



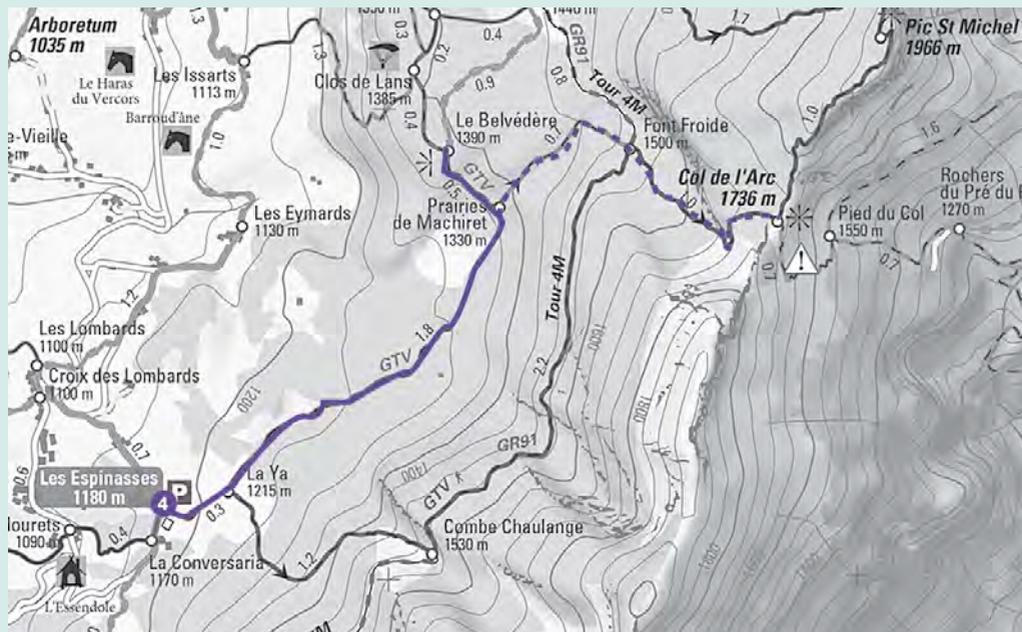
# La belle balade de Betty



Elle aime le ski et tricoter des bonnets, elle n'aime pas les betteraves !

## 4 LA PRAIRIE DE MACHIRET

*Aucune courbature tu n'auras, mais une belle balade tu feras !*



→ DÉPART VILLARD DE LANS /  
PARKING DES ESPINASSES

- Cotation : facile
- Distance : 5.2 km A/R
- Temps : 2h
- Balisage : vert-jaune
- Dénivelé + : 220 m



→ VARIANTE COL DE L'ARC

- Cotation : difficile
- Distance : 9.6 km A/R
- Temps : 4h
- Balisage : vert-jaune
- Dénivelé + : 400 m

→ Depuis le parking des Espinasses (à 7 min en voiture de l'Office de Tourisme), vous attaquez la balade par une petite montée en direction de la Ya (il est rigolo ce nom). De là, continuez toujours tout droit pendant une petite heure. Vous arrivez à la très jolie prairie de Machiret.

En poursuivant le chemin, un peu plus loin, vous atteignez le lieu-dit Belvédère, prenez à gauche sur 100 m, grimpez encore un peu. Et... Vous serez gratifiés d'un superbe panorama. Posez-vous à la table, mangez ce petit chocolat que vous aviez mis dans votre sac, et admirez la vue. Retournez au parking par le même chemin qui est tout aussi joli dans ce sens !



→ Variante pour le Col de l'Arc : depuis Prairies de Machiret, pour les plus motivés, prenez à droite direction Font Froide, puis Col de l'Arc. Le dernier kilomètre monte un peu raide mais vaut le détour. Retour par le même chemin.



## Le dessert de Betty

### LA TARTE AUX NOIX ET SON GLACAGE CAFÉ

POUR 8 PERSONNES

Préparation : 20 min  
Facile - Cuisson : 30 min

→ 1 pâte sablée

Garniture

- 1 bol de noix mixées
- 25 cl de crème fraîche liquide
- 60 g de sucre

Glaçage

- 1 bol de sucre glace
- 1 café court

Étalez la pâte (faite maison... encore meilleure !) dans un moule à tarte, vous pouvez la cuire un peu seule. Mélangez dans un bol les noix mixées, la crème fraîche et le sucre.

Versez la préparation sur la pâte et mettez au four 30 minutes à 180 °C.

Sortez-la du four et laissez refroidir.

Versez le café petit à petit dans le sucre glace jusqu'à obtention d'une pâte (pas trop liquide, pas trop épaisse). Étalez sur la tarte.

Le + : décorez avec des cerneaux de noix.