LE RETOUR D’UNE VIEILLE CHOUETTE et D’UN VIEUX HIBOU

Peut-être vous souvenez-vous d’un vieux site de « la vieille chouette » ? C’est lui !!

mais le temps a passé, mon cher « vieux hibou » s’est envolé pour toujours et je n’avais gardé le site qu’en souvenir de lui

Et puis des gens très différents m’ont sollicitée depuis mais le programme a disparu … Je ne pensais pas le remettre à jour mais depuis des années maintenant je veille sur une grande malade qui ne peux plus déglutir .

Alors je vais essayer de « l’exhumer » pour dépanner les « aidants » qui, comme moi , ont cherché vainement sur Internet des conseils « pratiques », des « trucs » pour leurs malades .

Si je peux vous aider à vivre moins mal votre handicap (même s’il est provisoire), j’en serais très heureuse . Aujourd'hui les circonstances ont fait que, suite à des demandes diverses je me suis dit : « Et si tu transmettais ce que tu as inventé, ça rendrait service à des malades, à leur famille à leurs aidants »

Voilà pourquoi, peu à peu - car il avait beaucoup grossi en vieillissant-, je vais le reprendre . On me pose plein de questions à l'occasion . Je me suis dit que traversant moi-même de grosses difficultés puisque je vis avec ma petite soeur qui est de plus en plus malade, je peux peut-être vous aider

Il lui est resté son goût pour les bonnes choses et peu à peu tout disparaît et surtout elle ne peut plus arriver à déglutir

J'ai pensé que ça vos plairait de revivre presque « comme avant la maladie »

Le site avait été fait pour dépanner les gens qui, malades, se retrouvent brusquement avec un régime qui les dépasse, qui contre le diabète, (mes « sans sucre »), qui contre la maladie ceoliaque (mes « sans gluten »), qui contre les problèmes cardiaques ou l'obésité (mes « sans sel ») pour leur permettre de vivre « comme tout le monde » , et chaque recette du site comportait une partie technique pour l'adapter à chaque cas.

Si, vraiment, la recette ne pouvait pas s'adapter à un ou deux cas, je leur proposais une recette, certes différente, mais utilisant par exemple des ingrédients proches ou une recette de même origine ou dans le même esprit , bref quelque chose qui leur permettait de jongler avec leurs difficultés

L'objectif de ce site n'était pas de « faire des sous » ou des « recettes extra-ordinaires » loin de là, il était simplement fait pour partager et pouvoir un jour permettre à des malades d’inviter des amis, des copains pour partager avec eux une bonne table, une bonne soirée, d’avoir à nouveau une vie sociale tout simplement .

Parce que depuis la nuit des temps, depuis la préhistoire à nos jours, du pôle nord au pôle sud, la nourriture en dehors d’être est un besoin vital pour tous les animaux , du plus fort au plus petit, du « grand-gros » à la chétive « crevette » : Il FAUT MANGER Nah !

Ceci dit, il n’y a que « l’animal-mammifère-homme » qui a, dès qu’il l’a pu, a amélioré sa pitance, il l’a « cui-si-né » ! Dame, si Cro-Magnon n’avait pas entretenu jalousement les brandons incandescents des feux de forêt déclenchés par les orages d’été,

- de 1 / ils seraient tous morts de froid ou mangés par les tigres au fond de la caverne qu’ils se disputaient
- de 2 : S’ils n’avaient pas cuisiné le mammouth et autre gentilles « bêbêtes » de leur entourage ??? nous ne serions pas là pour discuter : ils ne se seraient pas reproduits !!?

Donc vive la cuisine !

Une étude de l'évolution des « rites » culinaires à travers les âges , les régions du globe et l'histoire locale, vaudrait sûrement les louages des diverses Facultés à leur auteur (ou autrice, soyons « moderne ») car il est bien évident qu'il y a bien plus « d'idées », « de trucs » que de « techniques » dans la cuisine d'une vielle chouette !!

Nous, nous ne chercherons pas de retentissantes « inventions », au contraire, mais à s'adapter au mieux aux **conditions pratiques** des amis « sans » .
Aussi, je vais vous ajouter un problème qui touche plein de gens, un jour ou l'autre (accident, simple torticolis bien orchestré, passage douloureux chez le dentiste , angines graves ou dentier cassé ou mal adapté, maladie, etc …) un jour ou l'autre ON PEUT PLUS AVALER .
Allons, faisons « technique » : la déglutition est devenue très difficile .

