Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 21 (1991)

Heft: 4

Rubrik: Astrologie culinaire : bélier du 21 mars au 20 avril

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

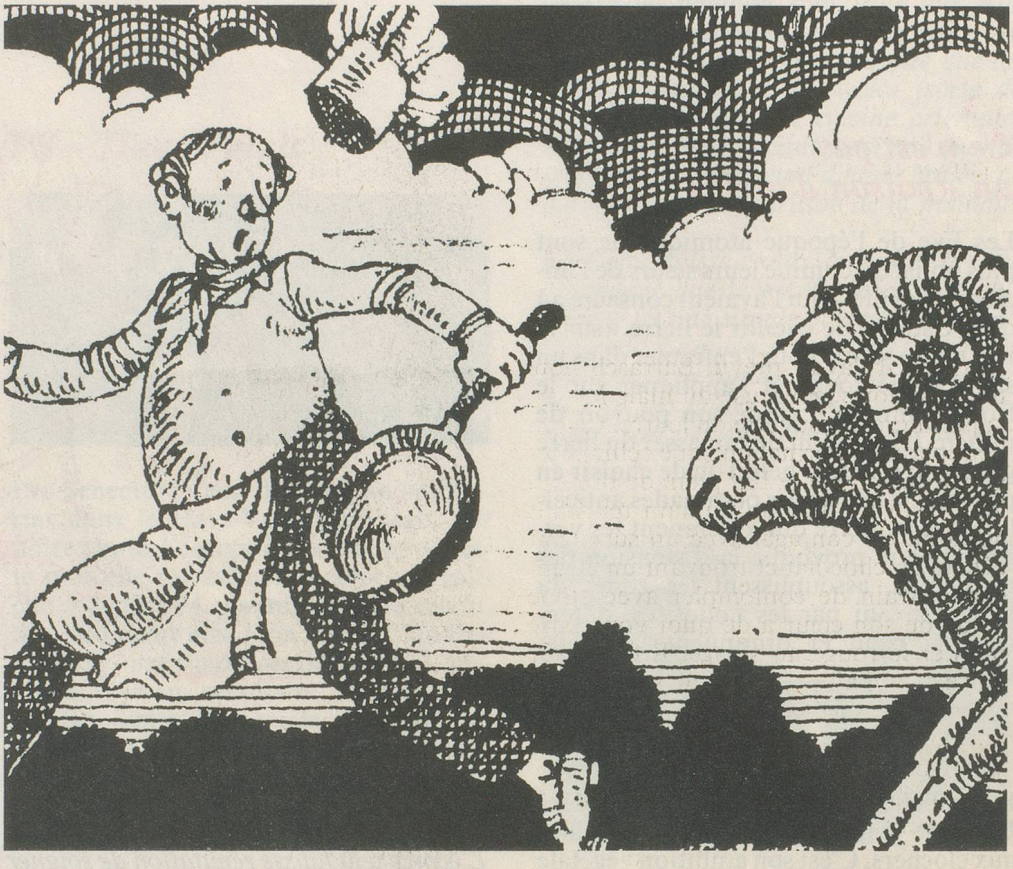
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

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

Astrologie culinaire

Bélier
du 21 mars au 20 avril



Le Bélier est régi par la planète Mars. Le jour de chance de ses natifs, c'est le mardi. Pour ce qui est des légumes, le Bélier aime surtout les asperges, les pois verts, les champignons, les oignons, l'ail et la ciboulette. Comme viande, il apprécie particulièrement l'agneau, le bœuf et la volaille. Le hareng est son poisson préféré. De manière générale, il affectionne les mets très épicés, que ce soit au curry, au gingembre, au poivre, au paprika ou à la moutarde. Enfin, il a un faible pour les fruits exotiques tels que le litschi et la noix de coco.

Le Bélier dominé par Mars est un être sans cesse occupé. Même pour ses repas, il semble qu'il ne trouve pas le temps nécessaire; il ne connaît donc guère «le plaisir de manger». Néanmoins, le Bélier est capable d'apprécier un bon repas. Précisons qu'il trouve «bon» tout ce qui est consistant et bien assaisonné. Ainsi il estime moins les raffinements de la grande cuisine qu'un steak au poivre ou une entrecôte bien saignants. Comme accompagnement, il se contente volontiers de pommes rissolées ou même de pain. Mais il avalera aussi avec plaisir un curry d'agneau ou du poulet au paprika. Inutile d'ajouter qu'il ne fait fi ni du vin ni du café.

L'inconvénient, c'est que ce sont là des plats et des boissons qui sont loin de calmer son tempérament colérique. Cela peut avoir des conséquences fâcheuses non seulement pour son entourage, mais aussi pour sa santé.

Ce n'est pas pour rien, en effet, que les personnes nées sous le signe du Bélier sont particulièrement sujettes aux affections rénales, à l'hypertension ainsi qu'aux accès de migraine.

Au lieu d'un plantureux plat de viande, on pourra donc servir à un convive Bélier des légumes secs, par exemple un plat de lentilles, ou bien des légumes frais: de la laitue avec un peu de lard ou des asperges avec une petite vinaigrette.

Somme toute, le Bélier est à la fois un invité reconnaissant et facile à contenter. Il serait même l'invité idéal s'il savait savourer en toute tranquillité les plats que nous lui mitonnons avec un zèle affectueux.

Côtelettes d'agneau à la sauce aux oignons

4 à 6 côtelettes d'agneau, selon leur grosseur
1 cs d'huile
sel, poivre du moulin

Sauce:
2 oignons moyens
1 cc de thym
sel, poivre du moulin
un peu de poivre de Cayenne
1½ dl de crème
1 cs de beurre

Eplucher les oignons, les couper en deux, puis en fines lamelles. Etuver 10 minutes dans le beurre chaud, sans laisser prendre couleur, donc à très petit feu. Ajouter le thym, saler, poivrer et couvrir de crème. Laisser épaissir à feu un peu plus vif, rectifier l'assaisonnement et garder au chaud.
Entre-temps, faire cuire les côtelettes salées et poivrées dans l'huile bien chaude, 5 à 8 minutes de chaque côté, selon leur épaisseur.
Dresser sur le plat de service et napper de la sauce onctueuse.
Servir avec des pommes de terre au romarin et un légume au choix.

Cuisinez avec «La cuisine pour deux», de Margrit Amstutz et Hansjörg Volkart, Editions Silva, Zurich.