



# WEEK-END NÉPAL

.....

*15, 16, 17 février 2019*

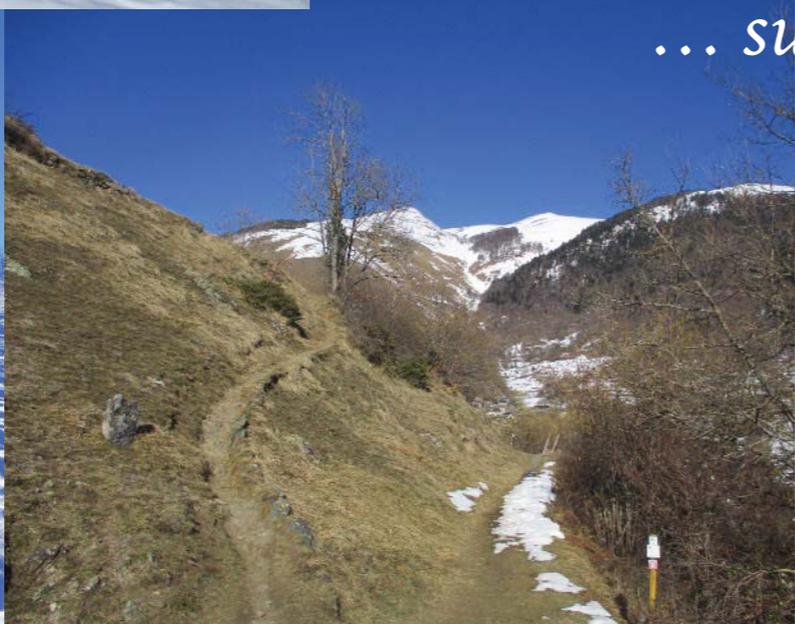


*Quelque chose se prépare...*

Nous sommes arrivé ce vendredi pour midi, il faut chauffer le chalet avec les rayons du soleil, préparer le cassoulet pour le soir et François va nous préparer des petits gâteaux meringués !



*Une petite balade aux Cromlechs*



*... suivie d'une réunion au banc !*



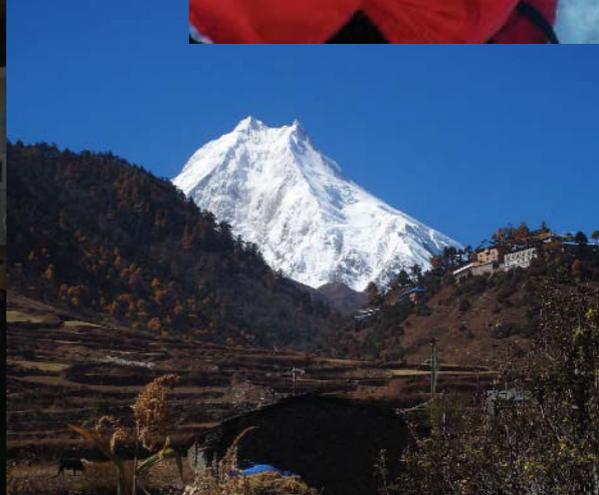
*Qui met la table ?  
Le cassoulet est prêt !*



*Très bon ce cassoulet, merci Thierry*



*Diapos et film  
de Louis,  
l'ascension du  
Manaslu en  
1982*





*Et on ski !*

*Samedi ! On randonne...*



*Retour au chalet et  
accueil des derniers  
participants arrivés  
dans l'après-midi,  
le soleil s'esquive  
doucement, il va  
 falloir s'y mettre...*





Le plat national est le *dal bhat* (Népalais: दाल भात तरकारी), appelé « *thali* » par les Newars, composé de riz blanc (*bhat*) et de lentilles (dal). Les lentilles, cuites à l'eau, comme le riz, sont servies épicées, dans un bol, avec leur jus de cuisson, et on les mélange avec le riz, afin de rendre celui-ci moins sec et moins fade. Les lentilles sont noires, rouges ou jaunes. On accompagne, en général, le plat avec un curry de légumes et d'ingrédients épicés, achards ou chutney (Népalais: चटनी). Ces assaisonnements se comptent par milliers. D'autres accompagnements sont les tranches de citron (*kagati*) ou de lime (*nibua*) ou les piments frais (*khursani*). Parfois, le *dal bhat* est servi avec de la viande d'agneau, de porc ou de bœuf, ou du poulet. On peut aussi associer des légumes verts, généralement des épinards (*sak*). Le *dal bhat* est consommé, par les Népalais, lors des deux repas quotidiens. C'est, souvent, le plat unique.



*Le dal bhat !*







*Les desserts ont été composés, fabriqués, recettés, on se régale...*





*Du Langtang au Népal...*



*Diaporama présenté par Bernard, Martine, et Vincent*

