τō πρόσωπό σας με λίγο λαίτ ν' άμάντ. Τō βράδυ να καθαρίζετε τō πρόσωπό σας με τή λοσιόν. Τō βάρος του σώματός σας είνε κατά δύο κιλά επί πλέον του κανονικού και φαίνεται πως αυτά τά δύο παραπανιστά κιλά έχουν μαζευτή στους γοφούς. Δέν αξίζει όμως τόν κόπο να κάνετε διαίτα. Θα τά χάσετε με τήν γυμναστική. Κάνετε ιδίως γυμνάσματα τάσεων και κάμψεως τών ποδών. Π. χ. ξαπλωμένη άνάσκελα σηκώνετε πότε τō δεξι πότε τō άριστερό πόδι, ώστε να σχηματίξη όρθή γωνία με τō σώμα. Γυρίζετε κατόπιν κυκλικώς πρώτα τō δεξι και κατόπιν τō άριστερό πόδι, πρώτα προς τά μέσα και ύστερα προς τά έξω. Σηκώνετε ύστερα και τά δυο πόδια μαζί τεντωμένα, ώσπου να άκουμπήσουν στο πάτωμα πάνω από τō κεφάλι. Κάμπτετε πότε τō δεξι και πότε τō άριστερό πόδι, ώστε τō γόνατο να άκουμπήση στο στήθος. Τά δυο πρώτα γυμνάσματα τά επαναλαμβάνετε και όρθή. Κάθε γύμνασμα πρέπει να γίνη δέκα φορές. Σε δύο μήνες ή μεταβολή θα είνε καταπληκτική. Πάντως δέν σās συνιστώ να καταργήσετε τόν κορσέ. Η σιλουέττα δείχνει πάντοτε καλύτερα με κορσέ και τά φορέματα πέφτουν ωραιότερα.

Χ. Χ. Χ. — Συνταγή για κραγιόν χειλέων είνε πολύ δύσκολο να σās δώσω και κανένας φαρμακοποιός δέν θα αναλάβη να σās τήν έκτελέση. Γιατί όμως νομίζετε πολυέξοδα τά έτοιμα κραγιόν; Ένα καλό κραγιόν χειλέων, όπως τō Φάμ ή τō Μισέλ, κοστίζει 85 δραχ. τō μεγάλο σωληνάριο και 40 τō μικρό, με ένα δέ μεγάλο σωληνάριο περνάτε ένα χρόνο. Όσο δέ για επιβλαβή, αν ύπάρχη ένα άθώο καλλυντικό, αυτō είνε άσφαλώς τō κραγιόν τών χειλέων.

Ντόλλυ Β. Θ., Θεσσαλονίκη. — Θυμάμαι πολύ καλά ότι σās άπήνησα, αλλά τō άπελπισμένο γράμμα σας μου δίνει άφορμή να σās άπαντήσω πάλι. Με τήν άλλοπρόσαλλο τακτική σας όχι μόνον δέν θ' άδυνατίσετε, αλλά στο τέλος θα καταστρέψετε τήν ύγείαν σας για όλη σας τή ζωή. Βεβαίως έχετε περίπου 8 κιλά επί πλέον βάρος, αλλά στην ήλικία σας δέν επιτρέπεται να τά χάσετε όλα μονομιās και μάλιστα με διαίτα.

Άν έχετε συνηθίσει να μην τρώτε τίποτα τō πρωί μπορείτε να τō εξακολουθήσετε, αν και δέν είνε ωφέλιμο να μένη στο στομάχι άδειο από τō βράδυ στις 9 έως τήν άλλη μέρα στη μία, δηλαδή 16 ώρες! Πίνετε τō πρωί μιά παχειά πορτοκαλάδα χωρίς ζάχαρι και έναν έλαφρό καφέ με μιά ή δυο φρυγανιές. Άποφεύγετε τά λιπαρά, τά άμυλώδη, τά γλυκά, τις σάλτσες. Τρώτε άφθονα φρούτα και χόρτα. Κάνετε μιά ώρα περίπατο καθημερινώς και μισή ώρα γυμναστική κάθε πρωί, αλλά πραγματικώς κάθε πρωί και πραγματικώς μισή ώρα. Άν τηρήσετε αυτō τō πρόγραμμα με άυστηρότητα και ταξί, τότε μόνον θ' άδυνατίσετε χωρίς βλάβη της ύγείας σας. Τά φρούδια σας να τά θουρτσίζετε κάθε μέρα μ' ένα μικρό θουρτσάκι που τō θρέχετε σε ύγρη μπριγιαντίνη. Να τō κάνετε δέ αυτō δυο-τρεις φορές τήν ημέρα και όποτε έχετε ευκαιρίαν.

Τρελλή Πεταλούδα. — Πολύ περιέργες ή έρωτήσεις σας. Άφου λέτε πως άγαπάτε ένα νέο, πως θέλετε να έχετε συγχρόνως «πολλούς έραστάς». Φαντάζομαι πως δέν έξηγεισθε καλά. Γιατί ποιά άξιοπρεπής νέα θέλει να έχη «πολλούς έραστάς»; Για να φαίνεσθε ψηλή να φοράτε φορέματα με ρίγες ίσιες ή με πιέτες ή με νερθύρ κάθεται. Τά μονοκόμματα φορέματα ψηλώνουν επίσης.

Σ. Π. Έλθασάν. — Αυτά που μου γράφετε δέν είνε της άρμοδιότητός μου. Άποταθήτε σε κανένα ιατρό. Υποθέτω μάλλον πως θα πρόκειται για άρθριτισμό όποτε θα χρειάζεσθε λουτροθεραπεία.

Η ΦΙΛΗ ΣΑΣ

Η Α. Μ. Η ΜΟΔΑ



Γάντια, τσάντα και φιόγκος από ύφασμα φανταζι μουσετέ, που ταιριάζουν άρμονικά με ταγιέρ από λαινάζ. Με τō ίδιο ταγιέρ πηγαίνει και τō καπελλάκι με τō πομπόν της εικόνας.