

« Au Balme des Débutantes »

ou...

NOTRE GUIDE DE SURVIE AU GUMS

Nous avons tenté de rédiger le récit de nos premières aventures au GUMS. À moins de trahir profondément ces moments inoubliables, il nous était impossible de résumer, de couper certains passages, chaque instant ayant été vécu pleinement et restant gravé au fond de nous. Alors voilà, en solution de repli, nous vous donnons un petit aperçu de nos premières aventures sous la forme de notre « guide de survie au Gums ».

Starring : Noémie, Fanny, Hélène (aussi dites « les Gumettes »), Guillaume, Olivier, Dominique

Tu penseras à noter le numéro d'immatriculation de tes skis loués à « Haute Route » pour ne pas voler ceux du GUMISTE qui a également pensé à louer son matériel à la « Haute Route ».

Tu n'emprunteras pas la couverture de ton voisin du dessous, même si tu as très froid, ni le drap de tes voisins de couchette.

Tu pèseras ton sac avant de partir : 15 patates (moyennement grosses), ratatouille au poisson, 25 soupes Royco, 3 bouteilles de vin, 1 boîte de thé, 3 quatre-quarts, 1 camembert (qui pue !) 2 romans (même s'ils parlent de montagne) et un pack de bières pour 6 personnes sont peut-être un peu de trop.



Après l'apéro, avant le ragoût et les patates (le res' se cache derrière l'appareil)...Sous la fenêtre, la gourde coupable.

Tu feras tes séances de remise en forme au club Med Gym à côté de ton travail pour arriver en forme en week-end.

Tu demanderas à ton mari de t'acheter une nouvelle tenue spéciale GUMS avant de partir : le rose n'est plus à la mode, même si on peut ainsi te voir de loin.

Tu farteras tes skis avant de partir (ou tu demanderas à ton mari de le faire), pour ne pas retarder l'ensemble de l'équipe et éviter de leur faire croire que tu te ballades sur la piste ski de fond quand qu'il fait mauvais !

Tu prendras ta propre scie pour couper le bois au refuge (dans l'hypothèse où tu te retrouves dans le groupe de Domino).

Tu penseras à ne jamais t'arrêter pour une bonne ou une mauvaise raison en pleine grimpe : on parle, on boit et on mange en marchant.

Tu chronométreras ton temps tout le week-end : 3 minutes pour la descente du car couchette, 5 minutes pour finir ton petit déjeuner, 15 minutes pour la descente, 1 heure

maximum pour 400 mètres de dénivelé, 1 heure pour l'apéro, 1 heure pour le repas et surtout 10h de sommeil.

Tu sauveras ton prochain en moins de 15 minutes grâce à ton ARVA, ta sonde (de préférence correctement bloquée) et surtout avec un bon coup de pelle.

Tu n'oublieras pas que les années ont passé et que les sauts et vrilles arrière ne sont plus pour toi sinon mal au genou tu auras (hein Oliv').

Tu n'oublieras pas de mettre tes chaussures en position « marche » lorsque tu grimperas et en position « ski » lorsque tu descendras (on ne citera pas...).



Dans le blizzard. Au fond, tout là bas, en rose sombre, on maudit l'oubli de fartage...

Tu laisseras en paix ton guide lorsque celui-ci est pris d'une envie soudaine de se planquer derrière un rocher et surtout tu ne te poseras pas de questions sur ce qu'il fait.

Tu ne riras point de ton prochain (ou ta prochaine) lorsque celui (celle)-ci rit de façon étrange.

Tu ne sous-estimeras pas ton aîné lorsqu'il a soif, il saura cacher la bouteille sous son tee-shirt pour la partager avec ses amis, même dans un restaurant.

Autonome tu deviendras à chacun de tes pas de GUMISTE : surtout toi Nono, profiter tu sauras de chacune des situations : le ski-taxi est ta spécialité.

