



Ren' Contrée-Vous

www.noble-louable.ch

© Chab

Témoignage

Ils sont revenus vivants de la mort

p. 4-5



© Unsplash



Semaine Sainte
Célébrations
pascales
p. 3



A venir ...
Alphalive
Parcours gratitude
Pélé des pères
p. 6



**Ailleurs dans
le monde**
Pèlerinage
à Lourdes
p. 7

Édito



Le 31 mars nous fêterons Pâques, puis sept semaines de fête en l'honneur du Christ Ressuscité. Pour comprendre cette dernière, faisons d'abord un peu d'histoire. Les Juifs, aux environs de 1600 avant Jésus-Christ, se trouvent en Egypte comme esclaves du Pharaon. Ils endurent la fatigue, les humiliations diverses et, durant quatre cents ans, ils supplient Yahvé de les délivrer de la main du roi. Vient alors l'épisode du jeune Moïse, sauvé des eaux et élevé par la fille du monarque, et qui sera le libérateur des Hébreux au nom du Dieu tout-puissant. Le puissant roi ne veut pas laisser s'en aller cette main-d'œuvre à bon marché. Il faudra une dizaine d'interventions divines pour arriver au but fixé, ce que nous appelons les plaies d'Egypte. Ils passeront enfin la Mer Rouge à pied sec et se passeront quarante ans dans le désert avant de retrouver la terre promise. C'est cette Pâques que les Hébreux vont fêter chaque année, y compris encore aujourd'hui, se rappelant ces temps de souffrance mais aussi de libération. Par la prière et autour d'un repas composé d'herbes amères, de vin et d'un agneau, ils célèbrent l'amour fou d'un Dieu les libérant de cette terre maudite et païenne, pour leur offrir une terre de paix et religieuse.

Un jour de libération

Jésus, lors de son dernier repas avec ses disciples, donnera un autre sens à cette commémoration pascalle. Il instituera l'Eucharistie, qui est sa présence réelle et permanente au cœur de nos communautés, ainsi que la prêtrise. Suivra sa mort et sa résurrection qui montrent concrètement à ses derniers qu'il est bien le Messie, le Fils de Dieu, le Sauveur du monde. Il vient libérer l'homme de l'esclavage du péché, remettre l'humanité dans la grâce de Dieu le Père et rouvrir les portes du ciel fermées par le premier péché. En se montrant vivant à ses disciples, il confirme par là que tout ce qu'il a dit et fait est vrai, solide, sûr. Ses amis, tout remplis de l'Esprit Saint, continueront la mission du Maître et iront sur les routes du monde pour proclamer la divinité et l'humanité du Seigneur, pour redire son amour pour le monde et «faire des enfants de Dieu» par le bain du baptême, et les invitant à suivre les commandements du Seigneur dans la vie concrète. En donnant leur vie, les disciples témoigneront que Jésus est la porte étroite pour aller vers la vie éternelle. Que Dieu ne peut être connu sans passer par le Christ. Qu'ils ne font qu'un avec l'Esprit Saint.

Aujourd'hui, comme hier, le Christ nous invite donc à passer de l'esclavage du péché, à la terre de sainteté; de la mort du mal, à la vie d'amour; de la rancune, à la paix; de la tristesse, à la joie, en un mot à l'Esprit même de Dieu. Bonnes montée vers Pâques!