Et ça peut toucher aussi les « sans » donc je garderais tous nos bons plans pour les différents « sans », mais j'ajouterais une note pour les « sans descente de gosier » que nous pourrions appeler .. les « sans descente » , non je préfère les «kikoinces »

Alors je vais essayer de partager mes essais , bons ou mauvais pour vous éviter les tâtonnements , partager mes « trucs », mes astuces pour que ce soit moins difficile et finalement pas toujours angoissant de ne plus pouvoir manger « comme les autres »

DONC attaquons , parlons matériel qui peut vous aider : certains vous serons indispensables, d'autres juste une aide passagère mais à vous de choisir . Et , si vous avez des « trucs » que je ne connais pas (ou dont je n'ai pas parlé les croyant trop connus , partagez-les avec moi : je les mettrais sur le site pour « nos amis » le plus vite que je pourrais !

LE MATERIEL

En fait vous n'aurez qu'un investissement réel , si vous ne l'avez pas déjà UN MIXER ? UN BLINDER . Bref un truc qui tourne très vite pour vous « escabouillasser » votre joli plat en une « bouillie » HYPER LISSE, bien fluide . Mais ça ne veut pas dire hyper liquide ! Ca veut simplement dire qu'il n'y a absolument aucune trace du moindre petit bout, de la moindre mini-fibre car ce sont ces petites choses infimes qui « s'accrochent » au passage au gosier du malade, l'irrite , le font tousser et le cercle vicieux s'installe !
Je vous le dit tout de suite si vous êtes vieux (vieille), conservateur (conservatrice) et que vous avez eu la chance en des temps anciens d'acquérir un vieux WORKWREK et de le garder VOUS ETES LA REINE (ou LE ROI) ! En tous cas vous avez une chance formidable car pour ma part j'en recherche un depuis que le mien est mort au champ d'honneur sans aucun succès . Je le regrette d'autant plus que je n'ai jamais, malgré toutes mes recherches trouver un engin similaire… Vous vous rappelez des trucs genre « distributeur de chewing-gum» dans une « boîte de nuit» des années 50, bien haut , bien moches ? Le mien était d'un superbe orange, à la mode de l'époque et « jurait abominablement » dans ma cuisine ancienne . Mais je lui pardonnais car il était d'une efficacité extraordinaire. Une de mes amis me racontait qu'elle y hachait les os pour la pâtée de son chien ! Et pour moi, je me rappelle avec émotion de ma première « bisque de homard » qui n'avait pas rempli les éviers, la machine à laver et le plan de travail de vaisselle pour obtenir un résultat « ben moyen » comme disait une copine . Alors que « Vovo » m'avait sorti un petit chef d'œuvre en « cinq/ sept » !

Donc à moins que vous ne dégotiez un « Vovo » dans une brocante ou que vous ne trouviez un engin moderne aussi performant, aussi efficace… Et le petit fils ne vaut pas le grand'père … sauf pour le prix . Vous ferez comme moi , vous opterez pour « le moins mal » que j'ai trouvé sur le marché ici mais je vous expliquerez comment vous en sortir au mieux, pardon , "en sauvant les meubles »

En fait la « technique » à acquérir : c'est là encore une fois un « tour de main » certes mais surtout de savoir, comment, pourquoi appuyer sur un bouton .

Il existe essentiellement actuellement deux systèmes :
La pale est plongée dans l'aliment à mixer contenu dans un bol : c'est le mixer plongeant : « la girafe »
On met l'aliment dans un bol au fond duquel la pale va tourner : c'est le mixer classique ou le « blender » revenu à la mode
Les résultats peuvent être « complémentaires » mais si
vous n'avez pas trop de sous ou pas de place pour les avoir au même endroit , nous allons choisir le plus « fonctionnel » qui peu à peu près tout faire pourvu que sache s'en servir comme il faut :« la girafe »
Mais comme toujours il vous faut investir dans un engin SOLIDE car vous allez vous en servir tous les jours. voir plusieurs fois par jour , les week-end comme les jours de fête ou de travail, le matin, le soir bref TOUT LE TEMPS j'en ai essayé des tas et passant partout je suis revenu à un modèle que j'utilise , je crois depuis qu'il existe . un modèle de prix très raisonnable avec des « pieds » soit plastique , soit métal et quelques accessoires « complémentaires » dont vous vous servirez plus ou moins .

Inversement je vous le dis ATTENTION lorsque vous l'achetez : si il en existe encore chez vous , choisissez un vrai marchand dont c'est le métier , qui saura vous conseillez parce qu'il connaît sa marchandise, pas une grande surface . Passez-y voir les modèles à la mode, en « promo-pas-cher-pur-Chine-pas-de-pièces-détachées-à-jeter ». Repérez et retournez voir le vrai pro. Car, si il y a un défaut, il fera , lui, le nécessaire pour vous aider : sa réputation c'est son avenir . Les grandes surfaces vivent de la crédulité des gens pour le pub !!!
Mon expérience ? Possédant une « girafe » de chez BRAUN , j'avais acheté un modèle identique récent pour équiper un plan de travail supplémentaire pour ma malade . Un peu plus d'accessoires que le modèle basique d'origine mais parfaitement interchangeables . Certes le vieux sentait un peu l'usage intensif , des bosses , des petits bouts de décor avaient disparus mais il est toujours là ,bien vaillant . Son jeune « frère » est déjà reparti au dépannage alors que le « vieux » est celui que j'utilise le plus !!! Ne parlons pas d'un petit bol accessoire d'un bon format : cassé au bout de quelques mois .
Chez Darty : « les accessoires ne sont pas garantis chez Braun donc nous ne les assurons pas !

