



Det provencalska köket. En fröjd för kropp och själ!

Nästan varje dag är det marknad, något som inte förvånar. Få platser i världen kan stoltsera med ett sådant utbud; ostarna, grönsakerna, oliverna, tryffel, nougaten. Och så klart, vitlöken, kökets gudagåva i Provence.

Med Go Slow Travel får du en möjlighet att ta till dig det franska köket under två halvdagars matlagningskurser. Vi ägnar mycket tid åt att visa och förklara tankarna bakom råvaror och recept. Eftersom vi aldrig är fler än femton personer får alla som vill vara direkt delaktiga i köket.

Vår Cicereron håller under veckan en rad utbildningar och vinprovningar där du får lära dig massor om vin i allmänhet och Provence olika specialiteter i synnerhet. Vi kommer att bege oss till vingårdar, aroma museum och prova choklad. Vi kan utlova underbara besök hos både små och stora producenter av alla tänkbara delikatesser.

Veckan innehåller också besök i Chateauneuf-du-pape och Aix-en-Provence. En dag är fri och då finns det möjlighet att själv bestämma vad du vill uppleva. Allt från glamouren på Côte d'Azur till det ödsliga och bergiga Mont Ventoux och Dentelles de Montmirail, där många har förundrats över både utsikt och hur det är möjligt att odla så goda viner i de branta slutningarna.

Resor 2011:

1-8 oktober

Reslängd: 8 dagar

Boende: Halvpension på Chateau Juvenal inkl. flyg

Veckoprogram

Söndag – Ankomst och välkomstmiddag

Ni möts av Jan på flygplatsen i Lyon. Resenärer från Stockholm kommer att anlända med samma flyg som Jan. Ni som reser från Göteborg ankommer strax efter Stockholmsgruppen och möts upp i er ankomsthall. Tillsammans med Jan beger ni er mot Château Juvenal, resan tar ca. 2½ timmar. Väl framme bjuds ni på en god välkomstmiddag och får tillfället att bekanta er med ägarparet och boendet.



Måndag – Châteauneuf-du-Pape

Efter en god frukost beger ni er mot Châteauneuf-du-Pape och botaniserar i den lilla kända vinbyn med 2000 invånare. Kanske ett besök i vinbutiken Le Petit Serre Cave. Inte långt därifrån rekommenderar vi lunch på Restaurant du Verger des Papes (ingår ej). Första vingårdsbesök, Château Mont-Redon besöker ni på eftermiddagen. Här kommer ni bli väl omhändertagna. Ni återvänder till Juvenal för att möta Anne-Marie i köket. Middagen tillagar ni tillsammans och lära er mer om den provencalska matkulturen. Jan introducerar er inför vinerna i Provence och ni genomför er första vinprovning. Vi hoppas ni kan avnjuter middagen ute!

Tisdag – choklad och vingårdslunch

Provence är känd för sina många chokladproducenter. Idag får ni besöka chokladproducenten Bernard Castelain som ligger i närheten av Château Juvenal. Ni lär er om kakaobönan, hur de framställer choklad och skapelsen av deras vackra och smakrika praliner. Låt väl smaka. Lunchen äter ni tillsammans på Hostellerie Fines Roches. Detta är ett vackert beläget slott i närheten av Châteauneuf-du-Pape som ägs av familjen Mousset. Efter lunchen besöker ni slottets vinkällare och får uppleva en vinprovning av deras viner. Middagen äter ni ute ikväll på La Chevalerie som ligger i Malaucene.

Onsdag – dofter och matlagning

Dagen går i dofternas tecken. Ni beger efter frukost mot Musée des Arômes et du Parfym som ligger strax utanför Graveson-de-Provence. I det forna klostret Saint Michele de Frigolet ligger ett parfymdestilleri som arbetar med alla dess tänkbara dofter för att framställa parfym. Lunch finner ni i någon av de många fina byarna längs vägen (ingår ej).