Père Alexandre Barras, curé de Crans Montana

Agendas

Sacrement des malades

- Dimanche 3 mars à 16h
Pour les 4 paroisses (pas à Crans-Montana)

Messes des familles

Eglise de Chermignon-d'en Haut

- Samedi 2 mars à 18h30

Messes dominicales

Paroisse de Crans-Montana

- Eglise de Montana-Station, samedi à 18h
- Chapelle de Crans, dimanche à 10h

Paroisse de Lens

- Eglise de Lens, dimanche à 9h

Paroisse de Chermignon

- Eglise de Chermignon-d'en Haut, samedi à 18h30

Paroisse de Montana-Village

- Eglise de Montana-Village, dimanche à 9h
(sauf 2^e dimanche du mois)

Paroisse de Saint-Maurice de Laques

- Eglise de Saint-Maurice de Laques, 2^e, 4^e et 5^e dimanches du mois à 11h
- Eglise de Crételles, 1^{er} et 3^e dimanches du mois à 11h

Pour l'agenda complet des messes, rendez-vous sur le site www.noble-louable.ch

ERRATUM

Le concert du chœur d'hommes de Lens, à l'occasion du centenaire aura lieu le **samedi 13 avril à 20h** à l'église de Lens et non pas le dimanche 13 avril, comme annoncé dans le précédent numéro. Le chœur L'Echo de la Montagne de Montana-Village a célébré son 100^e anniversaire. Nous lui souhaitons le meilleur pour la suite.

Le journal paroissial *Ren'Contrée-Vous* en version numérique, les annonces hebdomadaires et les actualités sur le site noble-louable.ch et sur les réseaux sociaux.

Secteur pastoral noble et louable contrée

Place de l'Eglise 2, 1978 Lens - T 027 483 45 13

✉ adelaide.patignani@noble-louable.ch - 🌐 noble-louable.ch

📱 [noblelouable_paroisses](https://www.instagram.com/noblelouable_paroisses) 📺 Secteur-Noble-et-Louable-Contrée

IMPRESSUM

Editeur

Secteur pastoral noble et louable contrée

Rédaction

Adélaïde Patrignani, Lens

Graphisme et mise en page

Juliart's graphique, Flanthey

Impression

Imprimerie Nouvelle Sàrl, Crans-Montana

Vos dons pour soutenir le tout-ménage Ren'Contrée-Vous

Raiffeisen - secteur pastoral:
CH04 8061 5000 0023 9316 6



POMPES FUNÈBRES DANIEL REY & FILS Sàrl



Richard DUC
079 447 93 50

Représentant Chermignon

Route de Crans-Montana 24

3963 MONTANA

fabien.rey@netplus.ch

www.pompes-funebres-daniel-rey.ch

Semaine Sainte

Dimanche 24 mars

Dimanche des Rameaux et de la Passion du Seigneur

Samedi 23 mars, messes anticipées :

- Eglise de Montana-Station à 18h
- Eglise de Chermignon-d'en Haut à 18h30

Dimanche 24 mars, messes dominicales :

- Eglise de Lens à 9h
- Eglise de Montana-Village à 9h
- Eglise de Crételles à 11h
(pas de messe à Saint-Maurice de Laques)
- Chapelle de Crans à 10h

Vendredi 29 mars

Vendredi Saint

Chemin de Croix :

- Eglise de Montana-Station à 15h

Office de la Passion :

- Eglise de Montana-Village à 15h
- Eglise de Montana-Station à 18h

Célébrations du pardon (avec confessions)

- Vendredi 22 mars :
Eglise de Montana-Station, après la messe de 18h
- Mardi 26 mars :
Eglise de Chermignon-d'en Haut à 19h
- Jeudi 28 mars :
Eglise de Lens, après la messe du Jeudi saint à 20h



Jeudi 28 mars

Jeudi Saint

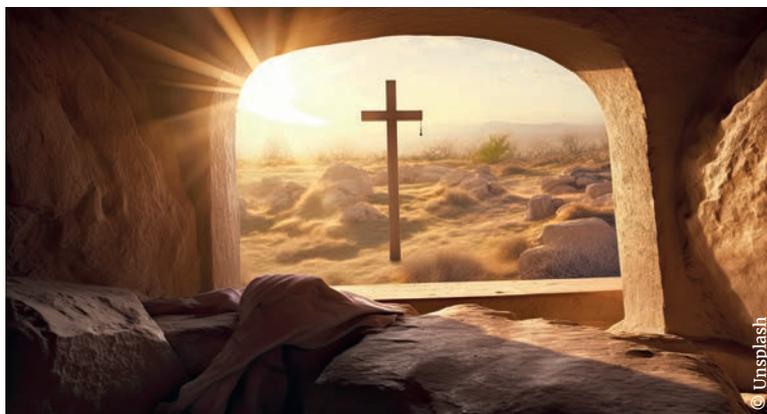
Messe de la Cène du Seigneur :

