

Le Canard épilé de l'Amicale Epatente des Joyeux-Jeunes Retraités

N° 20 – 1 Août 2010 – Saint Pierre-Julien Eymard ngày Quý Mùi tháng Quý Mùi năm Canh Dần (21 tháng Sáu Âm Lịch)

Le mot du Rédacteur

Chers Joyeux-Jeunes Canes, Canards et Canetons,
Pour ce second numéro estival, vous n'avez toujours rien à lire, mais tout à regarder et rigoler ... puisque ... c'est l'été
Et maintenant :

Bon retour pour les juilletistes et Bonnes vacances pour les aoûtistes !!!...

Joyeusement vôtre !

Golden_Mountain et Scribouillard

Dấu phẩy vô cùng quan trọng

Nhà cầm quyền Việt Nam viết : **Đảng lãnh đạo, nhà nước quản lý, nhân dân làm chủ đất nước.**

Dân đọc và viết : **Đảng lãnh đạo nhà nước, quản lý nhân dân, làm chủ đất nước.**

L'importance de la virgule

... et la suite au ... Coin Jeux de mots , page 27

Mon métro à Paris

Le va-et-vient de la cannette de bière,
Négligemment laissée sous un strapontin,

Donne aux voyageurs le mal de mer.

C'est pas banal en souterrain !

Pour ne plus avoir mal au coeur,

Jetez-là à la poubelle, ça sera le bonheur !

Mon métro à Paris

... et la suite au ... Coin des poèmes , page 15

Lisez et faites lire

le **Canard épilé**



Bien savoureux

Ge **Canard épilé**

✦ estival

Le Canard épilé de l'Amicale Epatente des Joyeux Jeunes Retraités

Bulletin d'Information et de Liaison de
l'Amicale Epatente des Joyeux-Jeunes Retraités
Directeur de la Publication : Golden_Mountain
Directeur de la Rédaction : Scribouillard
89 rue du Repos, 99666 Saint Antoine, France

C'est l'été !!! (1)



Het leven is als een mooie tuin - - - !



C'est l'été puisque c'est dans
Le Canard épilé



Ainsi
commence
l'été

L'été
arrive !!!



Het leven is als een mooie tuin - - - !



Ces fleurs sont bien jolies !

C'est l'été !!! (2)



Le Canard épilé

vous l'annonce :

C'est bien l'été



C'est l'été !!! (3)

L'eau ... fraîche ...







C'est l'été !!! (4)

... suggestions de destinations

pour *Vacances d'été*...





Ainsi
commence
l'été



C'est ...
l'été et ...

... où avez-vous
été cet été ?
(voir aussi page 52)

C'est l'été !!! (5)

Festival trái cây Việt Nam



**Chợ trái cây Bến Thành -
Giải 1 (Lê hữu Dũng - Saigon) (voir page 53)**



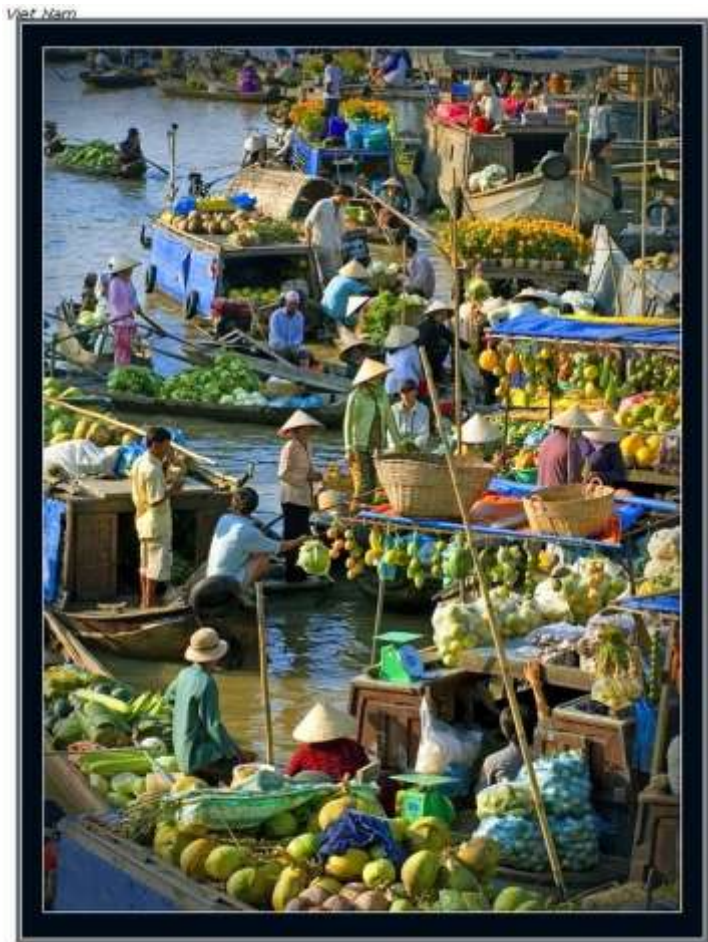
**Mùa thu hoạch - Giải 2 (Tăng phi Tuấn -
Bến Tre)**



**Mùa bội thu -
Giải 2 (Quảng ngọc Minh - An Giang)**



**Bưởi da xanh ruột hồng -
Giải 3 (Thanh Vũ - Bến Tre)**



Chợ nổi ngày giáp Tết –

Giải 3 (Nguyễn bách Thảo - Vĩnh Long)



Hồn nhiên –

Giải khuyến khích (Phạm quốc Hưng -
Đông Tháp)



Được mùa -

Giải khuyến khích (Ngô Trung - Trà Vinh)



Thu hoạch -

Giải 3 (Lê xuân Cường - Daklak)

*C'est l'été
et c'est fruiteux ...
puisque c'est dans
Le Canard épilé*



Viet Nam



Vào vụ -

Giải khuyến khích (Ngô viết Ngọc - Tiền Giang)

Viet Nam



Ra chợ -

Giải khuyến khích (Trần thế Phong - Saigon)

Viet Nam



Em mời Anh -

Giải khuyến khích (Vinh Hiển - Vĩnh Long)

Images du (futur) verger
de notre **chère Loto_Winner**

Des coincoins pour vous ...

Big hips 'impair' women's memory, a study finds

14 July 2010 Last updated at 15:02 GMT

A woman's body shape may influence how good her memory is, according to US researchers.

Although carrying excess weight anywhere appears to impair older women's brains, carrying it on the hips may make matters worse, they say.

The Northwestern Medicine team found "apple-shaped" women fared better than "pears" on cognitive tests.

But depositing fat around the waist increases the risk of cancer, diabetes and heart disease, experts warn.

They said the findings, in the Journal of the American Geriatrics Society, highlighted the importance of maintaining a healthy weight for both body and mind.

Some of the health risks associated with obesity, such as vascular disease and inflammation, may explain why people who are overweight appear to be at higher risk of dementia. However, the latest study suggests a bit of extra fat around the waist may actually protect brain functioning.



The researchers believe belly fat makes more of the female hormone oestrogen that naturally dips after the menopause.

Oestrogen is thought to help protect the brain from cognitive decline.

The study involved 8,745 post-menopausal women aged 65 to 79.

These women were asked to complete a memory test that doctors use to judge brain function. They were also weighed and measured, then scored on an obesity scale known as **Body Mass Index** or BMI. Over two-thirds of the women were overweight or obese.

The researchers found that for every one point increase in a woman's BMI, her memory score dropped by one point.

And pear-shaped women - those with smaller waists but bigger hips - scored particularly poorly.

The researchers say this is likely to be related to the type of fat deposited around the hips versus the waist.

Scientists already know different kinds of fat release different hormones and have varying effects on insulin resistance, lipids and blood pressure.

Lead researcher Dr Diana Kerwin said: "We need to find out if one kind of fat is more detrimental than the other, and how it affects brain function."

"The fat may contribute to the formation of plaques associated with Alzheimer's disease or a restricted blood flow to the brain."

Rebecca Wood, chief executive of the Alzheimer's Research Trust, said: "The pear-shape is incredibly common, and while this study doesn't explain fully the link between body shape and brain function, it surely makes the case for watching the scales."

"There is little we can do about our natural body shape, but a lot we can do about our weight."

"With so much evidence of the dangers of obesity, we could all do well to consider sensible lifestyle changes to keep our weight in check."



Rare mushroom blamed for mystery deaths in China

14 July 2010 Last updated at 10:51 GMT

A tiny mushroom, little known to scientists, is behind some 400 sudden deaths in China, experts say.



For 30 years, during the rainy season, scores of villagers in Yunnan province have died suddenly of cardiac arrest.

Following a five-year investigation, researchers from the Chinese Centre for Disease Control and Prevention (CDC) in Beijing say they have the culprit.

The mushroom, known as Little White, belongs to the *Trogia* genus and has three toxic amino acids, experts say.

Researchers found that the deaths, known as Yunnan Sudden Death Syndrome, occurred almost always during the rainy season (from June to August), and at an altitude of 1800-2400m (5900-7900ft).

"We heard amazing stories about how people would drop dead in the middle of a conversation," Zhang Shu, a cardiologist who took part in the CDC study, told *Science* magazine.

"About two-thirds of victims, in the hours before death experienced symptoms such as heart palpitations, nausea, dizziness, seizures and fatigue," he said.

The investigation was initially hampered by language barriers, and the remote locations of the Yunnan villages.

However, in 2008, the scientists noted that the Little White mushroom was often found in the homes where people had died.

Yunnan province is well-known for its wild mushrooms, many of which are exported at high prices.

Families, who make their living by collecting and selling the fungi, eat the Little White as it has no commercial value - it is too small and turns brown shortly after being picked.

A campaign to warn people against eating the tiny mushrooms has dramatically reduced the number of deaths. There have been no reported deaths so far this year.

However, the scientists are carrying out further tests to find out why the mushroom is so lethal, as testing found the

mushroom contained toxins, though not enough to be deadly.

"What's happening in Yunnan isn't expected from any other mushroom toxin," said Robert Fontaine, a US epidemiologist who took part in the investigation. "What we have here is a toxin that is picking off vulnerable people," he told *Science*. He suggested that the toxins could be acting together with high concentrations of barium, a heavy metal, in the local water supply.

Installé au pied de l'escalator, il photographiait les petites culottes des passantes

Mis en ligne le 30/06/2010 à 22h16

Un Liégeois de 66 ans a été surpris en flagrant délit, mercredi en fin d'après-midi, alors qu'il photographiait des jeunes femmes, dans la galerie Saint-Lambert, au centre de Liège.

En réalité, l'homme s'était installé au pied de l'escalator et photographiait les dessous des femmes. Surpris par le manège du sexagénaire, le vigile a fait appel à la police qui a interpellé l'individu.

Son appareil a été saisi, ce qui a permis la découverte de 160 photos... de petites culottes des clientes de la galerie.

Lors d'une perquisition à son domicile, la police a également saisi un ordinateur sur lequel elle a trouvé une série impressionnante de photos de petites culottes. L'ordinateur a été saisi pour un examen plus approfondi. L'homme, qui n'est pas connu de la justice, a été laissé en liberté. Il fera cependant l'objet de poursuites judiciaires.



Le coin des poèmes

Tình gái Nam

Ý chềng ui
 Hồng được đầu
 Cái mặt ngầu
 Tui ớn lạnh
 Ngồi bên cạnh
 Rục rịch hoài
 Lỡ gặp ai
 Kỳ quá hà
 Thôi dzô trông
 Cho thỏa lòng
 Đồ quý sứ
 Để từ từ
 Nè cha nội

Tình gái Trung

Dị kể chí
 Răng làm rứa
 Người chí mô
 Nhột thấy mờ
 Anh bên nó
 Tui bên nì
 Răng có gì
 Ưa lán đất
 Đừ ng lặt đật
 Mạ ra chừ
 Mang tiếng hư
 Nói nhỏ nì
 Tớ nay hì

Tình gái Bắc

Em chả đâu
 Ngượng lắm đấy
 Ại lại thế
 Cứ như ranh
 Tí tẹo thôi
 Nhớ đấy nhé
 Mặt dày tợn
 Chỉ nghịch ngợm
 Không ai bằng
 Cứ hung hăng
 Như ăn cướp
 Thôi cũng được
 Phải giao trước
 Cắm chạy làng
 Hễ lang bang
 Em xèo trước

Danh từ ...VỢ là gì ?

