



7-tägige kulinarische Koch-Erlebniswoche in Apulien Das Programm

Sonntag - Tag 1 – Ankunftstag

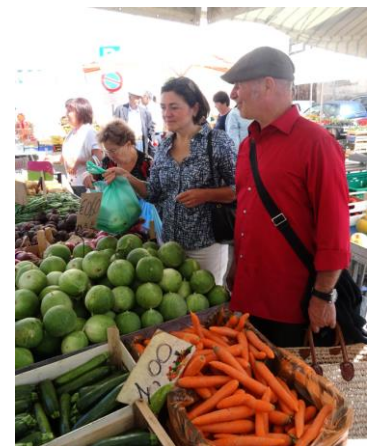
Transfer vom Flughafen, Unterbringung in einer **Masseria** (Landhotel), Besprechung der gesamten Kochwoche und gemeinsames Abendessen.

Montag - Tag 2 – Gemüse & Olivenöl

Vormittags: Fahrt durchs Trullital auf den Wochenmarkt nach Cisternino, wo wir für den heutigen Kochkurs Gemüse, Obst und alles andere einkaufen. Lassen sie sich vom bunten Markttreiben mitreißen; sie werden Gemüsesorten sehen, von denen sie nicht wussten, dass sie essbar sind! Anschließend schlendern wir durch das malerische Cisternino und genießen bei einem Aperitif (fakoltativ) die Aussicht auf das Trulli-Tal. Rückfahrt in die Unterkunft.

Nachmittags **1. Kochmodul**

Bevor wir uns an die Töpfe begeben, erfahren wir einiges über die Slow Food Bewegung und die Grundprinzipien der „dieta mediterranea“, der Mittelmeer-Diät, die seit dem 17. November 2010 von der UNESCO offiziell zum immateriellen Weltkulturerbe erklärt wurde. Anschließend beginnen wir mit der Vorbereitung der verschiedenen Gemüsespezialitäten für unser gemeinsames Abendessen.



Dienstag - Tag 3 – Meer, Flamingos & Gallipoli

Ganztags: Heute fahren wir entlang der ionischen Küste in ein kleines Naturschutzgebiet mit Salinen, wo wir bei einem Spaziergang Flamingo's beobachten können und nebenbei die verschiedensten Pflanzen der „Macchia Mediteranea“ kennenlernen und über ihre Anwendung in der Küche und Heilkunde etwas erfahren werden. Bei schönem Wetter lädt der feine Sandstrand auch zum Baden ein. Weiter geht's entlang der Küste, wo wir in einer schön gelegenen Bar einen Stopp zum Aperitif mit Stuzzicchini (inklusive) oder bei schönem Wetter ein Picknick am Strand machen.

Gegen Nachmittag kommen wir nach Gallipoli. Nach einem kurzen geführten Rundgang und der Besichtigung einer unterirdischen Ölmühle, haben sie noch Zeit, das Städtchen auf eigene Faust zu erkunden, bevor wir uns in den Hafen begeben. Gegen 17 h kommen bereits die Fischerboote mit ihrem fangfrischen Fisch zurück. Jetzt heißt es, mit den Einheimischen um den besten Fisch für unser morgiges Menü zu feilschen!



Der heutige Abend ist frei. Vielleicht haben sie ja Lust nach Ceglie Messapica zu fahren? Dieser kleine Ort ist für seine kulinarische Tradition bekannt und beherbergt sogar die internationale "Mediterranean Cooking School".

Mitwoch - Tag 4 – Fisch, Meeresfrüchte & Olivenöl

Vormittags: Der heutige Vormittag steht zur freien Verfügung für Ausflüge, einen Spaziergang oder einfach nur zum Faulenzen im Garten.



7-tägige kulinarische Koch-Erlebniswoche in Apulien Das Programm

Tipp: Wie wäre es mit der Keramikstadt Grottaglie, wo sie eine der vielen Töpferwerkstätten besichtigen können, die sich teilweise noch in Kalksteinhöhlen befinden und in denen das typisch traditionelle Tongeschirr hergestellt wird.