- Eglise de Montana-Station à 18h
- Eglise de Lens à 20h

Samedi 30 mars

Veillée pascale

- Eglise de Montana-Station à 20h
- Eglise de Chermignon-d'en Haut à 20h30



Dimanche 31 mars

Dimanche de Pâques

Messes de la Résurrection du Seigneur :

- Eglise de Montana-Station à 10h
- Eglise de Lens à 10h
- Eglise de Montana-Village à 10h
- Eglise de Saint-Maurice de Laques à 10h30
- Chapelle d'Ollon à 10h
(paroisse de Chermignon)

Concert de Pâques

Dimanche 31 mars à 17h en l'église de Saint-Maurice de Laques. Concert donné par le chœur Shama et suivi d'un apéritif. Réservations sur cmclassics.ch, auprès des bureaux de Crans-Montana Tourisme à Crans et à Montana, ou sur le lieu du concert dès 16h. Le bénéfice du concert permettra de financer la restauration de l'église de Saint-Maurice de Laques.



Le magasin
des vrais "souvenirs
de la montagne"

Etoile des pierres
Bijoux et minéraux

MINEBI SA - Mme Feusi
Av. de la Gare 4 - 3963 Crans-Montana
Tél. 027 481 58 44

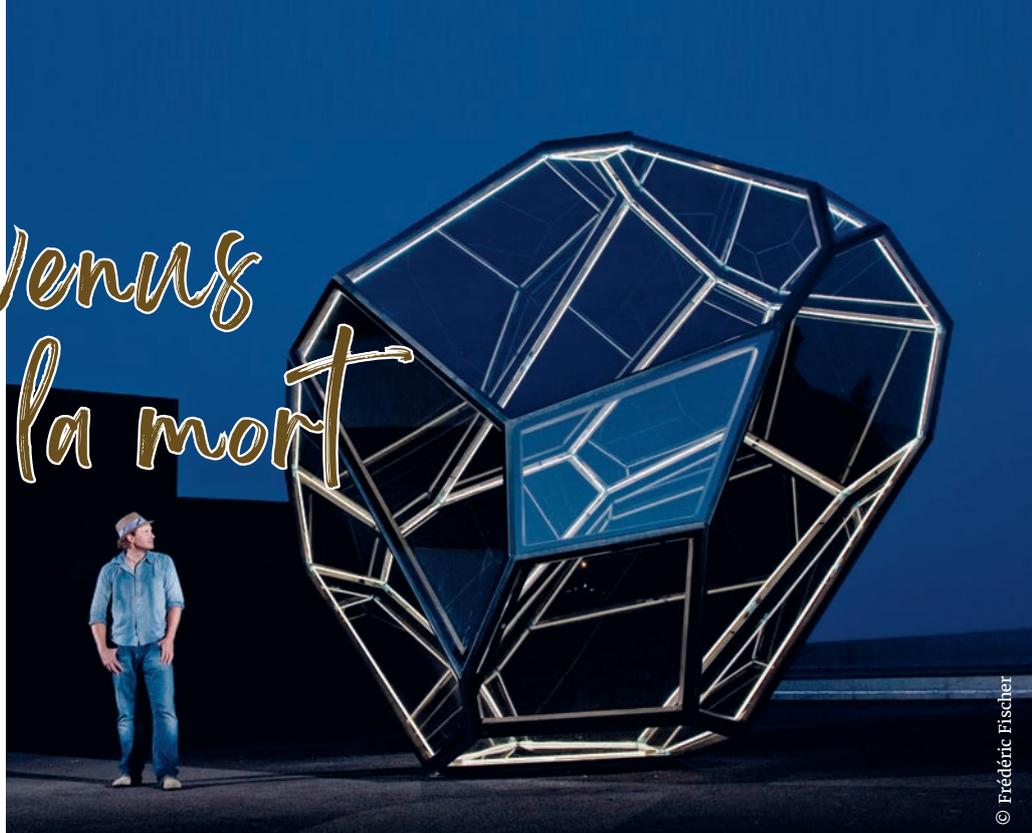


Allianz 

Agence principale de Sierre
Agence principale - Route de Sion 3 - 3960 Sierre

Stéphane Pont
Agent principal et chef de vente
stephane.pont@allianz-suisse.ch
+41 79 572 34 08

Ils sont revenus vivants de la mort



Twilight ou Crépuscule, œuvre de Frédéric Fischer, inaugurée en 2009, figurant le passage d'un état à un autre.

Frédéric et Christophe ont chacun fait une expérience de mort imminente (EMI). Un évènement qui a marqué leur existence, changeant leur relation avec eux-mêmes, avec les autres, avec Dieu. Ils en témoignent à l'approche de la fête de Pâques, qui célèbre la résurrection du Christ, promesse de vie éternelle.

Leurs histoires sont différentes, mais tous deux sont unanimes : il s'agit de l'expérience la plus marquante de leur vie. Les deux habitants de Lens, ayant chacun leur propre famille, ont vécu ce périple inachevé qui garde une part de mystère.

L'expérience de mort imminente est « un événement psychologique profond avec des éléments transcendants et mystiques survenant chez des individus proches de la mort », selon la définition de Bruce Greyson, professeur émérite de psychiatrie à l'université de Virginie (Etats-Unis), qui a travaillé sur les EMI.

