

## Koken en genieten in Umbrië (G 006 UMB)

kookcursus in een Agriturismo, truffel zoeken en wijnproeverij



Umbrië brengt je terug in de tijd! Deze groene regio met zijn schilderachtige stadjes, door de eeuwen heen intact gebleven. We noemen er maar een paar op... Assisi, Spello, Montefalco, Perugia, Gubbio en Orvieto, allen met suggestieve kleine trapstraatjes, opgefleurd door kleurige bloembakken en afgewisseld door pleintjes waar de bewoners elkaar ontmoeten voor de laatste nieuwtjes. Wandelend door deze stadjes geniet je van de statige stadspaleizen, oude kerken opgesierd met fresco's van bekende kunstenaars als Giotto, Cimabue, Benozzo Gozzoli en Simone Martini en de plotse doorkijkjes over de groene valleien en omliggende heuvels bedekt met olijf- en wijngaarden.

Umbrië bezoeken is ook een culinaire reis vol met lekkere gerechten en overheerlijke lokale producten zoals geurige, pittig smakende olijfolie op een krokant geroosterd sneetje brood, verschillende kaassoorten en vleeswaren uit Norcia, heerlijk geurende truffelpasta en pizza warm uit de oven geserveerd... gerechten die uitstekend te combineren zijn met een glas rode Sagrantino of de witte Grechetto wijn.

De Umbrische Keuken is gezond, gevarieerd en lekker. Ben je niet benieuwd welke gerechten geserveerd worden op de tafel van de Umbrische families? This gourmet

package introduces you to dishes from the Umbrian kitchen, such as the 'bruschetta', the 'crostini', 'la torta al testo', fresh pasta, truffles, legume dishes and wild mushrooms ... Dit gourmetarrangement laat u kennismaken met de gerechten uit de Umbrische keuken, zoals bijvoorbeeld de 'bruschetta', de 'crostini' , 'la torta al testo', verse pasta's, truffels, peulvruchtengerechten en bospaddenstoelen...

**Periode:** het gehele jaar door. Feestdagen op verzoek

**Deelnemers:** min 2 personen



**Programma dag per dag\*:**

**Dag 1 aankomst in Assisi**

Individuele aankomst en diner (incl.wijn), waarbij u al een eerste kennismaking heeft met typische Umbrische gerechten.

**Dag 2 Truffel zoeken en kookcursus**

9.30 truffel zoeken op het terrein van het Agriturismo en een uitleg over de truffel, hoe de truffel gevonden wordt, de verschillende soorten, groei en hoe verwerkt in de keuken. Na afloop een proeverij van de truffel

15.00 kookcursus, waarin de producten van het bedrijf, zoals spelt, kikkererwten, linzen, olijfolie verwerkt worden tot heerlijke typisch Umbrische gerechten.



### Dag 3 Olijfolieproeverij bij een bio-wijnboer

's morgens kunt u Assisi bezoeken. U krijgt van ons de beschrijving van een stadswandeling om de bekendste monumenten van de stad te bezoeken.

15.30 wordt u verwacht bij een bio-wijnboer, waar de olijfboomgaard bezoekt en een sensorische analyse van biologische olijfolie maakt. De verschillen tussen conventionele en biologische teelt zullen uitgelegd worden. Na afloop een proeverij van extra vergine olijfolie, vergezeld van 3 Assisi DOC-wijnen, warme bruschetta, een selectie van Norcia-vleeswaren, Umbrische kaas en typische zelfgemaakte Italiaanse koekjes.



### Dag 4 Einde van de reis na het ontbijt

\* de volgorde van het programma kan veranderen al naar gelang van beschikbaarheid en weersomstandigheden

U kunt de reis eventueel verlengen met een cursus wilde kruiden zoeken, een kookcursus gewijd aan granen (pasta, brood en torta al testo) of om gewoon meer tijd aan Umbrië te besteden

#### De accommodatie:

Het Agriturismo ligt op 6 km van Assisi in het [park van Monte Subasio](#) op een prachtige positie aan de rand van bossen en omringd door een golvend heuvellandschap met olijfboomgaarden. Het boerenbedrijf wordt beheerd door Nunzia en Luigi. Zij produceren graan- en peulvruchten, hebben Suffolk schapen en eigen extra vergine olijfolie. Er zijn kamers met badkamer en een restaurant waar Nunzia heerlijke gerechten voor haar gasten klaarmaakt.

Het Agriturismo ligt erg centraal, waardoor u gemakkelijk de bekende Umbrische cultursteden kan bereiken Assisi, Perugia, Montefalco en Spello en u kan heerlijk wandelen in het natuurpark.



**Prijs per persoon:**

In tweepersoonskamer € 295

in eenpersoonskamer € 340

**Inbegrepen in de prijs:**

- drie overnachtingen B & B
- diner met een fles Umbrische wijn op de dag van aankomst
- truffel zoeken met hapjes
- kookcursus met diner (exclusief drankjes)
- Olijfolie en wijnen proeven bij een bio-boer
- informatie pakket

**Niet inbegrepen in de prijs:**

- lokale toeristenbelasting te betalen in het agriturismo
- de heen- en terugreis naar/van Assisi
- Alles wat niet vermeld wordt onder 'inbegrepen in de prijs'



**Ecologico Tours & Meravigliosa Umbria**  
[www.ecologicotours.com](http://www.ecologicotours.com)  
[www.meravigliosaumbria.com](http://www.meravigliosaumbria.com)  
e-mail [info@meravigliosaumbria.com](mailto:info@meravigliosaumbria.com)  
tel. (0039) 346 3254167 & (0041) (0) 79 2457505