- Au moins commandez-moi ce bol car il m'allait très bien pour ma malade
- Y pas de pièces détachées pour ce modèle
- Mais ma garantie ne vaut rien ?
- La garantie constructeur Madame ! »

J'ajouterais que mes vieux pieds sont toujours en service et qu'un des neufs (car enrichie de la leçon j'avais commandé un double des pieds) est déjà mort au combat !!!
Vous me direz que :

- les nouvelles fabrications sont bien moins chères
- Ma grand'mère disait déjà, : « le prix s'oublie pas la qualité , elle reste ! »

De plus si vous faites honnêtement jouer dans votre calcul l'inflation réelle des prix, le coût des marchandises perdues, le prix des réparations (ou non), des déplacements et de leur coût écologique, du temps de travail perdu, vous conviendrez de l'énorme perte !!!
Donc
N'achetez pas un « truc » trop bon marché ou alors vous faites le pari : vous en achetez deux et ainsi quand le bol de l'un casse et si le deuxième casse son moteur : on «canibalise » !! Et tant que ça marche on a deux bols pour faire deux préparations à la fois !!!

Pour tous les matériels de cuisine ou autre , c'est toujours le même problème : « la mauvaise marchandise chasse la bonne »

Donc si vous achetez un mixer ou un blender : même problème regardez les joins, les vis et lors de l'achat vérifiez la garantie … moralement vous êtes maintenant dans votre droit pour râler mais vous n'y pourrez pas grand-chose !!!

DONC

POUR UN MIXEUR OU UN BLENDER :

suffisamment de puissance (au moins 600W) et :

- Méfiez-vous des bols trop lourds : vous l'échappez et y a plus de bol … ni d'évier de faïence , ni de bol de mixer !
- Vérifiez bien comment pouvoir récupérer ce que vous venez de fabriquer , cuillère, spatule, produits bouillants ou pas ? Faut-il se résigner à jeter la moitié de votre fabrication qu'on ne peut pas récupérer sur les parois ?, le fond du bol est-il dévissable ?
- Vous assurer que vous pourrez utiliser des liquides ou de produits alimentaires **chauds .** Rien n'était précisé sur un de mes « essais » . Lorsque j'ai soulevé le fond du bol s'est dévissé tout seul : j'ai tout pris sur les pieds et la cuisine a été un peu longue à nettoyer ...
- Peut-on le nettoyer en mettant eau bouillante +du détergent puis faire tourner ?. Ensuite vous videz et rincez de même , pour avoir un bol propre et sain .J'ai l'air de vous raconter un truc idiot et c'est IMPORTANT Le joint de bol d'un des miens a « fondu » avec l'eau de nettoyage chaude ! Donc, en principe si il ne se devisse pas en forçant le plus possible (embauchez un grand monsieur costaud qui passe qui ne refusera pas de vous aider si vous êtes comme moi maintenant maigre et pas costaude). Et si le vendeur précise qu'il va au lave-vaisselle c'est un bon point !

Côté pratique : Entêtez-vous ,
Le mixage peut être plus long que celui indiqué sur la notice.
Pour un bon résultat ? utilisez la touche ou le bouton « pulse » ou « impulse » 2 ou 3 fois . Si il n'y en a pas ?? Re-enclenchez plusieurs fois le bouton :
Votre préparation gicle vers le haut du bol (donc mettez bien le bouchon s'il y en a un pour ajouter des éléments) puis redescend . Elle est alors re-mixée Faites un premier mixage goûtez c'est suffisant ? Tout va bien sinon renouvelez la manœuvre autant de fois que nécessaire
Pensez que le « produit fini » doit pouvoir être pompé dans la seringue ! Inversement vous êtes certain que si ça passe dans l'embout de la seringue ça passera forçement dans le gosier du malade sans accroc
ATTENTION JAMAIS PENDANT QUE L ENGIN EST EN MARCHE
Vous aurez en principe plusieurs vitesses commencez par une petite vitesse : quitte à arrêter pour pousser un élément qui butte avec un outil long

POUR UN MIXEUR PLONGEANT OU UNE GIRAFE :

suffisamment de puissance (au moins 600W) et :