Un amour extraordinaire

Christophe Bador l'a vécue en 2006, le jour de Pâques. Ce médecin psychiatre, aujourd'hui retraité, est alors de garde à l'hôpital. Un accident cardiaque le plonge, pendant une vingtaine de minutes, dans un « état d'inconscience complète ». Autour de lui, les infirmières s'activent pour le réani-

mer, tandis que les secours tardent à intervenir.

« Je me suis retrouvé dans un monde étonnant, étrange, dans lequel les choses étaient très différentes de ce qu'elles sont d'habitude », se souvient Christophe, avant de souligner « l'immensité de l'amour dans lequel j'évoluais ou dans lequel j'étais plongé. Il y avait un amour infini. Ce monde était d'un réalisme au-delà de ce que j'avais connu, explique-t-il aussi. Ma vie a défilé, avec une intensité, une précision, un rappel des faits totalement impressionnants, de sorte que j'avais l'impression de vivre en réalité. J'avais le sentiment de comprendre tout ce qui m'était arrivé, tout ce que j'avais fait de bien ou de mal. C'était une vie essentielle, c'était « LA » vie. » Lors de ce rappel de son existence, « à chaque fois qu'il était analysé quelque chose de malheureux, une bêtise, une erreur, il y avait cette immensité d'amour qui me disait que c'était pardonné. »

Quant à Frédéric Fischer, c'est à 18 ans qu'il est conduit aux portes de la mort. Suite à une mauvaise chute sur une structure métallique au bord d'un lac de plaine. Il est hospitalisé à Sierre, puis au CHUV, pour une gangrène gazeuse – une infection potentiellement mortelle. Il doit subir une quinzaine d'opérations, et son pronostic vital est engagé durant un mois et demi. Un jour où ses parents lui rendent visite, il se « sent partir » et « se retrouve au-dessus d'un corps qu'il n'identifie pas immédiatement comme le sien ». Puis il se reconnaît, observant depuis les hauteurs la scène

“

Il y avait un amour infini. Ce monde était d'un réalisme au-delà de ce que j'avais connu.