Nachmittags **2. Kochmodul.**

Bevor wir uns ans Kochen machen, werden wir bei einer professionellen Ölverkostung über die Unterschiede von Olivenöl aufgeklärt. Wir erfahren schnell, dass Olivenöl unbestrittener Protagonist in der mediterranen Küche ist und woran man ein hochwertiges extra-naives Olivenöl erkennen kann.

Vorbereitung des Menüs auf Fischbasis und gemeinsames Abendessen.

Donnerstag - Tag 5 – Trulli, Wein & Alberobello

Ganztags: Am Vormittag machen wir einen Spaziergang durch einen uralten Olivenhain in der Ebene der mehrtausendjährigen Olivenbäume. Sie werden der Faszination der Olivenbäume verfallen, alleine in Apulien gibt es ca. 60 Millionen Exemplare!

Anschließend fahren wir weiter nach Alberobello, wo die berühmten Trulli, Rundhütten aus Stein mit 'Zipfelmützendächern' stehen, die heute zu den UNESCO Weltkulturerben zählen. Bei einem kurzen geführten Stadtrundgang in Alberobello erfahren sie einiges über diese, für Apulien charakteristische Architektur.



Nach einer Mittagspause und Freizeit fahren wir zurück durchs Trullital und machen einen Stopp bei einem kleinen Winzer, dessen Weine 'musikalisch' zu edlen Tropfen reifen. Bei einer Weinverkostung werden wir uns davon überzeugen; sie werden überrascht sein!

Gemeinsames Abendessen mit Spezialitäten und Leckereien in einem Trullo.

Freitag - Tag 6 – Pasta, Polpetta & Ostuni

Vormittags **3. Kochmodul**

Heute lernen wir, wie man hausgemachte Nudeln selber macht. Vielleicht hat Tante Teresa Zeit uns über die Schulter zu schauen und uns Tipps zu geben. Wir bereiten zunächst den Nudelteig aus Hartweizen-Grießmehl vor und formen dann auf dem Teigbrett die typisch apulischen Nudeln, wie Orecchiette, Strascinati oder Cavatelli.



Gleichzeitig bereiten wir aus trockenem Brot, Kräutern und Käse eine Teigmasse vor, die anschließend in kleine Bällchen geformt und in Olivenöl ausgebacken werden. Diese sog. Polpetta sind eine leckere Vorspeise oder in Tomatensoße gekocht, eine Beilage zu den Nudeln. Gemeinsames Mittagessen

Nachmittags: Zeit zur freien Verfügung oder zum Faulenzen. Gegen Abend fahren wir zu einem kleinen Rundgang in die malerische weiße Stadt Ostuni, wo wir in der Altstadt bei einem Glas Wein (fakoltativ) den Tag ausklingen lassen.



7-tägige kulinarische Koch-Erlebniswoche in Apulien Das Programm

Alternative in der Karwoche: Traditionelle Karfreitagsprozession der ‚Pappamuscì‘ in Francavilla Fontana!!!

Samstag- Tag 7 – Pizza & Spezialitäten aus dem Holzbackofen

Vormittags: Der heutige Tag steht ganz im Zeichen der Natur. Nach einem gemütlichen und ausgiebigen Frühstück machen wir einen Rundgang durch den Garten der Giardini di Marzo und lernen dabei verschiedene Heil- und Naturkräuter kennen. Nebenbei erfahren wir, wie man ganz einfach Liköre ansetzt, Lavendelwasser zubereitet und einfache, aber effektive Haut- und Massageöle selber macht.

Nachmittags **4.Kochmodul**

Gemeinsam bereiten den Teig und sämtliche Zutaten für unser Abendessen vor, denn heute wird der Holzbackofen angefeuert und jeder darf sich seine Pizza selbst backen.

Am offenen Feuer lassen wir unsere gemeinsame Kochwoche bei einem letzten gemeinsamen Abendessen ausklingen.



Sonntag - Tag 8 – Abfahrtstag

Jetzt heißt es Abschied nehmen; lassen sie nochmals die ganze Woche Revue passieren, bevor wir den Transfer zum Flughafen machen.