Khí còn là người yêu vợ là Thiên Thần
 Còn em gái của vợ là... Thiên Nga
 Những lá thư của vợ là Thiên Thư
 Con đường xưa vợ đi là Thiên Đường
 Dáng vợ lướt như là... Thiên Bộ
 Mùi thơm của vợ là Thiên Hương
 Tướng đi của vợ là Thiên Tướng
 Vợ có tài tề gia nội trợ là Thiên Thánh
 Vợ trang điểm là Thiên Trang
 Phòng ngủ của vợ là Thiên Cung
 Nhà của vợ là Thiên Đình
 Thành phố vợ ở là Thiên Đô
 Chữ nghĩa của vợ là Thiên Văn
 Suy nghĩ của vợ là Thiên Kiến
 Lý lẽ của vợ là Thiên Lý
 Ý vợ muốn là... Thiên Thạch
 Vợ quyết mọi việc, gọi là Thiên Định
 Lời vợ dặn là Thiên Lệnh
 Vợ gọi thì chồng phải... Thiên Bầm
 Con của vợ là Thiên Tử
 Ba mẹ anh chị em họ hàng bên vợ là
 Thiên Triều

Vợ quen chân đi chơi rông dài là Thiên Di
 Vợ ngồi lê đôi mách, nói chuyện tào lao
 là Thiên Tào
 Vợ nói con thịnh nộ là Thiên Lôi
 Tài mua sắm của vợ là Thiên Phú
 Vợ chỉ biết mình là Thiên Vị
 Có bô nhi mà vợ biết được là Thiên Tai
 Bị vợ đo hạ ván là Thiên Hạ
 Có hai vợ là... Nhị Thiên Đường
 Tiền lương, tiền túi, tiền cà phê cà pháo
 đều bị vợ tóm gọn là Thiên Thu
 (Nếu hình bóng vợ nay đã đi vào dĩ vãng là
 Thiên Cổ)*

Em ứ lầy chồng !!!

Em chẳng lầy chồng luật sư đâu,
 Pháp luật luôn luôn ở trong đầu,
 Đêm về hai đứa đang yên giấc,
 Giật mình anh hỏi giầy tở đâu!

Em chẳng lầy chồng phí công đâu,
 Máy bay lượn lượn ở trên đầu,
 Đêm về hai đứa đang yên giấc,

Giật mình anh hỏi toạ độ đâu!

*Em chẳng lấy chồng quân đội đâu,
Mũ sắt luôn luôn đội trên đầu,
Đêm về hai đứa đang yên giấc,
Giật mình anh hỏi bắn vào đâu!*

*Em ừ lấy chồng bác sĩ đâu,
Bệnh học luôn luôn ở trong đầu
Đêm về 2 đứa đang yên giấc,
Giật mình anh hỏi "chích" vào đâu?*

*Em ừ lấy chồng IT đâu,
Máy tính luôn luôn ở trong đầu,
Đêm về hai đứa đang yên giấc,
Giật mình anh hỏi: Ô MÈM đâu !!!!*

Chồng than Vợ thờ

Chồng than:

*Chiều chiều bìm bịp kêu chiều
Lấy vợ thì cũng lấy liều mà thôi
Ban ngày làm việc tả tơi
Ban đêm hầu vợ, phận tôi đêm trường
Nằm chung thì bảo.....chật giường
Nằm riêng lại bảo.....tờ vương con nào
Lãng mạn thì bảo.....tào lao
Đứng đắn lại bảo.....người sao hững hờ
Khù khờ thì bảo.....giai tờ
Khôn lanh thì bảo.....hái mơ bao lần
Cả đời cứ mãi phân vân
Tờ lòng con gái biết mần sao đây.*

Vợ thờ:

*Chiều chiều tiếng vịt kêu chiều
Lấy chồng chi để trắm điều đắng cay
Ban ngày nằm ngủ bảo.....phơi
Ban đêm nằm ngủ:....."Mình ơi, trả bài"
Thẳng băng thì bảo.....sân bay
Lớn quá thì phán:....."Mặt này, chúa dâm"
Gầy thì chồng bảo.....cây tằm
"Phì nhiêu" thì ổng làm bầm:....."Cái lu"
Nhiều con bảo:....."Đẻ như gà"
Không con thì bảo:....."Tại bà không chăm
Đêm nằm khấn nguyện lăm rằm
Kiếp sau làm kiếp con tằm sướng hơn*

Nhớ Anh

*Nhớ Anh , nhớ lắm anh ơi
Em ra ngoài chợ để với cơn buồn*





*Gặp hàng bánh đúc xôi luôn
Sơ sơ hai đĩa cơn buồn dịu đi
Nhớ Anh , em thấy bánh mì
Sụt sùi em gặm hết đi ổ dài
Nhớ Anh ,em đến hàng khoai
Củ này ăn nhớ thân trai xa nhà
Củ này ăn nhớ đôi ta
Củ này đánh dấu ngày mà mới quen
Nhớ Anh , ghé gánh ốc lêng
Em ngồi lê ốc , ý chèo đật ôi !
Nhớ Anh , ăn hết nửa nồi
Thêm ly nước mía để trôi nổi sầu
Nhớ Anh , nhắm nháp phao câu
Của con gà luộc vừa rầu vừa nhai
Nhớ Anh , đến quán La Cai
Ăn tô mì lớn cho phai cơn buồn
Nhớ Anh , nổi nhớ tràn tuôn
Lệ rơi , tay bóc nửa buồng chuối tiêu
Nhớ Anh em chẳng ăn nhiều
Sầu riêng em ném , mắt tiêu nửa phần
Nhân thì chỉ có hai cân
Thùng Xoài có lẽ hết gần nửa thôi
Nhớ Anh ăn uống không trôi
Hàng nào cũng chẳng có ngồi được lâu
Càng ăn , càng nhớ ,càng sầu
Càng nhai , càng nuốt , càng rầu , càng ăn*



Le coin Horoscope

Horoscope ...

...Verniscope

	<p>Bélier</p> <p>Dynamique et aventurière, rien ne vous fait peur (casse-cou, attention tout de même, ménagez-vous). Adepte du rouge et des couleurs de feu, les pigments piment du vernis « Hot & Spicy » d'O.P.I sont faits pour vous. Inutile de piaffer : grâce au pinceau ProWide et ses poils coupés nets et droits, l'application se fera en un claquement de doigts.</p>		<p>Cancer</p> <p>Rêveuse, vous vous laisserez facilement transporter dans l'univers féerique de Paul & Joe Beauté avec son vernis bleu « Oasis ». Et si un billet pour le pays des Mille et Une Nuits vous attendait en rentrant ce soir ?</p>
	<p>Taureau</p> <p>Votre couleur, sans nul doute, c'est le vert. De nature fonceuse, vous ne perdez pas de temps inutilement. Votre allié de l'été : le vernis vert émeraude « Green With Envy » 60 Seconds de Rimmel. Soixante secondes, c'est justement son temps de séchage, de quoi calmer l'impatiente que vous êtes.</p>		<p>Lion</p> <p>Tout comme votre ami/ennemi Bélier, vous voyez rouge très facilement... Ne sortez pas les griffes tout de suite, ou alors peignez-les du vernis « Volcanic Orange » de Mavala. Attention à ne pas faire trop d'étincelles en pleine savane !</p>
	<p>Gémeaux</p> <p>Vert ou argent ? Argent ou vert ? Faut-il préciser que vous êtes de nature indécise ? On vous facilite la tâche avec le vernis Laque Évidemment vert métallisé de Rouge Baiser. Et hop ! un choix cornélien de moins. Il ne vous restera plus qu'à décider quoi ou qui emmener dans votre valise...</p>		<p>Vierge</p> <p>De nature discrète, l'été est pour vous l'occasion de vous lâcher. Fini la sobriété, vous oserez le vernis ColorPlay n° 75 de Debby, d'un jaune flashy et acidulé... Ce sera pour vous la saison de toutes les folies !</p>

	<p>Balance</p> <p>Amoureuse de la vie facile et de votre confort, vous êtes constamment à la recherche de petites astuces pour rester élégante sans vous compliquer l'existence. Il existe une solution : les Nail Patch Fluo Mains et Pieds de Sephora, à coller sur vos ongles, qui vous offriront une manucure parfaite, même en teinte bleu Schtroumpf.</p>
	<p>Scorpion</p> <p>Naturellement sensuelle et fascinante, vous disposez d'un charme hypnotique. Le corail, mystérieux et précieux, du vernis « Orange Sanguine » de Peggy Sage vous ira comme un gant. Un vrai poisson dans l'eau, votre élément de prédilection.</p>
	<p>Sagittaire</p> <p>Globe-trotteuse dans l'âme, vous êtes constamment à la recherche d'exotisme. Comme une invitation à un énième voyage : le vernis « MQC Miquelon » d'Uslu Airlines, marque dont tous les vernis sont baptisés d'un nom d'aéroport. Un voyage se profile à l'horizon...</p>

	<p>Capricorne</p> <p>Votre pierre ? Le jade. Logique alors que vous craquiez sur le vert. Malgré votre prédilection pour le classicisme, Le Vernis « Nouvelle Vague » de Chanel est le compromis parfait entre votre sagesse naturelle et votre envie d'assouvir une petite folie fashion de temps en temps.</p>
	<p>Verseau</p> <p>Avant-gardiste, originale, votre style passe rarement inaperçu. Sans demi-mesure, votre personnalité est électrique. Pas de doute, le vernis Nail Voltage turquoise « Copacabana » d'Arcancil est fait pour vous. Coup de foudre en vue...</p>
	<p>Poissons</p> <p>Arrêtez de buller et mettez vos rêves entre parenthèses. Si vraiment vous continuez de fantasmer sur un bijou en améthyste, votre pierre fétiche, optez pour le vernis « Ultra Violet » 40 Secondes ! d'Agnès b. C'est le moment de faire le grand plongeon dans la vague pop.</p>

C'est vrai puisque c'est dans
Le Canard épilé

Le coin du rire



Một ông chồng đến tiệm đặt bánh mừng sinh nhật vợ. Ông nghĩ ra 1 câu để viết lên bánh

"Em không già đi mà còn trẻ lại" .

Ông nói với người làm bánh :

- Tôi đặt chiếc bánh có viết dòng chữ để mừng sinh nhật vợ đấy nhé.

- Trình bày thế nào ạ ? Thằng bé con chủ tiệm hỏi (vì chủ tiệm đi vắng)

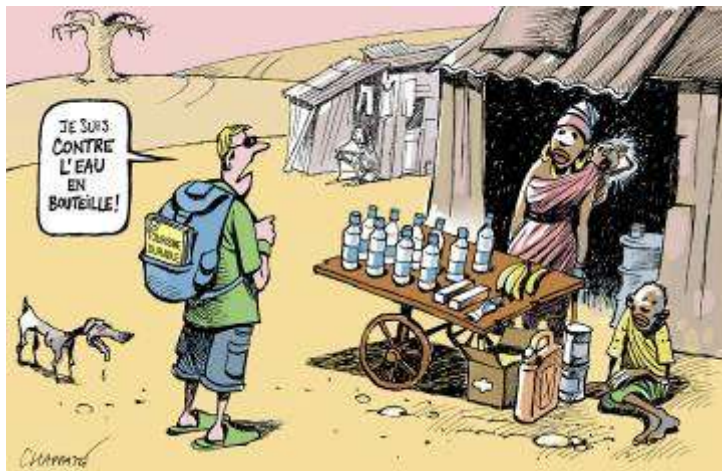
- Viết thế này: EM KHÔNG GIÀ ĐI, phía trên, MÀ EM CÒN TRẺ LẠI, phía dưới.

Thằng bé lấy bút ghi chép cẩn thận rồi nói :

- Chiều ông ghé lại lấy, con sẽ làm thật đẹp và cẩn thận cho ông.

Buổi tối, khi khách khứa đã ngồi vào bàn đầy đủ, người chồng mang bánh đặt giữa bàn, trịnh trọng mở hộp bánh ra và tất cả mọi người đều nhìn thấy dòng chữ

**"EM KHÔNG GIÀ ĐI PHÍA TRÊN,
MÀ EM CÒN TRẺ LẠI PHÍA DƯỚI"**



Une femme commence une partie de golf. Elle frappe sa balle et voit celle-ci heurter un homme qui fait son parcours non loin devant elle.

Elle le voit mettre immédiatement ses mains serrées entre ses deux jambes et tomber au sol. Immédiatement, elle s'empresse d'aller le voir. Il est tordu de douleur au sol dans la position foetale.

Elle lui demande pardon et lui explique ensuite qu'elle est physiothérapeute et qu'elle peut diminuer sa douleur s'il la

Le Canard épilé de l'Amicale Epatente des Joyeux-Jeunes Retraités

laisse faire.

- Oooh... nnoon, dit-il. Ce n'est pas nécessaire, ça va aller, dit-il avec le souffle court.