Christophe

de panique qui se déroule dans sa chambre tandis que ses parents et le personnel médical s'affairent autour du jeune homme mourant.

Frédéric éprouve quant à lui une « sensation de plénitude, de joie profonde, de sérénité totale » et « un amour inconditionnel, qui n'est pas humain ». Puis il se retrouve dans une « lumière incroyable, d'une très grande puissance, mais pas aveuglante ».

Pour Christophe et Frédéric, les mots ne suffisent pas à rendre compte de cette expérience hors-normes. Mais, pourquoi sont-ils revenus dans leur enveloppe charnelle, sur une terre où tout semble plus fade ?

Un retour à contrecœur

« Je ne voulais pas revenir à cette perception externe, je voulais rester, et une voix m'a dit – nette, claire, précise – « tu n'as pas terminé » », explique Christophe. « La voix a redit « tu n'as pas terminé », de manière ferme, affectueuse, mais très autoritaire. La perception du monde extérieur était de plus en plus nette, et

je voulais rester, mais la voix a dit une troisième fois « tu n'as pas terminé ». J'ai ouvert les yeux, tout avait disparu. J'ai regardé autour de moi et dit « tout va bien ». Les infirmières étaient stupéfaites. Je me suis assis. Je savais que tout allait bien, mais j'ai perçu que je revenais de loin », détaille le médecin.

Frédéric, lui aussi, a perçu une voix qui lui disait : « Tu ne peux pas rester là. Il faut choisir. Soit tu redescends, soit tu viens avec moi. » « Je voyais mes parents pleurer, précise-t-il. J'avais conscience que j'étais en train de mourir. Il y a eu en moi de la culpabilité qui m'a rattachée à mon corps et à mon existence terrestre. Je me suis senti coupable de partir en laissant mes parents dans cet état. » Le jeune homme d'alors aurait voulu redescendre, rassurer les siens et repartir, mais ce n'était pas possible. Il est donc « revenu dans ce corps ». « Je me suis réveillé avec une sensation un peu étrange. C'est une expérience qu'on a de la peine à retranscrire et à partager, mes proches et le chirurgien n'avaient d'ailleurs pas tellement envie de l'entendre. »

Une expérience analysée par ces « survivants » et accueillie par leurs proches qu'au fil des années : Christophe et Frédéric s'accordent sur ces aspects, tout comme sur le bouleversement introduit par un instant passé entre ciel et terre.

Un autre regard sur l'existence

Frédéric cherche longtemps « à revivre cette expérience, non pas par une envie de mourir, mais de retrouver cet amour total, cette lumière, cette conscience qui n'est pas associée à l'ego. » Habiter son propre corps lui est difficile. Le souvenir de cet amour absolu perturbe aussi ses relations affectives. Après ses trente ans, il commence à mieux s'intégrer dans la société et à moins idéaliser les personnes. Par son travail de sculpture, il parvient aussi à matérialiser son expérience qui s'intègre plus paisiblement à son être.

« Après cela, j'ai appris à être doux ou bienveillant », confie quant à lui Christophe, auparavant « très exi-

geant avec [lui]-même et avec autrui ». « Les infirmiers de mon service m'ont dit « vous avez énormément changé. Vous êtes le même, mais vous êtes bon, vous êtes gentil, vous vous préoccupez de ce que nous vivons » », se souvient-il, avant d'évoquer de nombreuses « intuitions » vis-à-vis de ses patients, signe d'une sensibilité plus aiguisée.

L'EMI vient aussi changer leur vie spirituelle. « Cette expérience a été centrale pour me rappeler que l'éternité existe, que dans l'éternité quelqu'un nous attend. Je suis incapable de formuler qui est ce « quelqu'un ». Il est simplement doué d'un amour gigantesque qui dépasse tout », affirme Christophe.