Trouvez-vous un bol supplémentaire à celui fourni par le vendeur : il est prévu trop grand pour des quantités comme celles que vous allez fabriquer et il est ennuyeux à utiliser (trop profond pour les « Maryse » et autre « Jeannette » -spatules) MAIS il évite les projections (utile quand c'est chaud certes) . Donc trouvez-vous en un de bonne taille pour vous (A signaler les pots de miel , certains emballages de laitages , certains verres gradués) Ce sont des contenants alimentaires donc sûrs . Assurez-vous en en mettant chauffer de l'eau dedans dans votre cher FAO qu'il résiste aux fortes températures . C'est ce qu'il vous faut : alimentaire, peut chauffer et suffisamment souple et vous en retrouverez facilement . Et puis serrez avec votre main : voila un bec-verseur épatant pour transvaser votre œuvre dans un plat, un bol ou un bocal
Si c'est liquide, ça va gicler : faites un « para-gouttes » avec une pochette à documents en plastique transparente, « volée » dans votre bureau et recoupée à la bonne hauteur . Ça vous coûtera pas cher et c'est très efficace
Le « pied » , le « plongeur » est en général très facile à nettoyer mais ATTENTION
LES PALES QUI TOURNENT SONT TRES COUPANTES
Ne les nettoyez , ne les manipulez JAMAIS sans les débrancher du moteur
Pour nettoyer les petites coupes sous les pales utilisez une brosse à vaisselle, voir une ancienne brosse à dents pour défaire certaines fibres qui s'enroulent autour de l'axe des pales .
Pour un nettoyage rapide ? Lorsque vous avez vidé le bol de mixage , mettez de l'eau bien chuade , un mpeude détersif au besoin un peu d'eau de javel ou du bicarbonate de soude . Protégez avec votre « para-gouttes » Et faites tourner une ou deux secondes. Idem pour rincer
C'est im-pec-ca-ble
Côté pratique : Entêtez-vous il faut faire dans l'ordre pour un résultat parfait … ou presque !
Commencez par le produits les plus durs et les plus « chanvreux » (les viandes : c'est le plus « empoisonnant »)
Juste à peine un peu de liquide pour que rien ne soit collé au fond par la pale . Ajoutez au fur et à mesure les produits secs ou trop mous au contraire . En « balançant » un peu le pied et en tournant dans les deux sens alternativement ,vous obtenez un « pré-mixage » qui donne un produit « hâché »
Remettez- bien au fond de votre bol tout ce qui s'etait accroché au « pied » et ajoutez PETIT A PETIT votre liquide . Là vous allez voir que votre mixage va devenir plus souple jusqu'à la purée, puis la compote, puis la crème et la bouillie
Goûtez pour avoir la consistance que vous voulez . Pensez à sortir une passoire à « grillage » plus ou moins gros en fonction de la tolérance du malade pour les mini-grains : c'est le grain de poivre ou de graine qui risque de provoquer la toux.
Pour ceux qui utiliseront la seringue
pour nourrir le malade : c'est épatant !. Si ça rentre dans la seringue, pas de risque de l'étouffer ; « le tuyau de descente » est toujours plus large que votre embout mais il y a des risques d'irritations et de toux . Dans ce cas filtrez en vous aidant d'une spatule par sécurité .

ASTUCES POUR LES SERINGUES DE NOURRISSAGE :

Il n'existe pas de seringues réutilisables mais si,vous étiez « en rade » un soir ou un week-end en étant soigneux on peut parfaitement en réutiliser les « meilleures ». Dès que vous avez fini, rincez en pompant et rejetant le contenu de la seringue plusieurs fois à l'eau bien chaude ;

dans un bocal mettez du produit vaisselle voir un rien d'eau de Javel puis pompez et rejetez 2 / 3 fois . Ensuite vous videz et rincez de même , pour avoir une seringue bien propre et saine Décrochez le piston , rincez les 2 morceaux et mettez-les s'égoutter er sécher avec embout et bout du piston (le joint noir en caoutchouc noir) dans le vide pour qu'ils ne se salissent pas sur l'égouttoir

Ce soir, avant de la remonter vous mettrez à peine un soupçon de glycérine sur l'entrée du corps de la seringue et autour du joint du piston . Rentrez vite le piston et faites naviguer tout de suite plusieurs fois : ça y est le piston coulisse à nouveau. Il faut ne pas laisser le piston sans l'utiliser rapidement . La glycerine est un corps gras donc le caoutchouc étant « attaqué » par le corps gras, il a tendance à fondre et ça le « colle » dans le corps de la pompe qui bloquerait bien vite !!

NB : J'avais utilisé ces seringues en cuisine pour faire des décors, pour transvaser des jus mais vous en trouverez chez votre pharmacien voir sur internet