Tu fermeras ta gourde le soir avant de te coucher pour ne pas mouiller la petite culotte de tes camarades de route.

Tu ne trouveras point d'excuse à chaque chute : les cailloux, la neige de mauvaise qualité, le brouillard, hein Domino !

Tu ne surnommeras pas le guide du petit nom que donne ta mère à ton père même si celui-là joue très bien le rôle du papa poule.

Tu te prépareras psychologiquement à faire 7 km de

descente sur route pour retrouver le point de rencontre.



Les 7 km de route : virages dangereux, mais enneigement parfait...

Tu n'oublieras pas ton masque en cas d'intempéries pour te repérer même si tu sais que la lumière rose de ta

partenaire te permettra toujours de t'orienter.

Tu n'oublieras point de composer ton équipe d'une bonne âme pour te servir et surtout pour couper le bois le soir, au refuge, lorsque tu seras fatigué car même dans le noir et sans scie il coupera !

Ton style tu n'oublieras pas : surtout en descente, tu éviteras le chasse-neige et le dérapage systématique et tu ne tomberas pas toutes les deux secondes (eh oui, tu penseras au timing !).

Et après toutes ces aventures, nous te promettons que de repartir tu rêveras !

Merci à vous !

Fanny & Noémie

Gastronomie
à l'**U**sage
des **M**ontagnards
et des **S**kieurs !

Un réveillon buxois

Menu pour une vingtaine de gumistes au gui* l'an 9 (et au champagne* !)

* NdlR : double hommage à l' « homme à l'oreille coupée »

par Sylvie Quiblier, d'après l'œuvre de Michel Galmiche

Quenelles de brochet aux écrevisses

Ingrédients : quenelles, bisque d'écrevisse, écrevisses décortiquées ou non, oignons

Faire fondre les oignons, faire sauter les écrevisses et réduire le jus et les mélanger avec les oignons et faire flamber avec un alcool fort (du cognac par exemple), puis ajouter la bisque d'écrevisse. Disposer dans un plat les quenelles, les recouvrir de la préparation et de gruyère râpé. Passer au four, thermostat 6 pendant 30 minutes.

Bœuf ficelle

Ingrédients : légumes de saison au choix (navets, carottes, poireaux, céleri-rave, pommes de terre, haricots blancs), un faux-filet

Faire cuire dans un bouillon le faux-filet pendant une quarantaine de minutes et les différents légumes en fonction des temps impartis pour chacun. Servir avec une sauce béarnaise.

Sauce béarnaise : Dans une casserole, mettre un verre de vinaigre de vin, les échalotes et l'estragon finement hachés. Mélanger à feu doux et laisser réduire 15 min. Verser le mélange dans un bol et ajouter 3 jaunes d'œufs et du sel. Mélanger le tout. Placer le bol dans une casserole contenant de l'eau bouillante et ajouter le beurre coupé en dé. Tourner la

sauce jusqu'à ce qu'elle s'épaississe. Attention, la sauce ne doit jamais bouillir.

Tiramisu

Ingrédients :
250g Mascarpone
5 œufs
5 sachets de sucre vanillé
1 bol de café serré (+1/4 marsala)
100g chocolat rapé
cacao amer en poudre (van houten)
30-35 boudoirs

Rq : Prévoir un récipient de la taille des boudoirs pour mettre le mélange café/marsala

Mélanger dans un saladier le mascarpone, le sucre vanillé et les jaunes d'œufs. Batre les blancs d'œufs en neige et les incorporer délicatement au mélange précédent. Dans le moule définitif superposer les couches dans l'ordre suivant :

Commencer par une couche de crème saupoudrer de cacao amer saupoudrer de chocolat rapé aligner les boudoirs trempés dans le mélange café/marsala

(Attention : tremper *très brièvement* les boudoirs dans le mélange café/marsala)

Continuer à superposer crème/cacao/chocolat/boudoirs tant qu'il y a des ingrédients

Terminer par une couche de crème recouverte de cacao/chocolat