Mais elle insiste et finalement il se laisse faire. Gement, elle enlève ses mains d'entre ses jambes, ouvre son pantalon et place ses mains à l'intérieur en le massant... délicatement...

Après quelques minutes, elle lui demande :

- Alors ? ... Comment vous sentez-vous ?

- Ca fait du bien, ... mais j'ai toujours mal au pouce.....



Un jour 3 hommes partent en excursion, lorsque soudainement, ils arrivent à une énorme rivière déchaînée. Il fallait absolument qu'ils se rendent de l'autre côté, mais n'avaient aucune idée de comment la traverser.

Un des hommes pria Dieu en disant : S'il te plait mon Dieu, donne moi la force de traverser la rivière. Pouf ! Dieu lui donna de gros bras et des jambes très puissantes, et il fut capable de traverser la rivière à la nage en 2 heures, mais faillit se noyer à 2 reprises.

Voyant cela le deuxième homme pria lui aussi Dieu : S'il te plait mon Dieu donne-moi la force ... et les outils, pour traverser la rivière. Pouf ! Dieu lui donna une chaloupe et des avirons, et il put traverser la rivière en 1 heure, mais faillit chavirer à 2 reprises.

Le troisième homme fort de l'expérience de ses 2 compagnons, décide lui aussi de prier Dieu : S'il te plait mon Dieu, donne moi la force, les outils et l'intelligence pour traverser la rivière. Et Pouf ! Dieu le changea en femme. Elle vérifia la carte, marcha environ 200 mètres et traversa le pont.

Nuôi Chông

Nhà sắp có khách, bà vợ tay chống nạnh hất hàm hỏi ông chồng:

- Bộ ông định mặc quần xà lòn để tiếp khách hay sao vậy?

Ông chồng hậm hực trả lời:

Amicale Epatente des ...

- Phải, tôi muốn mọi người đều biết bà đã nuôi tôi như thế nào!

Bà vợ không phải tay vừa đáp ngay:

- Được, nếu vậy ông hãy cởi luôn cái quần xà lỏn ra đi, để cho họ thấy ông có đáng để nuôi không?

E-MAIL FROM AN ARAB STUDENT TO HIS DAD

Dear Dad

Berlin is wonderful, people are nice and I really like it here, but Dad, I am a bit ashamed to arrive at my college with my pure-gold Ferrari 599GTB when all my teachers and many fellow students travel by train.

Your son, Nasser



My dear loving son,
Twenty million US Dollar has just been transferred to your account. Please stop embarrassing us. Go and get yourself a train too.

Love,

Dad

Người Vợ Tuyệt Vời

Hai người bạn nói chuyện với nhau:

Le Canard épilé de l'Amicale Epatente des Joyeux-Jeunes Retraités

... Joyeux-Jeunes Retraités

- Có lẽ mình phải xin ly dị.

- Sao vậy?

- Vợ mình nửa năm nay không thèm nói với mình một câu nào.

- Cậu điên à! Biết tìm đâu ra một người vợ tuyệt vời như vậy?

Tiếng Thở Dài

Quan tòa hỏi một nhân chứng nữ:

-Có chồng hay chưa?

Bà này thở dài.

Tòa nói với thư ký:

-Ghi đi: chưa chồng.

Một lát sau quan tòa hỏi nhân chứng nam:

- Đã có vợ chưa?

Người này cũng thở dài.

Tòa nói:

-Ghi đi: đã có vợ.



Auriez-vous peut être 2 Euros pour moi afin que je mange ?
Si je te donne 10.- Euros, tu achètes de la bière à la place de manger ?

Non, j'ai arrêté de boire.

Tu vas plutôt voir du foot au lieu de t'acheter à manger ?

Non, je ne perds plus mon temps avec le football.

Tu vas plutôt faire un tour en moto pour cet argent ?

Je ne conduis plus de moto depuis 18 ans.

Avec cet argent tu iras vite te payer une nana ?

Non je ne veux pas attraper le sida !

Je ne te donne pas d'argent mais je t'invite à la maison pour un grand repas en présence de ma femme.

Amicale Epatente des ...

Mais votre femme ne sera pas contente de votre choix !
Je suis sale et je ne sens pas très bon !

C'est très important que ma femme voit comment devient un homme qui a arrêté : la bière, le football, la moto et le sexe !

BỆNH TÌNH

Chăm sóc chồng ốm nặng, cô vợ sụt sùi hỏi:

- Anh thấy trong người thế nào?

Chồng thều thào:

- Máy hôm nay em bớt nói, thần kinh anh đã ổn định dần, đỡ bị co giật.

Bia Ôm

Hai vợ chồng già ngồi nói chuyện:

- Lúc nãy ngồi xe ôm, ôm cái thẳng lái xe, bà có thấy thích không?

- Thích thú quái gì, chẳng qua để an toàn thì phải ôm vậy thôi!

- Đó bà thấy chưa? Bà cứ nói bia ôm này nọ, nhưng nó cũng như xe ôm thôi. Vào quán uống bia nhiều phải say, say thì phải ôm một cái gì đó cho khỏi ngã! Hoàn cảnh nó buộc phải vậy chứ thích thú cái gì!



FAUT RESTER ZEN

Un homme comparait devant le juge parce qu'il a tué sa femme.

Le Juge : « C'est un grave délit ; si vous pouvez apporter des circonstances atténuantes, la peine sera allégée ».

L'homme : « Elle était bête ; je devais tout simplement la tuer ».

Le Juge : « Ceci n'est pas une déclaration atténuante ; si vous ne voulez pas rester toute votre vie derrière les barreaux, vous devrez trouver un autre système de défense ».

Sur quoi l'homme déclare : « On habitait dans un appartement. Au 12^{me} vivait une famille avec 2 enfants. C'était pénible, le fils de 12 ans n'avait que 90 cm et la fille de 19 ans que 85 cm ».

Un jour, je dis à ma femme : « C'est quand même triste les

... Joyeux-Jeunes Retraités

enfants de ces gens ».

« Oui, répond-elle, ce sont des Pyrénées. »

Je lui dis : « Tu veux dire des Pygmés ».

« Non, me dit-elle, Pygmés, c'est ce que tu as sous la peau et qui fait les taches de rousseur. »

Je dis : « Ça ce sont des pigments ».

« Non, dit-elle, pigment, c'est une formation rocheuse qui forme un fronton. »

Je réponds : « C'est le pédiment, ça ».

« Non, répond-elle, le pédiment est l'homme qui demande l'aumône dans la rue. »

« Vous comprenez, Monsieur le Juge, que je n'avais plus envie de lui répondre qu'il s'agissait d'un mendiant. Je m'assis donc dans le fauteuil pour lire mon journal. »

Soudain, ma femme vient en me disant "regarde comment j'ai traduit la phrase de ce livre" et elle me montre le livre ouvert sur la table : "Het zonedak van de handtas was de lerares van pooier 15".

« Mais chérie, lui dis-je, on ne traduit pas ça en "La Marquise de Pompadour est la Maîtresse de Louis XV". Cela signifie ne signifie pas "De Marquise van Pompadoer was de maîtresse van Louis de 15".

« Si, me réplique ma femme, tu dois traduire cela littéralement : La Marquise -> het zonedak, Pompadour - de handtas, la maîtresse -> de lerares, Louis XV -> de pooier. Tu penses si je le sais, moi, j'a eu des cours de Néerlandais, en particulier avec un recteur ».

« Tu veux dire un lecteur. »

« Non, continue-t-elle, Lecteur est un héros romain. »

Je dis : « C'est Hector et il était Troyen ».

« Non, me dit-elle, hector est une mesure agraire. »

« Mais non, ça c'est hectare. »

« Non, poursuit-elle, Hectar est une boisson divine. »

« Tu veux sans doute dire le nectar ? »

« Non, le nectar est une rivière au sud de l'Allemagne. »

« Ça, c'est la Neckar. »

"Ah oui! Je connais cette chanson : Sur les rives de la Neckar, sous la pleine lune argentée. Je l'ai chantée une fois avec une amie en duet ».

« En duo, je présume. »

« Non, un duo, c'est quand deux hommes se battent au sabre. »

Je lui réponds que ça, c'est un duel !

« Mais non, dit-elle, un duel, c'est un long couloir noir dans la montagne, d'où sort un train. »

« Monsieur le Juge, à ce moment-là, j'ai pris le marteau et je lui ai fracassé le crâne. »

Ils se taisent...

Puis le Juge : « Acquitté ! Je l'aurais déjà massacrée à Hector... »

La position dite "du rodéo"

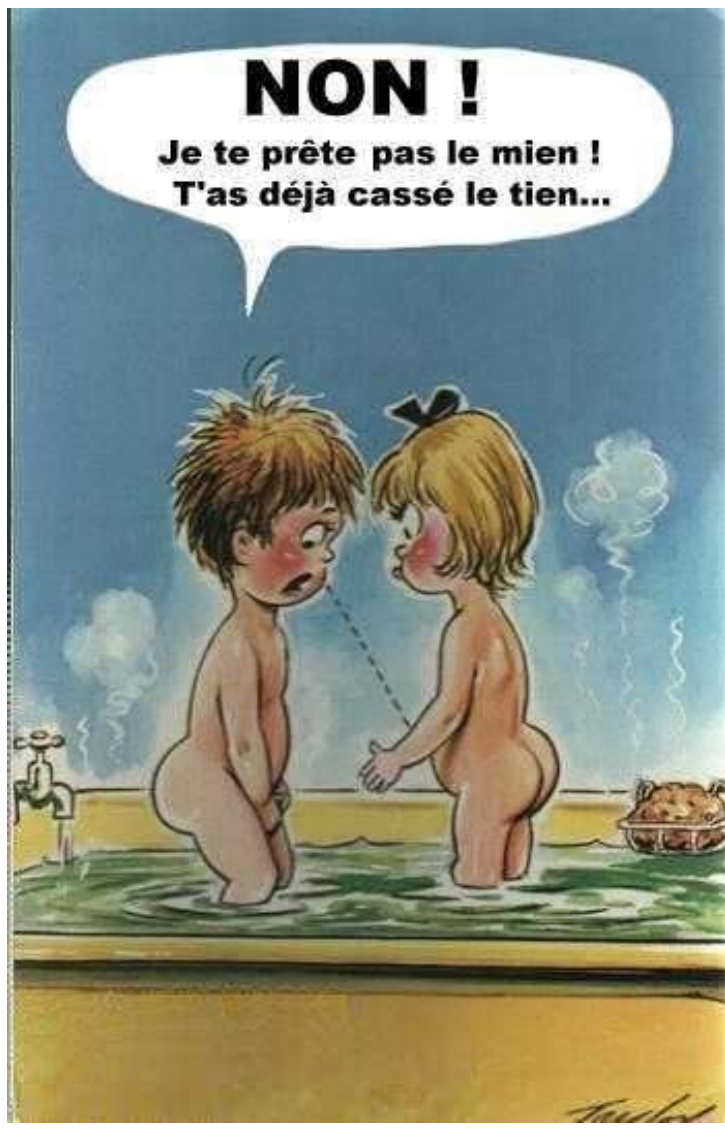
Dans le lit, une nouvelle position à essayer !!! Elle s'appelle la position "dite du rodéo"

1 ° / Retournez madame sur le ventre

2 ° / Pénétrez-la délicatement

3 ° / Prenez ses seins des deux mains

4 ° / Et dites à haute voix : "On dirait vraiment ceux de ma collègue de travail!"



Ça se passe au Bled!-(!-(!-(



Tam quốc chí thời @

Tào Tháo, Lưu Bị và Tôn Quyền họp Hội nghị G3.
Vua nhà Hán chủ trì.

Vua Hán cho các cung nữ cởi trần, bôi nhọ nôi vào vú,
bắt múa đả tướng.

Cuối cùng, chọn 3 cô đẹp nhất cho ngồi cạnh 3 vị Tào,
Lưu, Tôn.

Bống đèn đuốc tắt hết. Hồi lâu đèn nền mới sáng lên.
Thì thấy tay Tôn Quyền nhọ đen nhèm,

Mũi Lưu Bị cũng bị đen.

Vua Hán nghĩ bụng:

Tôn Quyền khua khuẩng cả cung nữ của ta, thế nào nó
cũng lấy đất Ngô,

Lưu Bị gửi cả cung nữ của ta, thế nào nó cũng lấy
Ba Thục,

chỉ có Tào Tháo là trung thành với ta.

Vua Hán bèn khen Tào trung nghĩa.





Le coin « Jeux de mots »



Le « PARLER CREUX » Sans Peine

Si vous ne savez plus quoi dire ou écrire, essayez donc de placer n'importe laquelle de ces phrases.

En réunion, en séminaire, ou dans un rapport à votre hiérarchie... effet garanti !