Frédéric cherche, quant à lui, des explications auprès des traditions indiennes et des chamans, mais ces derniers le renvoient au christianisme. « Tu as déjà toutes les réponses chez toi, dans ta culture, ta religion », m'ont-ils dit. Cela m'a interpellé. » Même s'il ne l'a pas vu, il comprend que le Christ est ce « pur amour », et que la résurrection du Christ est cet « être nouveau, qui abandonne une conscience limitée ». Il apprend aussi l'abandon, à l'opposé du « pouvoir du mental et de la volonté ». « J'oscille entre la quête de revivre cet état de grâce, et la conscience qu'à un moment il faut accepter, lâcher, s'en remettre à Dieu », explique-t-il.

“

Le jour où un de mes proches décède, j'essaierai d'être heureux pour lui, car il va vivre une expérience incroyable.

Frédéric

Les deux hommes n'ont plus peur de la mort, simple passage pour l'âme immortelle. « J'ai vu que chacun était estimé, pesé, jugé peut-être, selon ses mérites et selon ses capacités et ses incapacités. Et, que la vie ne s'arrête pas là quand on ferme les yeux définitivement », assure Christophe.

« Le jour où un de mes proches décède, j'essaierai d'être heureux pour lui, car il va vivre une expérience incroyable, si ce n'est la plus belle expérience de sa vie, ajoute Frédéric. Si on perçoit la grâce, la chance exceptionnelle que c'est de vivre ce moment-là en paix, entouré des siens, je pense que c'est une étape magnifique, autant pour ceux qui partent que pour ceux qui restent. » Un message qui annonce la lumière de Pâques.

Adélaïde Patrignani



Frédéric Fischer en famille avec son épouse Tina et leur fils Archibald.

Pour aller plus loin

Le témoignage d'un prêtre du diocèse de Sion, Vincent Lafargue, qui a vécu une EMI.

<https://www.rcf.fr/articles/vie-spirituelle/vincent-lafargue-pretre-apres-une-experience-de-mort-imminente>



Abbé Vincent Lafargue

Découvrir la gratitude

Un parcours sur la gratitude, organisé par la communauté de l'Emmanuel, a commencé en février dernier dans notre secteur. Trois rencontres doivent encore avoir lieu à la salle paroissiale de Lens: les **mercredi 6 mars, 13 mars**, et une soirée le **samedi 23 mars**. Les rencontres du mercredi ont lieu de 19h30 à 20h45 environ (témoignage et temps de partage), tandis que la dernière soirée commencera à 18h (repas, enseignement, veillée).

Les thèmes abordés seront : grandir dans la gratitude vis-à-vis de moi-même, devenir maître dans la vertu de la gratitude, vivre la gratitude en temps d'épreuve.

Inscription nécessaire via l'adresse mail : admin.secteur@noble-louable.ch



Pélé des pères de familles

Pour la quatrième année consécutive, un pèlerinage des pères de famille sera organisé le samedi 27 avril 2024. Rendez-vous à 9h à la basilique de Valère pour la messe d'envoi. Puis, les pèlerins partiront de la colline séduinoise vers 10h, pour rejoindre la colline du Christ-Roi à Lens, après 700 mètres de dénivelé positif. Il faut compter entre 4 et 5 heures de marche. Un pique-nique tiré du sac permettra aux pères de famille de se restaurer sur le bisse de Clavau. L'arrivée est prévue entre 16h et 17h. Le pèlerinage se met sous le patronage de saint Joseph, père adoptif de Jésus, qui a connu plusieurs pérégrinations dans sa vie. Sans inscription.



Pèlerinage des pères de familles en mai 2022.

Parcours Alpha, témoignage de Louis-Joseph

Louis-Joseph, ancien participant et co-responsable du dernier parcours AlphaLive, à Lens

Le parcours Alpha répond aux questions que se posent les personnes désirant approfondir leur foi chrétienne en abordant un thème important, chaque semaine, de manière très conviviale autour d'un repas.