Änderungen vorbehalten

Teilnehmerzahl:

Minimum 3, maximal 7 Personen

Preis:

Reisepreis pro Person im Doppelzimmer € 1295,-
EZ-Zuschlag € 170,-

Leistungen:

- 7 x Übernachtung mit Frühstück im DZ;
- Kochkurs mit 4 Kochmodulen (ca. 3 Std.);
- 3 x Abendessen mit lokalem Flaschenwein (davon Kochmodul 1 und 2);
- 1 x Abendessen mit lokalem Flaschenwein in einem Trullo;
- 1 x Mittagessen mit lokalem Flaschenwein (Kochmodul 3);
- 1 x Abendessen mit Spezialitäten aus dem Holzbackofen mit lokalem Flaschenwein (Kochmodul 4);
- 1 x Aperitif mit Stuzzichini oder Picknick;
- 1 x Besichtigung einer unterirdischen Ölmühle
- 1 x professionelle Ölverkostung von drei Olivenölen der Kategorie extra-vergine;
- 1 x Besichtigung einer Weinkantine inkl. Weinprobe;
- Besichtigung von Cisternino, Gallipoli, Alberobello und Ostuni mit deutschsprachiger Führung;
- Rezeptblock, Kochschürze und kleines Olivenöl;
- Sämtliche Ausflüge im Rahmen des Programms innerhalb der Woche in privatem Minibus;



7-tägige kulinarische Koch-Erlebniswoche in Apulien Das Programm

Der Preis beinhaltet nicht:

- An- und Abreise zum Flughafen Bari oder Brindisi
 - (Airport Brindisi € 80/Strecke, Airport Bari € 150/Strecke bei Sammeltransfer für max. 7 Personen)
- City Tax (direkt im Hotel zu zahlen)
- Trinkgelder
- Dinge des persönlichen Bedarfs
- Reiserücktrittsversicherung

Anreise:

Wir organisieren auch Ihre Anreise ganz nach Ihrem Wunsch. Diese ist im Reiseangebot nicht enthalten, um Ihnen größtmögliche Flexibilität bei der Wahl der Verkehrsmittel, des Abreise-Orts/Flughafens und der Fluggesellschaft zu gewährleisten. Besprechen Sie die Einzelheiten mit unserem

Buchungsbüro: Tel: +49 (0)1573 3542362 - Fax: +49 (0)711 7190954

Zahlungsbedingungen:

Die Buchung der Reise wird erst durch unsere schriftliche Rückbestätigung und Ihre Anzahlung in Höhe von 20% verbindlich.

Wenn feststeht, dass die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist und ihre Reise wie gebucht durchgeführt werden kann, wird der Restbetrag fällig.

Ihre Reiseunterlagen erhalten Sie nach vollständigem Zahlungseingang spätestens 21 Tage vor Reisebeginn.

Rücktritt vom Reisevertrag:

Sie können jederzeit vor Reisebeginn vom Reisevertrag zurücktreten. Wir sind in diesem Fall berechtigt, eine Entschädigung unter Berücksichtigung der ersparten Aufwendungen zu verlangen, die wie folgt pauschaliert wird. Bei Rücktritt

bis zum 31. Tag vor Reiseantritt 20 %

ab dem 30. Tag vor Reiseantritt 40 %

ab dem 24. Tag vor Reiseantritt 50 %

ab dem 17. Tag vor Reiseantritt 60 %

ab dem 10. Tag vor Reiseantritt 80 %

ab dem 3. Tag vor Reisebeginn und bei Nichtantritt der Reise 90 % des Reisepreises.

Muss die Reise aufgrund einer zu geringen Teilnehmerzahl oder aufgrund anderer Gründe, die beim Veranstalter liegen, abgesagt werden, so werden bereits geleistete Zahlungen umgehend in voller Höhe zurückgezahlt.

Weitere Informationen und Anforderung des Reiseprospektes:

DIE GENUSSREISE Buchungsbüro

Tel: +49 (0)1573 3542362

Fax: +49 (0)711 7190954

reise@die-genussreise.de