Le principe : chaque mot d'une colonne peut être impunément combiné avec n'importe quel mot des autres colonnes !

Et les possibilités sont innombrables...

L'excellence	renforce	les facteurs	institutionnels	de la performance
L'intervention	mobilise	les processus	organisationnels	du dispositif
L'objectif	révèle	les paramètres	qualitatifs	de l'entreprise
Le diagnostic	stimule	les changements	analytiques	du groupe
L'expérimentation	modifie	les concepts	caractéristiques	du projet
La formation	clarifie	les savoir-faire	« motivationnels »	des bénéficiaires
L'expression	perfectionne	les résultats	participatifs	de la démarche
La méthode	dynamise	les blocages	stratégiques	de la problématique
Le vécu	programme	les besoins	neurolinguistiques	des structures
Le recadrage	ponctue	les paradoxes	systemiques	du métacontexte

Ranh Ngôn

- Không biết dựa cột mà nghe, cứ le te người ta đâm cho vỡ mồm.
 - Nói tiếng Anh như gió, gặp từ khó, ta ... bắn sang tiếng Việt.
 - Không phải người đàn bà nào cũng đẹp, và không phải người đẹp nào cũng là đàn bà.
 - Không có người phụ nữ xấu, chỉ có người phụ nữ không biết mình rất xấu !!
 - Con đường tới vinh quang không có dấu chân của kẻ lười biếng - vì kẻ lười biếng thì làm quái gì chịu đi bộ mà có dấu chân!
 - Chỉ có hai giai đoạn duy nhất trong đời mà người đàn ông không hiểu gì cả về phụ nữ: trước khi cưới và sau khi cưới.
 - Thuở khai thiên lập địa, Thượng đế tạo ra trái đất rồi ngài nghỉ ngơi một lúc. Sau đó, ngài tạo ra đàn ông rồi ngài lại nghỉ ngơi.
 Cuối cùng Thượng Đế tạo ra đàn bà, và từ đó trở đi cả ngài lẫn đàn ông đều chẳng ai còn được nghỉ ngơi nữa..

- Cái gì không mua được bằng tiền thì mua được bằng rất nhiều tiền.
 - Người nào khuyên ta đúng khi ta sai là thầy ta, người nào chửi ta sai khi ta đúng đích thị là vợ ta!!
 - Chết vì yêu: vĩ đại !!
 Yêu mà chết: ngu si !!!
 - Thà hun em một lần rồi ăn tát
 Còn hơn cả đời nhìn thẳng khác hun em!
 - Để có một bữa ăn ngon, bạn hãy xem thật nhiều chương trình dạy nấu ăn trên tivi, tham khảo thật nhiều sách dạy nấu ăn, và sau đó cùng cả nhà đi ăn nhà hàng.
 - Để có sắc đẹp như ý mà không tốn tiền đi thẩm mỹ viện?
 Dễ thôi, hãy luôn nghĩ về điều đó, chắc chắn bạn sẽ được toại nguyện trong mơ.
 - Ga-lăng (gallant) là cử chỉ đẹp của người đàn ông trước những phụ nữ không phải là vợ mình.
 - Còn thời lên ngựa bắn cung
 Hết thời xuống ngựa lấy thun bắn ruồi.
 - Ta về ta tắm ao ta

Vì qua ao bạn quá xa quãng đường.

- Chuồn chuồn bay thấp thì tiêu

Bay cao thì thoát, bay vừa thì ...thôi!

- Tại gia tòng phụ, xuất giá tòng phu, phu tử tòng tử, tử tử tòngTân phu.

- Chồng em áo rách em thương

Chồng người áo gấm - em thương hơn nhiều

- Học không chơi - đánh rơi tuổi trẻ

Chơi không học - vừa khoẻ vừa vui

- Hôn nhân luôn tặng bạn một đặc ân:

chỉ có ai có nó mới có thể ly dị được.

- Chết cho người phụ nữ mình yêu vẫn dễ hơn là phải sống chung với họ

- Một người phụ nữ toàn diện : sáng diện, trưa diện, chiều diện, tối diện

- Khôn ba năm đại nũa giờ ... Biết dzậy đại sớm khỏi chờ 3 năm.

- Một điều quan trọng là tìm một người phụ nữ biết nấu ăn, chăm sóc con cái.

- Một điều rất quan trọng là tìm người phụ nữ luôn làm bạn vui.

- Một điều rất quan trọng là tìm được người phụ nữ hiểu được tâm trạng của bạn.

Và một điều cũng rất quan trọng là đừng bao giờ để 3 người phụ nữ ấy gặp nhau..

Qu'est ce qu'un petit pois et un carotte qui se battent ensemble ?

Un bon duel.

Comment appelle t'on un chauffeur de corbillard ?

Un pilote décès.

Qu'il y a t'il entre toi et moi ?

Et.

Quel est le pluriel de Coca ?

Des haltères.....car un Coca désaltère.

Qu'est ce qu'une gousse d'ail jetée contre un mur et qui rebondit ?

C'est le retour du jet d'ail.

Que dit un aveugle lorsqu' on lui donne du papier de verre ?

Putain !!! c'est écrit serré.

Pourquoi lorsqu' un bateau coule, crie-t-on « Les femmes et les enfants d'abord !!! » ?

Parce qu'après les requins n'ont plus faim.

Pourquoi les marchands de savon font ils fortune ?

Parce que leurs clients les savent honnêtes.

Savez vous ce qui est le plus difficile lors d'un accouchement chez les Gitans ?

C'est de faire sortir la guitare.

D'après Elvis il y a deux sortes d'OVNI, lesquels ?

L'OVNI Tender et L'OVNI True.

Pourquoi les bonnes sœurs chinoises aiment-elles les Beatles ?

Parce qu'elles sont jaunes les nonnes.

C'est quand le retour du Jedi ?

Entre le mercredi et le vendredi.

Qu'est ce qui est vert et se déplace sur l'eau ?

Un chou marin.

Deux chèvres, BABI et BABA, sont sur un bateau. BABA tombe à l'eau. Qu'est ce qu'il ce passe ?

BABA coule et BABI bêle.

Comment s'appelle le journal publié chaque semaine au Sahara ?

L'Hebdromadaire.

Comment ramasse-t-on la papaye ?

Avec une fourche.

Où le samedi se trouve avant le vendredi ?

Dans le dictionnaire.

Pourquoi Dieu a-t-il créé l'orgasme ?

Pour que les italiens sachent quand il faut s'arrêter.

Quelle est la couleur du virus de la grippe ?

Gris pale.

Que fait un crocodile quand il en rencontre un autre ?

Il l'accoste.

Que c'est-il passé en 1111 ?

L'invasion des Huns.

Qu'est-ce qui fait 30 cm et qui est blanc ?

Rien, tout le monde sait que si ça fait 30cm, c'est noir.

Qu'est-ce qui est petit, poilu et qui roucoule au fond d'un garage ?

Une portugaise qui aide son mari à garer sa voiture....Roucoule, Roucoule.....



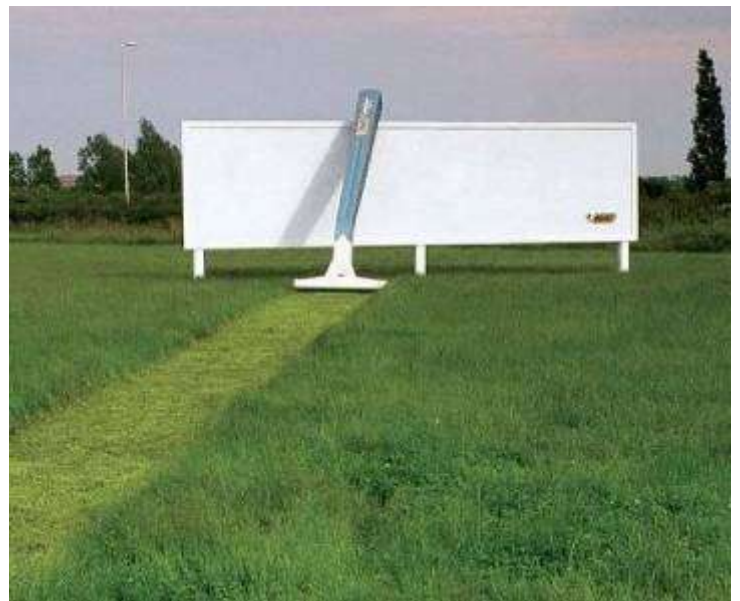
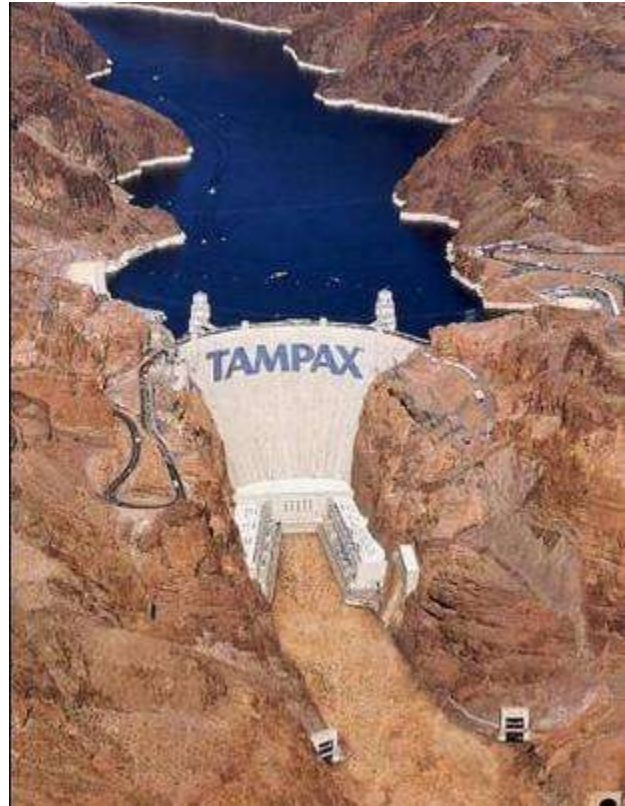


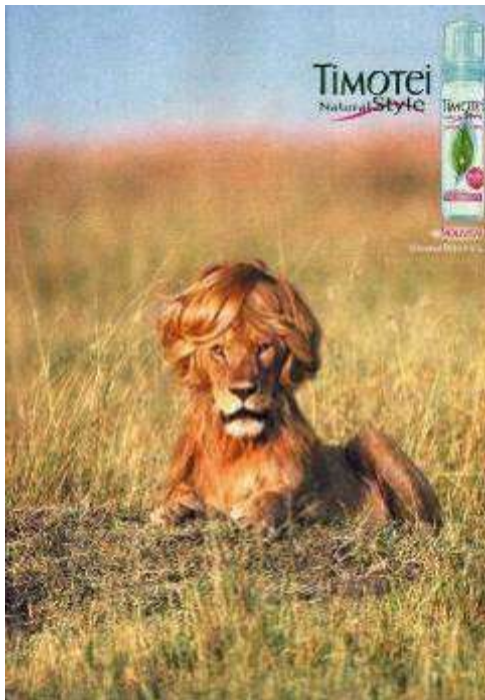
(Mực nấp gừng) Squid fried Shrimps (Mực chiên bột)	40.000VND/Pla
CRAPS	
Steamed Red Crap with Ginger (Cua gạch hấp gừng)	400.000VND/K
Steamed Red Crap with Beer (Cua gạch hấp bia)	250.000VND/K
Steamed Crap with Ginger (Cua hấp gừng)	300.000VND/K
Steamed Crap with Beer (Cua hấp Bia)	250.000VND/K

HAVE A GOOD MEAL!



Le coin des publicités





Le coin du savoir (-vivre)

Quand l'humidité renforce la chaleur ressentie

02.07.10 | 18h02

Une vague de chaleur s'abat actuellement sur la France, incitant à s'habiller le plus légèrement possible pour ne pas souffrir des affres de ces hautes températures. Pourtant, on peut avoir la sensation qu'il fait plus chaud que les températures indiquées sur son thermomètre. De même, un habitant de Nantes peut trouver la chaleur bien plus insupportable qu'à Nice, alors que le bulletin météo annonce 5 °C supplémentaires dans cette dernière ville.

Cette perception de la chaleur qui diffère de la réalité est communément appelée "chaleur ressentie". Le taux d'humidité est la clé pour comprendre pourquoi il est beaucoup plus difficile de supporter 25 °C dans un environnement humide que 35 °C dans un environnement sec. Pour garder le corps à une température constante de 37 °C, l'organisme évacue de la sueur par les pores de la peau. En s'évaporant, elle refroidit le corps : c'est le mécanisme naturel de la transpiration, qui régule la température du corps.