Toute personne peut y participer: du grand érudit religieux, au sceptique, en passant par le fidèle paroissien. Vraiment, chaque participant apporte à l'autre, de par sa façon de penser, ses connaissances, son parcours, son milieu culturel... L'Eglise est un lieu où chacun a sa place, où l'on se sent bien, où l'on forme une communauté bienveillante et où l'on apprend les uns des autres afin de cheminer ensemble sur le sentier personnel de la foi. Le parcours Alpha en est un très bon exemple.

Le prochain parcours, qui est offert, débute par une soirée découverte (sans engagement) le vendredi 8 mars à 19h30 à la salle de gym de Randogne.

Plus d'infos et dates sur : www.noble-louable.ch.
Inscriptions auprès de Véronique et Frédéric Gross : 077 424 50 04
vegross44@gmail.com



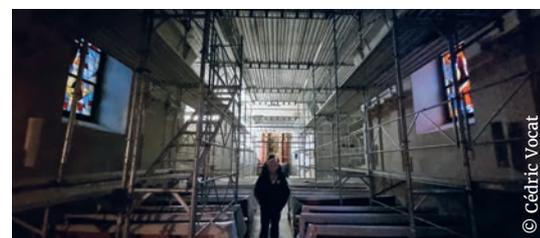
Louis-Joseph Mayoraz

Travaux à Ollon

La chapelle d'Ollon est fermée pour restauration jusqu'au 30 mars 2024. Les messes et célébrations ont lieu, jusqu'à cette date, à l'ancienne école (Chemin du Château 2, 3971 Ollon). Peinture, éclairage, tribune, rambardes et colmatage des fissures... Il était temps d'effectuer une remise à neuf! Un don est bienvenu pour financer ces travaux de grande ampleur.

Versement à : Banque Raiffeisen des communes du Haut-Plateau
IBAN : CH82 8080 8002 4644 1292 9
Paroisse St-Georges de Chermignon
Mention : Rénovation chapelle d'Ollon

La messe et la bénédiction de l'inauguration auront lieu le dimanche de Pâques 31 mars à 10h, suivi d'un concert-apéritif de la fanfare l'Ancienne Cécilia.



Le chantier de la chapelle d'Ollon.

En route vers Lourdes, il est encore temps!



A Lourdes devant la grotte de Massabielle.

Chaque année, la Suisse romande organise un pèlerinage interdiocésain au sanctuaire de Lourdes, célèbre lieu d'apparitions mariales dans les Pyrénées françaises. Cette année, il s'agit de la 100^e édition. Les pèlerins valides peuvent encore s'inscrire.

C'est une édition spéciale qui aura lieu cette année pour le 100^e pèlerinage des suisses romands à Lourdes. A pied, à vélo, à moto depuis Genève: plusieurs formules originales sont envisageables pour rejoindre le sanctuaire marial, outre les plus classiques, car ou avion.

A la date de parution de ce journal, seuls les pèlerins valides peuvent encore s'inscrire. Ils ont jusqu'au 20 mars pour choisir entre la formule complète, du 19 au 25 mai, ou bien la formule de quatre jours, du 19 au 22 mai. Le pèlerinage est présidé cette année par Mgr Jean-Marie Lovey, évêque de Sion, et le thème retenu est «*Allez dire aux prêtres... que l'on vienne (ici) en procession!*», reprenant les mots de la Vierge Marie à sainte Bernadette Soubirous le 2 mars 1858, lors de la 13^e apparition.