Till kvällens matlagningskurs med Jan behöver ni inhandla råvarorna. Ni besöker marknader och matbutiker för att hitta smakerna och dofterna till en förträffligt god middag. Ostar,

kött, örter, grönsaker och vin står på inköpslistan! Jan väljer ut vinerna för kvällen och ni fördjupar er ytterligare i en vinprovning. Lycka till!

Torsdag – Go Slow dag

Denna dagen går i Go Slow tecknet. Ta en sovmorgon, njut av Provence genom en promenad, kanske ta ett bad i hammbadet, läs en bok och varva ner. Lunchen och middagen är på egen hand. Middag tillagar ni tillsammans med AM. Vi önskar er en skön och avslappnande dag i Provence.



Fredag – Aix-en-Provence och Vinsafari i Luberon

Vi gör en utflykt till Aix-en-Provence. Aix centrala delar härrör från romartiden, och det tar ett tag att lära sig hitta i labyrinten av gränder och torg. På varje torg eller plats, hur liten den än är, finns det alltid en fontän. Genom den gamla staden skär huvudgatan Cours Mirabeau där det alltid är fullt på uteserveringar och restauranger. Efter lunch besöker vi området Luberon, sinnesbilden för Provence som Peter Mayle har beskrivit i sina böcker. Underbara små byar insprängda mellan vinodlingar. Vi besöker ett par av vingårdarna och avslutar med middag.

Fredag – Vingårdsbesök

Idag bär det av söderut för att besöka två vingårdar i närheten av Aix-de-Provence. Ni vänder åter mot norrut och äter middag på restaurangen Le Dolium som ligger i närheten av ert hem.

Lördag – Helg i Provence och Avskedmiddag

Ni besöker havet eller någon av Provence många vackra byer, detta beror på väder och vind. Upplev en lördag i den franska kulturen med markander och folk på gator och torg.

Er avskedsmiddag serveras med Jan urval av viner på Château Juvenal. Er slutgiltiga vinprovning med näsan djupt ner i glaset för att minnas dofterna och de provensalska smakerna!

Söndag – Au revoir!

Efter en tidig frukost reser ni mot flygplatsen i Lyon. Flyget till Göteborg avgår kl. 10.35 och Stockholm kl. 14.50. Stockholmsresenärerna bjuds på en lättare lunch innan avresa hem till Sverige.

Bo på lantgård

Chateau Juvenal är ett mycket vackert och charmigt litet vinslott från 1800-talet beläget på landsbygden i hjärtat av Provence. Det är nära till det mesta, Châteauneuf-du-pape och Côtes du Rhône, Luberon, Orange och Aix-en-Provence ligger på behändigt avstånd.

Atmosfären kring slottet präglas av den vackra stora trädgården med egen damm, omgärdande vinfält och i skuggan av bergen som skänker harmoni. Alla rum är rymliga med bad och WC. Varje rum är unikt och inredd i traditionell provencalsk stil. Förutom sovrummen finns det gott om gemensamma sällskapsrum för umgänge och avslappning.

Gastronomisk expertis står till ditt förfogande

Hela veckan hålls samman av en svensk ciceron, en expert på vin och mat, med lång erfarenhet av området. I Provence har vi Jan Holmström och hans assistent på plats. Jan Holmström är före detta chefredaktör för Allt om mat och leder idag de stora vinprovningarna i Sverige. Han har skördat vin i Frankrike i 20 år och talar flytande franska.

PRIS: 8 dagar 21.500 kr/Person

Ingår i paketet

- Flyg och transfer t/r
- Boende i dubbelrum med Bad/WC
- Transporter med minibuss hela veckan
- 2 halvdagars matlagingskurser med fransk kock inkl. mat & vin
- Vinutbildning och provningar
- 2 vingårdsbesök
- 2 middagsbufféer
- 2 middagar på restaurang
- 1-2 luncher
- Frukost alla dagar
- Chokladprovning och aromamuseum
- Besök i Châteauneuf-du-Pape, Aix-en-Provence, Franska rivieran mm.
- Lakan, handdukar och städning
- Ciceroner under hela vistelsen

För bokning, www.goslowtravel.com eller ring till 08-717 90 70