HUMIDITÉ ET CHALEUR ACCABLANTE

Cette mécanique s'enraye quand l'atmosphère est chargée en humidité. L'évaporation de la sueur devient plus difficile, jusqu'à devenir quasiment impossible passé 90 % d'humidité. La sueur colle à la peau, et l'organisme ne peut plus se refroidir normalement. La chaleur ressentie est alors plus importante que la chaleur réelle, et peut devenir insupportable, jusqu'à provoquer des évanouissements et des coups de chaleur. Ce phénomène explique également les sensations de chaleur accablante dans des lieux confinés, peu ventilés et où la présence humaine est importante, comme le métro.

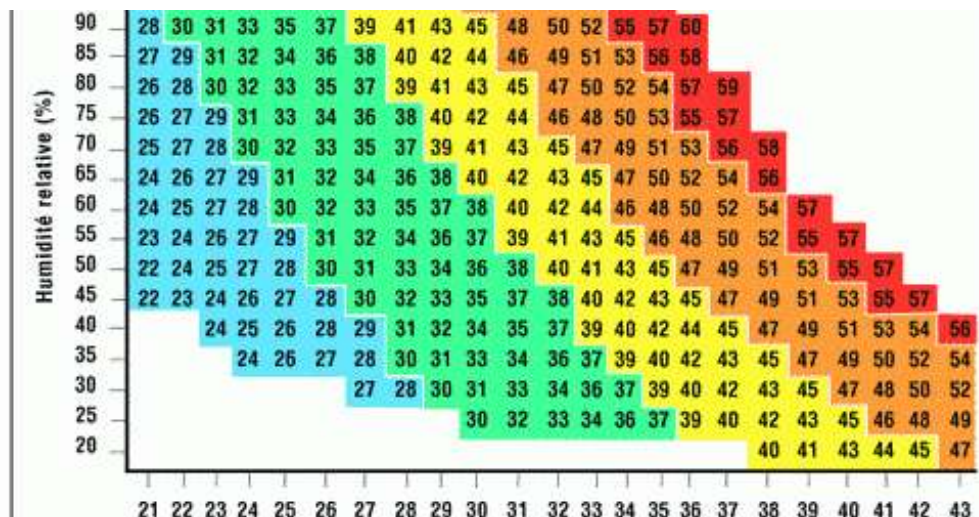
Au Canada, la différence entre température réelle et chaleur ressentie a été théorisée par les météorologues J. M. Masterton et F. A. Richardson en 1979, avec la création de l'index Humidex. Ce dernier établit grâce à une formule mathématique une relation entre la température et le taux d'humidité dans l'air pour donner une estimation de la chaleur ressentie par le corps humain. Le résultat n'est pas exprimé en degrés, car "l'Humidex est un indice et non une quantité physique. En d'autres termes, ces quantités sont calculées et non pas mesurées", explique la météo canadienne.

Pour ce 2 juillet, l'Humidex est de 37 à Bordeaux, contre 29 °C annoncés par Météo France. Au-delà de 40, la sensation d'inconfort est très prononcée. La météo canadienne précise cependant : "Ce n'est qu'une simple indication des réactions physiologiques, non une mesure absolue." La perception de la température diffère en effet selon les personnes.

HUMIDEX MOINS PERTINENT EN FRANCE

Présent dans les bulletins météorologiques canadiens, l'Humidex est pourtant inconnu du grand public en France. En effet, il n'est pas jugé comme l'indice le plus pertinent par l'Institut national de veille sanitaire (INVS). "L'Humidex est plus pertinent lors des vagues de chaleur humide. Or, en France, nous connaissons plutôt des vagues de chaleur sèche."

Mais même si l'Humidex n'est pas un indice de référence chez nous, le mécanisme qu'il traduit n'est pas pour autant non reconnu en France. "Il est établi que la chaleur ressentie est due au taux d'humidité dans l'air qui perturbe la transpiration, confirme l'INVS. Pour faire baisser cette sensation, vous pouvez utiliser des brumisateurs sur la peau, afin que l'évaporation provoque une sensation de fraîcheur."



Démonstration simple des choses de la vie

Les mots pour le dire ...



L'infidélité



La mort



L'exaspération



La rancune



La honte



L'humiliation



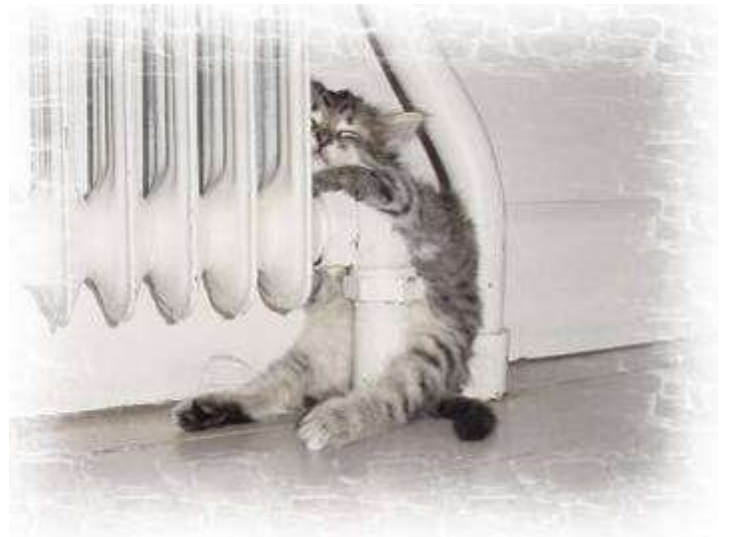
La peur



Le racisme



La drogue



La paresse



L'étonnement



La confiance



L'acoolisme



L'overdose



Le voyeurisme



La solidarité



Le recueillement



L'amour



La solidarité

... et

**... le vrai sens
des mots → →**



La délivrance



L'innocence



L'amitié



La douleur



La souffrance

[... suite à la page 38 ...](#)

Le coin des BD

... suite et fin de la page 40

Fan de FOOT



Holothurian

... suite et fin de la page 47

... suite et fin de la page 37



Số đá quý hiếm này được phát hiện tại khu vực cách Liễu Châu, Quảng Tây Trung Quốc khoảng 60 km. Vị trí này cách mặt đất 3 giờ đồng hồ leo núi và hình thành từng cụm, tầng lớn
Với giá bình dân 20D NDT (khoảng 560 nghìn VND, ~22 €) cho tới 'thượng lưu' 3.000 NDT (tương đương 8 triệu 400 nghìn VND, ~420 €) tùy vào hoa văn



La compassion



Le coin des BD (2)

Scientists boarded the RRS James Cook to investigate life forms along the mid-Atlantic ridge. This sub-polar front is the point where the warm water of the south meets cold water from the Gulf stream in the north. Professor Monty Priede from the University of Aberdeen was shocked by the finds: "The terrain looked the same, mirror images of each other, but that is where the similarity ended. We were surprised at how different the animals were on either side of the ridge, at 2,500m below sea level, which is just tens of miles apart. It seemed like we were in a scene from Alice Through the Looking Glass."



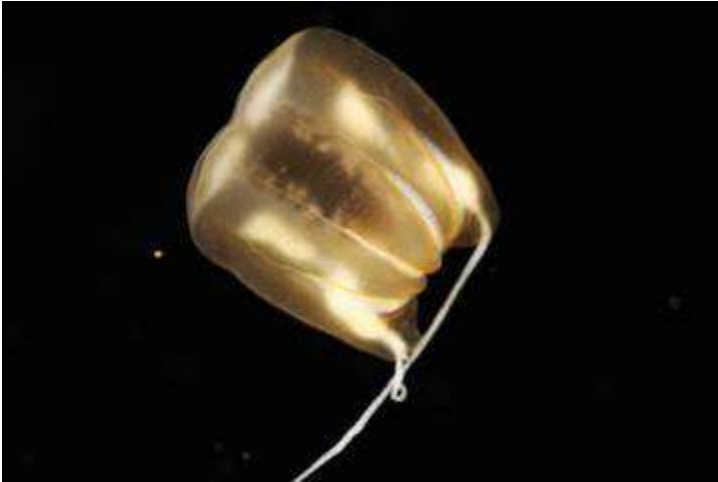
This Enteropneust (Acorn worm) which was caught at approximately 2,700m below sea level in the Atlantic Ocean.



Benthic Holothurian (Peniagone Diaphana) from the mid Atlantic ridge, which was caught swimming above the sea floor.



An Enteropneust which was caught at approximately 2,500m below sea level in the Atlantic Ocean.



A Bathypelagic Ctenophore from the benthic boundary layer, which was found attached to seafloor by adhesive tentacles.



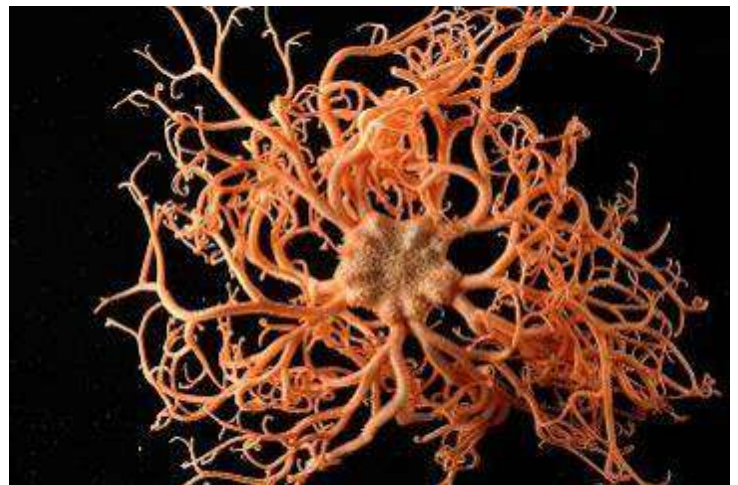
A Benthic Holothurian (Peniagone Porcella) from the mid Atlantic ridge which was caught swimming above the sea floor.



Polynoid Polychaete worm



Hydromedusa



This Basket Star or Gorgon Head Starfish is a rare cousin to the starfish, it feeds on plankton and shrimp and uses its arms to walk.

C'est joli
et
C'est aussi Vrai !!!

Le coin « Cuisine »

Cá kho

Cá Kho là một món ăn chủ lực trong các bữa ăn Việt Nam. Theo các cụ, bệnh mới hết mà ăn cá kho là hiền nhất, khỏi sợ sinh bụng hay trúng thực. Kho kỹ, mặn và khô, có thể để lâu, ăn được nhiều ngày, có khi ăn không cần hâm lại. Nói là cá kho chứ thật ra cũng lắm kiểu, nhiều cách, tùy theo loại cá, tùy theo gia vị và cũng tùy theo khẩu vị từng địa phương

Cá kho miền Bắc :

Các tỉnh miền Bắc có cách kho cá chép, cá trắm, cá mè, cá chày một cách đặc biệt. Cá được làm vẩy sơ sài, vì các loại cá này ít nhớt, để làm sạch. Rán cá xơ với mỡ cho thịt săn lại. Nêm nếm muối cho vừa ăn. Bỏ kẹo đắng (nước màu) và nếu có nước mắm ngon Ô Long thì hết ý. Xong, sắp những lát riêng mỏng vào cá. Đổ nước xăm xấp, đặt nồi cá lên lửa, củi cháy lom đom, không to, không nhỏ. Đậy vung lại, để hờ một chút. Nước sôi không cho trào bọt ra ngoài, không để nước cạn hết. Có thể bỏ thêm ít lá ớt, thêm cái cay nhẹ nhàng, kín đáo.

Khi múc ra ăn mới rắc hạt tiêu lên trên mặt cá. Không được kho tiêu chung với cá, cá rục mà không nát, thịt mềm, ăn luôn xương. Cá và nước ánh màu vàng hổ phách. Bùi, thơm, đậm đà một hương vị khó tả.

Các loại cá trên còn có cách kho nhỡ, nghĩa là không kho quá, giữ lại ít nước để chấm rau. Có vùng khi kho cá mè bỏ thêm ớt khô. Ở quê thường đậy kín nồi và đốt trấu cho cá "sém cạnh", nghĩa là hơi cháy, nhưng không được khét. Đặc biệt có vùng kho cá mè với trái chay chua (vỏ cây chay thường dùng để ăn trầu). Có vùng lại kho trắm với vài trái sấu xanh, cá sẽ toát ra một mùi chua chua, dịu dịu rất hấp dẫn. Cá trê phải kho với gừng. Cá rô kết hợp với tương hột ăn bùi và thơm. Cá cơm, cá bạc (giống cá lòng tong trong Nam) cũng kho với tương. Tùy theo vùng, có một số loại cá kho với củ cải xắt khúc hay với dưa chua.