Qu'ils soient malades ou non, de nombreux pèlerins sont attendus, davantage que lors des éditions précédentes, se réjouit Véronique Denis, organisatrice du pèlerinage de Lourdes pour le diocèse de Sion. Elle espère que les participants puissent vivre «*une expérience forte spirituellement, et que l'on ait du plaisir à se retrouver*». Ce lieu marque la vie de foi de ceux qui l'ont fréquenté, confie celle qui s'y rend deux fois par année – soit 70 pèlerinages déjà réalisés. Dans la foule attendue, beaucoup sont des habitués, avec parfois 40 ou 50 pèlerinages à leur actif. Mais les nouveaux sont eux aussi bienvenus, en particulier les jeunes, davantage enclins à partir lors de l'édition d'été, et les prêtres, interpellés par la Vierge Marie il y a plus de 150 ans dans une demande toujours actuelle.

Inscriptions sur pelerinagelourdes.ch
Un deuxième pèlerinage aura lieu du 14 au 20 juillet 2024.

Adélaïde Patrignani



Prière à Saint Joseph

Salut, gardien du Rédempteur, époux de la Vierge Marie.
A toi, Dieu a confié son Fils; en toi Marie a remis sa confiance;
avec toi le Christ est devenu homme.
O bienheureux Joseph, montre-toi aussi un père pour nous,
et conduis-nous sur le chemin de la vie.
Obtiens-nous grâce, miséricorde et courage, et défends-nous de tout mal. Amen

Pape François, lettre apostolique Patris Corde

Saint Joseph, père adoptif de Jésus, saint patron de l'Eglise catholique, des travailleurs et de la bonne mort, est fêté le 19 mars.

A Montana-Station, durant le mois de mars, chapelet en l'honneur de Saint Joseph, chaque mercredi à 14h15.



CLAUDE MASSEREY
Objets d'art sacré
Fournitures liturgiques
Cierges-Bougies

Ch. St-Hubert 13 - 1950 Sion
Tél. 027 322 55 32 - 027 323 28 19
Natef 079 628 19 63 - Fax 027 323 63 62



vaudoise

Julien Rey 079 608 01 63
Rue du pas-de-l'ours 5
3963 Crans VS

RESTAURANT



UNION

Photo mystère

A quelle scène assiste cette petite fille ? Où peut-on la trouver ?

Envoyez votre réponse, avant le 22 mars, avec vos coordonnées complètes, à :
adelaide.patignani@noble-louable.ch

Bravo à M. Vincent Lamon de Flanthey qui a découvert la réponse de la photo mystère du bulletin N° 1 janvier-février.

Il s'agissait du Pape saint Clément, au-dessus de l'autel de la chapelle Saint-Clément, à Flanthey.



© Chanoine Michel Praplan

Asperges printanières



© Adélaïde Patignani

Asperges récoltées à Icoigne.

Ingrédients

- Une vingtaine d'asperges
- Une vingtaine de tranches de jambon cru
- Mayonnaise (recette ci-dessous)

Préparation

1. Cuire les asperges dans de l'eau salée, pendant 15-20 minutes. Pour contrôler leur cuisson, les piquer avec une fourchette ! Il faut que celle-ci puisse s'enfoncer facilement.
2. Enrouler une tranche de jambon cru autour de chaque asperge.
3. Servir avec la mayonnaise.

Préparation de la mayonnaise

1. Mélanger un œuf, une pincée de sel, du poivre et une demi cuillère à café de moutarde.
2. Rajouter l'huile en filet en mélangeant continuellement jusqu'à ce que la mayonnaise ait la consistance souhaitée.

Recette transmise par Gisèle, dans «*Le grand livre des recettes secrètes et responsables de nos grands-parents au cœur de la commune de Lens*», à retrouver sur www.scoutsde-flanthey.ch



Crans-Montana, Lens, Icoigne et environs :
Barras Sa 027 481 28 16

Flanthey :
Rita Rey Emery 079 632 32 39

Randogne, Mollens, Bluche, Noble-Contrée :
Nathalie Crettol-Héritier 079 326 02 34

www.pompesfunebresbarras.ch

FELIX