

Ingrédients :

250 g de farine
½ cc de levure
1 pincée de cannelle
300 g de chocolat noir grossièrement haché
1 oeuf
125 g de beurre demi-sel, ramolli
125 g de sucre roux
80 g de miel
250 g de courgettes pelées et râpées

- Préchauffer le four (th 6/180°C).
- Mélanger dans un saladier la farine, la levure, la cannelle et le chocolat

- Dans un robot, mixer l'oeuf avec le beurre ramolli, le sucre et le miel. Ajouter à la fin les courgettes râpées. Verser cette préparation granuleuse dans le premier saladier, contenant le chocolat
- Former une trentaine de petits tas de pâte de la taille d'une grosse noix
- Les déposer sur une plaque recouverte de papier cuisson et les enfourner, par plateaux successifs, 10 mn en surveillant la coloration.
- À la sortie du four, laisser refroidir sur une grille.

Programme des cars-couchettes de ski saison 2009-2010

L'inscription à un car n'est valide qu'à réception du chèque à l'ordre du GUMS (**distinct** du chèque d'inscription, pliz !) Joindre le formulaire d'inscription téléchargeable à l'adresse http://gumsparis.asso.fr/skirando/form_inscription_car.pdf

Date	Destination	Départ de Paris (Rdv 30' plus tôt)	Places GUMS	Tarif (avec/sans ARVA)	Ouverture des inscriptions	Réunion de préparation	Responsable
12-13 décembre	Chablais (Samoëns via Thonon)	Ven 11 décembre 21h	29	102/94 €	13 novembre	mardi 8 décembre	Thibaut Devolder 01 69 30 32 94
16-17 janvier	Maurienne (Aussois)	Ven 15 janvier 21h	25 + stage nivo	108/100 €	17 décembre	mardi 12 janvier	Dominique Gosset 0145464683
23-24 janvier	Val Chisone (Sestrière via Bardonecchia)	Ven 22 janvier 21h	22	118/110 €	24 décembre	mardi 19 janvier	Hélène Laude 0177600107 0606446185
6-7 février	Gruyère (Suisse)	Ven 5 février	13	108/100 €	7 janvier	mardi 2 février	CIHM
13-14 février	Tarentaise/Beaufortain	Ven 12 février	10 + stage carto	108/100 €	14 janvier	mardi 9 février	CIHM
13-14 mars	Valjoux (via Col d'Ornon)	Ven 12 mars 21h	18	105/97 €	14 février	mardi 9 mars	Guillaume Blanc 0950556339 0673223840
19-21 mars (WE 3 j RTT)	Cauteret (Pyrénées)	Jeu 18 mars	12	123/115 €	21 février	lundi 15 mars	CIHM
3-5 avril (Pâques)	Davos / Silvretta (Suisse)	Ven 2 avril 20h30	20	121/113 €	4 mars	mardi 30 mars	Samuel Ronayette 01 40 47 99 37 06 99 66 13 48
17-18 avril	Briançon (via Lautaret)	Ven 16 avril	15	108/100 €	18 mars	mardi 13 avril	CIHM
13-16 mai (Ascension)	Arolla / Valais (Suisse)	Mer 12 mai 21h	18	133/125 €	16 avril	jeudi 6 mai	Guillaume Merville 06 07 40 16 99