Vào dịp Tết, chép và thu cũng được kho với riêng. Cũng là một món ăn ngon trong mấy ngày đầu năm. Kho riu riu trên lửa. Có khi róc mía, chẻ từng lát, lót dưới đáy trách. Ngày Tết, trời se lạnh, ăn món cá kho với mía thấy nhiều thú vị.

Cá kho miền Trung :

Vào miền Trung, đến vùng Quảng Bình, cách thức kho cá đã thay đổi. Cũng như ở các tỉnh khác, cá thường kho với kẹo (nước màu), đường trắng khét. Cá đuối thường đi với gừng. Cá rô thóp (rô con) không làm vẩy, kết hợp với lá nghệ. Kho rục, ăn rất ngon. Cá ngạnh kho với môn chua hay dưa cải. Cá bạc và cá giếc kho nghệ. Cá trích, cá lằm, cá mòi, bạc má kho nước rất béo. Rau sống trộn với cây chuối non (chuối sứ, chuối hột) xắt nhỏ, làm rau chấm nước cá ăn với cơm. Cá trích, bạc má, lằm, nục, kho rục cuốn bánh

tráng ăn cũng ngon. Cá ngê (cá nhám) kho với nghệ, khế, chuối chát. Cá ngừ kho với khế muối. Có địa phương cá thu và nhiều loại cá lớn khác khứa từng lát, kho với thịt ba rọi và bầu già xắt lát phơi khô...

Đến Huế, cách thức chế biến món ăn mất nhiều công phu hơn. Đặc biệt ở Huế, kho cá bống thệ chung với thịt ba rọi xắt mỏng. Một lớp cá, một lớp rau răm, ớt bột, tiêu, đường, nước mắm, nước màu, nêm nếm vừa miệng. Lửa liu riu. Con cá không nát, hơi cứng nhưng gần như trong suốt. Ăn rất bùi, béo và thơm. Kho khô, kho rim như thế này còn có các loại cá khác: trê, thu, vược, trích, lằm, kình. Cá nục kho khô với thơm. Cá đối kho măng. Cá giếc, cá lúi, cá rô kho tương. Cá cần kho gừng. Có khi các món kho khô được thêm cà chua trái, trái vả hay thơm xắt lát.

Vượt đèo Hải Vân, vào đến đất Quảng đã thấy những dạng cá kho khác. Đến mùa lụt, nước nguồn của sông Thu Bồn sùng sục đổ về, thêm gió bắc lạnh buốt, đã thấy bán cá ngạnh trứng, to bằng ngón tay, mường tương như cá chốt trong Nam. Từ đó, có món canh chua nấu với khế, với măng chua, rất "ngầu" và món cá ngạnh kho sền sệt với chuối chát, khế muối. Cá gáy con lớn hình thù như cá chép, nhưng mình tròn hơn, nùng nục những thịt cũng kho với nghệ, khế và chuối chát. Ngoài ra còn có cá đối kho với dưa cải hoặc dưa môn. Cá ngừ kho thơm, hâm nhiều lửa ăn với bún thì ngon tuyệt, kho phải bỏ tiêu, hạt đập dập. Còn có cá rô kho tương, cá hồ tươi cũng kho với dưa môn, dưa cải trườn. Cá hồ khô cất khúc, kho với tóp mỡ. Lấy nước chấm rau sống Trà Quế thì hết ý. Cá mòi tươi làm xương, nhưng kho rục thì xương đầu, xương sống đều rục cả. Bông bí luộc mà chấm với nước cá mòi thì hợp cách. Thêm nữa là cá chuồn gành lớn con, chặt khúc, kho với dưa hường hay mít non. Cá chuồn gành còn kho với loại cà chua nhỏ trái tròn tựa, đồ au, mọc từng chùm như nho. Hội An còn nổi tiếng về cá nục chuối ở cửa Đại Chiêm kho với dưa hường.

Cá kho miền Nam :

Ở miền Nam, món cá bống (bống thệ, bống sậy, bống dưa, bống cát, bống trứng...) kho tiêu với thịt ba chỉ, đồ ít nước là món phổ biến. Không có thịt, có thể kho với dưa rám xắt lát mỏng, dài bằng hai ngón tay: Béo, bùi, thơm.

Miền Nam còn một dạng cá kho khác là kho kẹo rất mặn, nhiều tiêu cay. Kho trong tộ đất, thường được gọi là kho quẹt: lóc, rô, trê, lòng tong, ngác, chót, bống. Cũng kho khô, có cá bống kèo, không làm vẩy được phải vùi tro, chà trên thêm xi măng, mới đem đi kho tộ. Thường ăn với đọt điều, đọt xộp, đọt tra, đọt lựu, đọt đinh lăng, đọt chùm ruột, bông bí, bông so đũa luộc. Đơn giản vậy mà ăn được cơm. Có nơi, người ta ăn xoài sống (xoài tương), xoài chín ngọt và dưa hấu với cá kho tộ.

Cá bống kèo còn một cách kho nước rất nguyên thủy. Đó là cá tươi mua về, còn quần quai trong rổ, đem rửa sạch không làm vẩy, trút vào nước sôi, nêm mắm muối lạt và bỏ vào nhiều hành củ và hành lát cắt khúc. Có thể bỏ thêm ít ớt. Rồi vớt ra, dùng đũa tuốt dọc theo hai bên xương sống cá, lấy thịt bỏ vào chén cơm ăn, thêm nước cá và hành. Nước rất thơm, thịt cá mềm và ngọt. Ăn cả đầu nghe nhân nhẩn vì cá còn nguyên mật đắng. Còn có kiểu chạch kho với nghệ, rô lười kho với khổ qua, thường bằm xoài sống vào nước cá, ăn rất ngon...

Hàng trăm loại cá, hàng trăm cách thức nấu nướng luôn luôn biến đổi theo khẩu vị và thổ ngơi của từng địa phương. Một loại cá có đến ba, bốn cách kho, mỗi địa phương lại gia giảm hương vị tùy theo tập quán ăn uống của mình. Chỉ mỗi món cá kho cũng đủ chứng minh hùng hồn rằng "nghề ăn cũng lắm công phu" và người Việt Nam quả là những người sành điệu trong nghệ thuật ẩm thực.

Cá kho

Nước ta nhờ có biển rộng sông dài, thực phẩm từ biển khơi và sông nước đã đem lại sức mạnh cho giòng giống Việt mãi mãi trường tồn. Với cái đạo sống cao quý của cha ông đặt trên căn bản Trời, Đất và Người cho nên mọi sự trong nếp sống thường lấy con số 3 làm căn bản. Cơm ba món, ăn ba chén, áo ba manh. Ba món chính trong một bữa cơm là Canh, xào, kho. Nói đến món kho ai ai cũng hiểu rằng đây là món ăn căn bản khả dĩ cung cấp đầy đủ dưỡng chất cho cơ thể của con người. Những món kho là những món phải mạnh hơn độ chịu đựng của lưỡi hay vị giác cho nên khó mà ăn vã được. Muốn ăn món kho ta phải ăn với cơm, bún, bánh chưng hay xôi. Những món kho đó là thịt kho, rau cải chua kho, mắm kho, cá kho v.v. Gia liệu chính hay căn bản cho những món kho là nước mắm, đường, tiêu và ớt và nước màu, chỉ có bấy nhiêu thôi. Những dân tộc nào tự sản xuất được nước mắm thì có món kho. Chúng tôi năm 1973 trong chuyến du hành quan sát tu nghiệp bên Phi Luật Tân, khi ra thăm làng mạc của họ đã thấy họ kho thịt như người miền Nam của ta.

Món kho trên căn bản rất đa dạng, chỉ viết trong một bài khó mà có thể lột trần được cái triết lý của nó, do đó trong bài này chúng tôi chỉ chú trọng đến cá kho.

Mỗi miền trong ba miền của đất nước kho cá với những nét đặc thù riêng. Nguyên tắc kho cá có thể giống nhau nhưng độ mặn thì biến thể tùy từng nơi từng miền. Ngay cả nồi cá kho trên đất Mỹ (Mỹ đây là Hoa Kỳ) một nơi không lấy cơm mà là đồ ăn làm đơn vị thực phẩm chính trong các bữa ăn thì nồi cá kho lại mang sắc thái khác biệt, vị cá nhạt mắm và ngọt đường như chè.

Thổ sản cá ở Miền Bắc từ các Sông Hồng, Đuống, Đáy, Luộc

v.v. gồm những loại cá đem kho ăn phải nhớ đời là cá Chày, cá Chép, Cá Mè, cá Trắm, Cá Rô, cá Trê. Nhiều nhà khi kho cá thường rán cá cho thật săn lại rồi mới nêm nếm cho vừa ý, nước mắm phải là nước mắm ngon, hà tiện, kho với nước mắm bét thì hỏng cả một công trình, đừng quên cho một tý nước màu cho đẹp mắt rồi đổ nước xấp xấp mới nổi lửa lên kho. Kho cá phải kho trong trách (Nồi đất) không kho bằng nồi đồng, teng đồng sẽ phá vị ngon của cá kho. Muốn cá mềm và rục tận xương, phải đậy nắp trách lại. Canh lửa cho đều để nước cá khỏi bị trào. Không nên dùng củi gỗ thông vì dầu gỗ thông thơm làm cho ta khó kiểm soát được mùi thơm đặc biệt của cá. Khi cá sắp được cho một ít lá ớt hoặc nếu ăn cay được thì cho ớt nguyên trái, nước cá sẽ đạt được hương vị nhẹ nhàng, dễ chịu. Khi ăn mới cho tiêu bột. Người Miền Bắc thích cá kho có vị đậm đà, dùng đường rất ít. Có ba cách kho cá, kho khô, kho nhỡ và kho nước. Tôi còn nhớ lúc mới lấy vợ, bà nhạc của tôi kho cá thu áo, dưới đáy có lát mía và nước trà tàu loại ngon, kho thiệt khô, khi kho xong treo cả nồi trên giàn bếp, cứ mỗi lần ăn lấy đôi ba con đem chiên lại. Miếng cá thơm, giòn và ăn chẳng bỏ gì cả. Một khúc cá có thể ăn đến ba bát cơm, ăn xong uống một bát nước bắp sú luộc thật là thú vị từ chân răng cho tới tì vị. Cá kho nhỡ lấy nước chấm rau cũng là một món ăn tươi mát, đậm đà. Cá kho nước ít thấy ở miền Bắc. Trên đây là cách kho cá căn bản, ngoài ra người ta còn kho cá với trái sấu, cá mè đem kho với trái chay, cho người ăn một vị chua ngon ngọt. Có lần sau hơn hai tháng hành quân ở Khe Sanh về, nhà tôi cho tôi biết rằng hôm đó tôi sẽ được ăn một món thật là đặc biệt vì hiếm, đó là món cá liệt kho với trái sấu. Trái sấu này do giống ở ngoài Bắc đem vào Nam, trồng trên đất của bà Bình Air Vietnam ở Tùng Nghĩa. Thật ra tôi là một người Trung chính hiệu con nai vàng cho nên chẳng bao giờ được thưởng thức cái món cá kho với trái sấu trước đây, cho nên chỉ tỏ ra vui mừng, nhưng thật ra chẳng biết đó là cái ắt giáp gì! Lúc này tôi chỉ cần có một bữa cơm nóng sốt sau hơn hai tháng ăn gạo sậy với mì gói hay thịt ba lát. Cá liệt có vị ngọt và mùi đặc biệt là mùi cá. Tôi không phải là người hảo cá cho lắm, trước khi cho miếng cá đầu tiên vào mồm, tôi sợ có hành động của một người đàn bà ốm nghén nên đã phải chiêu ngay một ngụm bia, bỏ một quả ớt hiểm trong chén để cứu bồ khi cần, dù tôi chẳng bao giờ mang thai! Nhưng hôm đó tôi đã nhá trọn hết đĩa cá khộ Bây giờ tả lại cái hương vị của một món ăn cách đây ba mươi năm chắc chẳng thể nào phản ảnh được cái chân lý của nó. Thật món này đặc biệt như lời nhà tôi quảng cáo, vị ngọt tự nhiên của cá tươi nhờ cái vị chua nhẹ nhàng dễ thương của sấu phối hợp đã tăng phần kích thích vị giác.

Cá trê kho thì không thể thiếu gừng, Những cá tạp thì nhiều người kho với tương hột như cá rô. Củ cải, thơm, hay dưa chua kho đậm với cá cũng là những vị xúc tác

trong việc hài hòa hương vị cá kho. Cá thu kho khô với mía ăn với bánh chưng trong ba ngày Tết thật là ngọc thực trời cho.

Nếu ta từ từ Nam tiến thì thấy nghệ thuật kho cá cũng như thổ sản có nhiều điểm khác với Miền Bắc. Miền Trung có bờ biển dài, cách nêm nếm gia vị cũng thay đổi tùy từng miền. Có một đặc điểm chung là kho cá có nhiều ớt, ớt bột và ớt trái hay ớt khô. Ngược lại với người Miền Bắc, Người Miền Trung rất chuộng món cá kho nước lợng bõng. Những loại gia vị đặc biệt cũng na ná như Miền Bắc nhưng lại dùng thêm nhiều thứ khác nữa như nghệ, thịt ba rọi, thơm, khế, măng chua, chuối chát, vỏ khoai mì, dưa hường, dưa hấu, tóp mỡ, tiêu hạt, ớt bột, cà chua. Các loại cá ở Miền Trung thay đổi từ từ theo chiều dài từ Bắc vào đến trong Nam. Miền Nghệ An Hà Tĩnh thì có cá đuối, cá bạc, cá giếc, cá lằm, cá trích, cá mè, cá nhám, cá nục. Ngư dân ở đây thích nhất là món cá nhám kho nghệ, cá ngừ kho trái khế muối. Đi vào phía trong trong một chút như Đồng Hới, Đông Hà, Quảng Trị người ta thích các món cá kho khứa với thịt ba rọi, bầu già phơi khô, môn khô hay muối, có nhiều ớt bột và nước lếp xấp. Người ta lấy nước kho cá ăn dặm với bắp chuối xắt mỏng. Người Huế kho cá cầu kỳ hơn và cách ăn cá cũng khác biệt.

Món cá kho hấp dẫn và đặc thù nhất phải nói là cá bống thệ hay cá bống cát. Cá bống cát ở Truồi giòng sông nước trong và cát sạch cho nên cá ở đây sạch ruột, ăn luôn cả gan và ruột. Cá bống thệ Vỹ Dạ mềm cho tới xương. Nghệ thuật kho cá bống không đơn giản như các loại cá khác. Ngoại trừ cá bống kho tiêu, một phương pháp kho cá bống khác ở An Cựu và Bến Ngự là sắp cá bống từng lớp với thịt ba chỉ xắt thiệt mỏng, rau răm, ớt bột, tiêu đường, nước mắm, nước màu để một lúc cho dầu ớt bột mới chụm lửa lớn cho cá sôi nhào, thấy con cá đổi sang màu ngà ngà là cá đã thấm đều thì bớt lửa riu riu, canh nồi (trách) cá cho đến khi nước kẹo thì đem ra ăn. Cá kho theo lối này mà ăn với cơm nguội thì chẳng có gì ngon bằng. Nhất là nếu có thả một ít ớt trái trước khi kho, cắn một miếng ớt trái đậm đà đã thấm tất cả các vị thơm và ngọt của cá, mồ hôi trán xuất, uống miếng nước chè xanh của làng Truồi thì dù đây không phải cao lương nhưng lại tràn đầy mỹ vị của đất Thần Kinh. Đặc biệt nhất là cá mắm mè kho, ăn ghém rau mưng, cây mưng mọc ở dọc hai bên bờ hói (lạch nhỏ do người đào), lá non có màu trắng phơn phớt xanh cho vị chan chát ăn với cá kho nước sền sệt không gì bắt bằng. Đến mùa xoài trở lá non, thì lá mưng non đã hết, người dân ở vùng Triều Sơn, Thanh Phước ăn cá nục, cá ngừ kho nước với lá xoài non. Cá ngừ và cá mè thường nặng mùi cá, người ta thường thả một chút lá đọt sần non. Những nguyên liệu dùng để kho dặm với cá thì tùy loại cá như đối, cá giếc, cá rô, cá cần, cá mại, cá lúi, cá nục, cá mương là mít non, vả, dưa môn, dưa măng vôi (Măng nhánh), dưa nưa, dưa hường, dưa hấu, vỏ củ mì v.v. làm cho món cá

kho tăng khẩu vị và dễ ăn.

Đi sâu vào miền trong bên này hay bên kia Đèo Hải Vân các món cá kho cũng chẳng kém cầu kỳ. Mỗi vùng có một loại cá thổ sản như Cầu Hai có cá Úc, Sông Thu Bồn thì nổi danh với cá Cá Ngạnh hai loại cá này giống nhau bụng đầy trứng, nấu canh chua măng ăn béo ngậy chẳng thua gì canh chua cá bông lau của miền Nam. Nhưng nếu đem kho nghệ có chút nước sền sệt ăn ghém với chuối chát hay phần trong của vỏ của dưa hấu thì mát ruột vô cùng. Cửa Đại Chiêm nổi tiếng khắp nơi nhờ món Cá Nục Chuối kho dưa hường. Từ Quảng Ngãi đi vô tới Bình Thuận, cá ngừ kho nước ăn với bún và xoài bằm nhỏ và ớt cho thật cay, ăn sảng khoái vô song. Nha Trang, Bình Thuận thổ sản là cá biển quê hương của nước mắm, lại không có những món cá kho nổi danh.

Miền Nam đất của đồng ruộng, cá đầy đìa, những món ăn về cá thì khó mà kể hết. Riêng cá bống kho nổi tiếng thiên hạ. Món cá bống kho là món ăn nhớ đời. Nói đến cá bống ta phải nghĩ ngay đến cá bống kèo, cá bống thệ, cá bống dưa, cá bống cát. Cá bống cát và cá bống thệ ở trong Nam lớn con, nhiều thịt và xương cứng kho không ngon bằng cá ở miền trung. Tuy nhiên với lối kho cá độc đáo, cầu kỳ là kho cá ở trong tô làm thịt cá bống chắc nịch ngon bắt cơm hết chỗ chê. Cách kho cá bống các loại cũng na ná giống nhau. Riêng cách kho cá bống kèo phức tạp hơn. Cá bống kèo mua về còn sống, vuốt tro, chà trên nền xi măng cho hết nhớt, rửa sạch, sắp vào cái tô bằng đá, nêm mắm muối, tiêu, ớt, đường cho vừa ý xong bắc lên bếp. Kho cá bống kèo phải kho bằng than đượ, kho cá phải ngồi bên cạnh tô cá, thỉnh thoảng múc một muỗng mỡ heo nước tưới đều trên mình cá, canh tô cá cho đến lúc nước cá sánh, nhưng không được khô. Cá chín đem cả tô ra bàn, lấy nguyên cả một cái bắp sù, ăn tới đâu thì bẻ tới đó. Bẻ một miếng bắp sù cho vào mồm cắn dập xong dích một miếng cá kèo, chấm vô nước cá cho vào mồm rồi và cơm sau. Cái vị hăng hắc của bắp sù mới bẻ ra hòa với cái mùi thơm của miếng cá kèo béo ngọt kích thích tỳ vị làm việc không biết mệt. Có nhiều người thích ăn tiêu sọ, thả một ít vào nồi cá. Khi cắn phải hạt tiêu mùi thơm nồng xông lên mũi tạo ra một cảm giác dễ thương vô cùng. Cá mà người Miền Nam thích dùng để kho thì nhiều, nhưng chỉ có mấy loại sau đây là đặc ý đó là rô, lóc, bống, trê, ngác, chốt, lòng tong. Cá Lòng Tong kho tiêu ăn hết xẩy. Khi nói đến những loại cá kho ngon ở trong Nam ta không thể nào quên những loại rau ăn ghém với cá kho: Đọt bông bí thân thương của nhạc sĩ Bắc Sơn có suốt bốn mùa, nó đã trở thành cái hồn của món cá kho tô hay kho quẹt. Các loại đọt như đọt điều, đọt xộp, bông điên điển, đinh lăng, tra, chùm ruột, súng là những người bạn chí tình của những nồi, tô cá khô đậm đà hương vị quê hương.

Lối kho cá của người Miền Nam thường phóng khoáng hơn những cách kho quá bảo thủ của Người Miền Bắc và

Amicale Epatente des ...

Người Miền Trung. Nguyên tắc căn bản thì cố giữ để lấy cái vị gốc nhưng sau đó lại tùy phương tiện và thổ sản của từng địa phương một mà thay đổi chế biến tùy theo sở thích. Người xưa thường nói: “ăn Bắc mặc Kinh!” kể viết bài này trộm nghĩ qua nghệ thuật nấu ăn của thời nay thì những món ăn pha chế vài cái thiện theo hoàn cảnh địa phương chính là những món ăn đầy tình tự dân tộc và ngon nhất, Người Miền Nam thích đơn giản, khi gặp bạn bè vui vẻ mà thiếu bà xã thì tự chế các món nhậu. Những món đó thường rất đơn giản nhưng mà nhậu thì bắt không gì bằng. Qua mấy trăm năm vào Nam khẩn hoang, Người Miền Bắc đã thành người Miền Nam và các món ăn Bắc đã theo giòng thời gian mà biến đổi để tạo ra những món ăn ở trong Nam tình tự và nhẹ nhàng và đơn giản như món bò tái chanh vậy. Hơn một triệu người Việt đi lánh nạn công sản ở khắp bốn phương trời cũng vì hoàn cảnh và thổ sản địa phương đã tạo cho họ một nét kho cá mới. Các loại cá mà ta thường ưa chuộng chắc chắn là hiếm hoặc không có, nên phải tạm dùng các thứ cá khác như cá Catfish, (Giống cá bông lau, béo hơn), Perch, Whitefish, Milkfish, Salmon, Smelt. Các cá đông lạnh nhập cảng từ Á Châu như Lóc, Thu, Thu ảo, Trê, Lươn, Bống mua về xả đá đem kho, lắm khi cũng không ngon vì bị nặng mùi cá. Cá Catfish và cá Smelt kho ăn thì thật là tuyệt cú mèo. Catfish có hương vị na ná như cá bông lau. Mua cá catfish phải tinh mắt mới chọn được cá ngon. Mua phải một con catfish nặng mùi rong rêu hay bùn thì chỉ có vất đi. Con Catfish thơm, béo ngậy, thịt dai là con cá nuôi ở hồ trong các nông trại. Cá catfish kho bằng nồi đất thì mới ngon. Cá Smelt kho cũng chiếm ngôi vị ngang hàng cá bống kho. Cá smelt sống ở ngoài khơi Ngũ Đại Hồ, mỗi năm chỉ vào bờ một lần khoảng mười lăm ngày vào những ngày đầu Xuân. Nồi cá smelt kho ngon là nồi cá vừa lười lên lúc chính mùa của nó. Những người sống quanh Ngũ Đại Hồ có cái thú đi lười cá Smelt vào những ngày đầu tháng Tư DL vì đây là lúc cá smelt vào bờ để đẻ, và luật pháp cho đánh lười. Cá Smelt tươi kho khô với ớt bột và ớt hiểm, xong bỏ tủ lạnh cất, khi ăn đem chiên lại sẽ thường thức vị thơm của nước mắm, vị hăng hăng đắng của nước mầu, vị hăng hắc của ớt cháy, và cá dòn tan hầu như tan trong lười có thể nói là món ăn hiếm trên đời. Quá tháng tư thì cá smelt đem kho không còn ngon nữa vì là cá ướp đá. Cá chép ở Mỹ mỗi con có thể nặng đến 10kg tanh tươi đến kính hoàng, kho không ăn được!

Những ai đã xa quê lâu rồi, sau khi đọc bài này có thể bỗng nhiên thèm một vài loại cá kho nào đó ở quê hương dầu yêu, có thể trong thực tế sẽ làm cho người đó vỡ mộng vì sau bao nhiêu năm đi tiệm ăn cá Catfish kho ở ngoại quốc, ngọt ngay, thơm ngậy mùi bơ; có lắm tiệm cho hành, có tiệm cho thêm tỏi, thậm chí còn cho cả húng liu (ngũ vị hương); quen lười quen mùi; khi ăn món ăn của chính gốc biết đâu lại cho là không hợp khẩu vị hay quá mức độ của mận mà!

... Joyeux-Jeunes Retraités

Món ăn ngon nhất trên đời chính là món ăn của mẹ thường nấu cho mình ăn lúc còn bé. Bây giờ ra đời đi xa mẹ bấy lâu nay bỗng trong giấc mơ, ta trở về được ngồi bên mẹ với bát cơm gạo Tám, hay gạo nàng Hương khói bốc lên nghi ngút, trước mặt tộ cá kho quẹt, với đọt bầu, đọt bí, dích chút cá kho đậm đà tường chừng đang dích từng tý tình mẫu tử đưa vào lúm và rồi tự mình cảm thấy nhỏ bé, gục vào lòng mẹ, nghe lòng mình hát một đoạn trong bài hát Còn Nghe Thương Thắm của Bắc Sơn: Tô canh rau đắng và tô cá rô kho, chớ gì đâu mà nhớ ngào nhớ. . . .



Gừng và rềng được giã nhỏ bỏ vào nồi cùng rất nhiều loại gia vị khác.



Niêu đất phải là loại lấy từ Thanh Hóa và trước khi bỏ cá đều được đun qua nước sôi. Nồi cá được bắc lên bếp thành cả dãy dài đến chục mét.



Cá được kho “một lửa” và đảm bảo từ 10 đến 12 tiếng, do đó dù không có chất phụ gia nhưng mỗi niêu cá có thể để được từ 5 đến 10 ngày không cần cho trong tủ lạnh.



Đây là đống củ của nhà anh Thỏa một trong những người kho cá có kinh nghiệm và đông khách nhất làng, mỗi vụ tết nhà anh đun hết khoảng 10 tấn củ.



Sau đó các niêu cá được đóng thùng cẩn thận. tỏa đi khắp mọi miền đất nước, thậm chí xuất ngoại



10 Điều Cấm Kỵ Khi Ăn cua...



Trong gạch cua có hàm lượng Cholesterol rất cao.

01. Kỵ ăn cua chết

Trong cơ thể cua có chứa nhiều thành phần hoá học mang tên histidine. Cua sau khi bị chết, các loại vi khuẩn liên phần thực rất mạnh trong cơ thể cua, khiến histidine nhanh chóng chuyển hoá thành histamine (công thức phân tử $C_3H_3N_2H_4 NH_2$) gây độc đối với cơ thể người.

Đặc biệt là cua chết càng lâu thì lượng histamine sinh ra càng nhiều, khi ta ăn vào càng dễ bị ngộ độc. Bởi vậy, một khi cua đã chết (dù là cua bẻ to rất đắt) phải kiên quyết loại bỏ, không tiếc rẻ!

02. Kỵ ăn cua đã luộc, nấu chín nhưng để đã lâu

Thịt cua để lâu rất dễ bị ôi thiu, ô nhiễm do vi khuẩn xâm nhập vì vậy, với cua nên chế biến đến đâu ăn hết đến đó. Nếu thực sự xài không hết, phần dư nên bảo quản trong tủ lạnh, hoặc để nơi thoáng đãng, sạch sẽ, và nên nhớ trước khi ăn phải đun nấu lại thật kỹ.

03. Kỵ ăn cua sống

Bởi trong thịt cua sống có chứa nang trùng "lungfluke" (trùng hút máu phổi, còn gọi là đĩa phổi), nếu không qua khử trùng tiêu độc ở nhiệt độ cao mà ăn sống ăn tái kiểu "gỏi cua" sẽ rất dễ mắc bệnh "đĩa phổi".

Loại lungfluke ký sinh trong phổi, không những kích thích hoặc phá hoại các tổ chức phổi, dẫn tới ho, khạc ra máu, mà còn có thể xâm nhập lên não, dẫn tới chứng co giật, thậm chí gây bại liệt.

Nếu lungfluke xâm nhập các khí quan như mắt, thận, gan, tim, tuỷ sống ... còn dẫn tới các hậu quả nghiêm trọng hơn. Bởi vậy cua phải nấu thật chín mới được ăn, phải qua đun sôi tối thiểu 20 - 30 phút.

04. Không ăn « bọng hoi » (dạ dày) của cua

Bởi trong có chứa nhiều loài vi khuẩn gây bệnh và tạp chất có độc.

05. Người bị dị ứng phải hết sức cẩn trọng khi ăn cua

06. Tuyệt đối không ăn cua kèm quả hồng

Bởi chất tannin chứa trong quả hồng sẽ kết hợp với chất [protein](#) trong thịt cua, sẽ gây nên các triệu chứng như lợm giọng, nôn ói, đau bụng, tiêu chảy ...

07. Người tỳ vị hư hàn không nên ăn cua

Cua tính hàn, dễ gây đau bụng, tiêu chảy. Bởi vậy, với người tỳ vị hư hàn không nên ăn nhiều cua, nếu ăn mà xuất hiện các triệu chứng trên, có thể dùng bài thuốc tía tô (15g) phối hợp với sinh khương (gừng tươi) 5 - 6 lát, đổ nước ninh kỹ, uống nóng ấm sẽ "cầm" ngay.

08. Với người đang mắc các chứng bệnh như sỏi mật, viêm túi mật, viêm dạ dày mạn tính, viêm loét hành tá tràng, viêm gan không nên ăn cua.

09. Với người bệnh [tim](#) (động mạch vành), cao huyết áp, xơ vữa động mạch, mỡ máu cao ... kỵ ăn gạch cua, vì trong gạch cua có hàm lượng Cholesterol cực cao, ăn vào sẽ làm bệnh càng trầm trọng.

10. Với người mắc chứng [thương phong](#) (cảm cúm), phát sốt, đau dạ dày ... cũng kiêng ăn cua.

'thịt ba chỉ' -vous-dit-on!!!





C'est vrai puisque c'est dans
Le Canard épilé



C'est appétissant et c'est dans
Le Canard épilé

Le coin pour enfants

A Longueuil (Québec, Canada) un chevreuil vient visiter son amoureux-chat tous les matins.
La maîtresse du chat a finalement immortalisé la scène.



Pour le **Canard épilé**
Enfant = entre 7 et 77 ans



Paul le Poulpe



Son verdict est tombé¹. Pour Paul le poulpe, c'est l'Espagne qui remportera la finale de la Coupe du monde de foot dimanche face aux Pays-Bas. L'invertébré, qui fait connaître ses choix en ouvrant un bocal aux couleurs de l'équipe gagnante, bénéficie d'une certaine crédibilité depuis qu'il a su prédire l'issue de six matches de la compétition. Mieux que la plupart des spécialistes, qui donnaient par exemple l'Allemagne favorite contre la

¹ Le 9-7-2010 et le match final a lieu le 11-7-2010

Amicale Epatente des ...

Serbie en match de poule. Ce sont pourtant les Serbes qui ont gagné, comme annoncé par le poulpe de l'aquarium d'Oberhausen (ouest de l'Allemagne).

Comment un animal peut-il prédire six fois d'affilée l'équipe gagnante d'un match de foot ? Y a-t-il une explication scientifique à cette surprenante faculté ? «Si l'on considère que le fait de désigner le gagnant en choisissant parmi deux boîtes quasi identiques, contenant la même nourriture, est similaire à jouer à pile ou face, alors la chance de tomber six fois sur le gagnant (que l'on peut modéliser par tomber six fois sur «pile») est de une sur 64», calcule Etienne Roquain, maître de conférence au Laboratoire de probabilités et modèles aléatoires de l'Université Pierre et Marie Curie.



«C'est en effet une probabilité assez faible, et donc un phénomène étonnant. Dans le jargon, on appelle cela un «événement significatif». Mais, remarque le chercheur, «si l'on considère qu'il y a probablement beaucoup de gens dans le monde qui font ce genre d'expériences bizarres et dont on ne parle pas, cet événement devient moins significatif. En effet, si l'expérience est répétée mille fois avec d'autres animaux, ça augmente les chances que l'un d'entre eux fasse un résultat extraordinaire». Paul le poulpe serait-il donc sensible à une particularité des boîtes ? «C'est le hasard complet qui guide ses choix», affirme Pascal Coutant, biologiste et directeur de l'Aquarium de La Rochelle. Certes, reconnaît-il, «les poulpes voient bien, et ils ont une bonne mémoire. Ils peuvent donc associer une couleur à une récompense par exemple, j'ouvre la boîte au couvercle rouge et j'y trouve un crabe». Mais cette explication ne s'applique pas au cas précis de Paul, puisqu'il a, par deux fois, désigné un vainqueur autre que l'Allemagne.

Il faudra attendre dimanche soir (11-7-2010) pour voir se renforcer le mystère de la pythie aux tentacules ou, au contraire, l'aura du pronostiqueur s'étioler. Quoi qu'il en soit, il y a peu de chances de confirmer l'expérience lors de la prochaine Coupe du monde, la durée de vie moyenne d'un poulpe étant de... deux ans.

... Joyeux-Jeunes Retraités



Paul the 'psychic' octopus

An octopus credited with psychic powers has predicted that Spain will defeat the Netherlands in the World Cup final.

The German zoo animal also predicted a win for Germany against Uruguay in the third place match. He has so far correctly forecast every World Cup game involving the national team.

The tip for Spain was his first for a game not involving Germany.

He predicts by choosing a mussel from one of two boxes bearing the flags of the competing nations.

The two-year-old cephalopod has become an international celebrity.

His prognosis of South Africa's World Cup final, made from his tank in the Sea Life Aquarium in the western German city of Oberhausen, has been relayed on satellite TV around the world.

He correctly predicted all of Germany's World Cup games, including a shock defeat by Serbia in the group stages and the ousting by Spain on Wednesday.

After that defeat, there were calls in Germany for Paul to be roasted with lemon juice and olive oil or turned into a plate of paella.

But his owners said on Thursday that he is safe with them.

"If Paul gets it wrong tomorrow, nothing is going to happen to him, to Paul," said Sea Life's Tanja Munzig.

"Paul has proven his mettle so far and there is nothing bad waiting for him round the corner if he gets it wrong. It could happen to anyone. Even an octopus can get it wrong!"

His record is not perfect, anyway, say his owners. Paul got it wrong in about 30% of Germany's games during the 2008 European Championship, including their loss to Spain in the final.

Lisez et faites lire

le **Canard épilé**

Le coin pour parents

Trop forts nos amis Belges



Le coin des voyages



La Ciotat

versus

Cassis



Le coup de cœur de la Rédaction



Encore un coin bien chaudement chaleureux pour vos vacances

Viet Nam



Chợ trái cây Bến Thành - Giải 1 (Lê hữu Dũng - Saigon) (page 13)

Le canard épilé de l'Amicale Epateⁿte des Joyeux-Jeunes Retraités

Bulletin d'Information et de Liaison de l'Amicale Epateⁿte des Joyeux-Jeunes Retraités
 Directeur de la Publication : Golden_Mountain - Directeur de la Rédaction : Scribouillard

89 rue des Potes, 99666 SaiGon-sur-Seine, France - Courriel: canard.epile@gmail.com – Site: canard.epile.ndoduc.com

Sommaire

C'est l'été !!! (1)	2
C'est l'été !!! (2)	5
C'est l'été !!! (3)	7
C'est l'été !!! (4)	10
C'est l'été !!! (5)	13
Des coincoins pour vous ...	16
Le coin des poèmes	18
Le coin Horoscope	20
Le coin du rire	22
Le coin « Jeux de mots »	27
Le coin des publicités	31
Le coin du savoir (-vivre)	33
Le coin des BD	38
Le coin des BD (2)	39
Le coin « Cuisine »	41
Le coin pour enfants	48
Le coin pour parents	51
Le coin des voyages	52
Le coup de cœur de la Rédaction	53



Du lard ou du cochon ? -> voir page 46

Search for the Higgs Particle

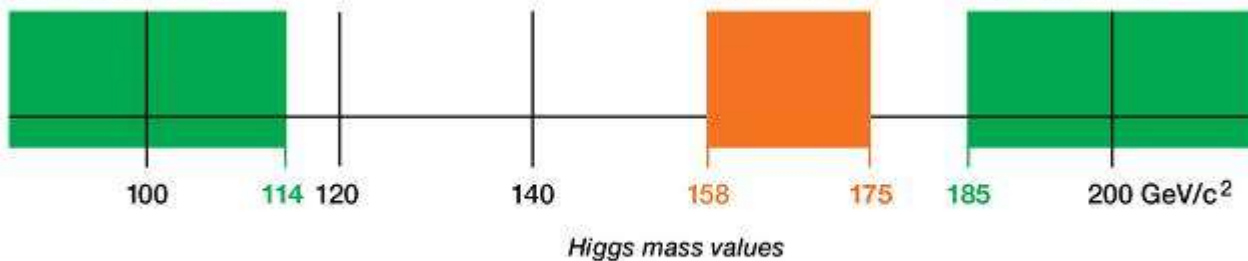
Status as of July 2010

95% confidence level

Excluded by
LEP Experiments
95% confidence level

Excluded by
Tevatron
Experiments

Excluded by
Indirect Measurements
95% confidence level



La masse du boson de Higgs devrait être comprise entre 114 et 185 GeV.

Selon les chercheurs travaillant avec les détecteurs du Tevatron (Fermilab, USA), la bande orange pour la masse du **boson de Higgs** est aujourd'hui exclue par les expériences.

et c'est certain, puisque c'est dans le **Canard épilé**