

Sri Lanka Real Food Adventure, 12 Tage

Geniessen Sie dieses Gourmet-Abenteuer in Sri Lanka. Lehnen Sie sich an der Küste zurück, kühlen Sie sich im Hochland ab und schlendern Sie durch die Straßen der pulsierenden Hauptstadt. Probieren Sie feine Desserts, kochen Sie Meeresfrüchte direkt aus den Händen eines Fischers, entdecken Sie feurige Currys und verbringen Sie Zeit mit einladenden Einheimischen, die die Geheimnisse der sri-lankischen Küche teilen möchten. Es bleibt auch Zeit, die reiche Kultur Sri Lankas zu erkunden: kunstvolle Tempel, alte Festungen und wilde Landschaften. Das ist wirklich ein Abenteuer für die Sinne.

1.Tag: Negombo

Willkommen in Sri Lanka. Die als "Perle des Indischen Ozeans" bekannte Insel bietet Reisenden palmengesäumte Strände, rollende Plantagen und heilige, von Spiritualität geprägte Sehenswürdigkeiten. Mit charmanten Menschen, geheimnisvollen Ruinen und einer der besten Küchen der Welt wird die hypnotische Essenz Sri Lankas noch lange nach Ihrer Rückkehr in guter Erinnerung bleiben. Ein Ankunfts-Transfer steht Ihnen zur Verfügung, den Sie vor Ihrer Abreise gegen Aufpreis buchen können, oder ein Taxi kostet Sie ca. USD 10-15. Sie beginnen Ihr Abenteuer, indem Sie in Negombo, einem historischen Handelszentrum, das von einem faszinierenden Netz von Kanälen umgeben ist, die vom ländlichen Leben durchzogen sind, eintauchen. Ziehen Sie einen Liegestuhl an Negombos riesigem, geschwungenem Strand und genießen Sie den Indischen Ozean, bevor Sie sich heute Abend um 18.00 Uhr mit Ihrer Gruppe und Ihrem Reiseleiter bei einem Willkommenstreffen treffen. Bitte fragen Sie die Rezeption nach Uhrzeit und Ort Ihres Treffens. Die Reiseleitung wird bei diesem Treffen Ihre Versicherungsdaten und die Informationen der nächsten Angehörigen sammeln, also stellen Sie bitte sicher, dass Sie diese bereit haben. Verbringen Sie Ihre erste Nacht an der Küste, lernen Sie Ihre Mitreisenden kennen und beobachten Sie die Fischerboote, die vorbeiziehen. Vielleicht gehen Sie zusammen essen, um die erste Kostprobe der sri-lankischen Küche zu genießen.

2. Tag: Dambulla

Am Morgen wachen Sie früh auf und erleben die Action auf dem Negombo Fischmarkt. Der Markt liegt am nördlichen Ende einer Lagune, die für Hummer, Krabben und Garnelen bekannt ist. Schlendern Sie durch Stände, die mit Haien, Tintenfischen, Barrakudas und ungeahnten Meerestieren gefüllt sind, während die Verkäufer ihre Waren ausrufen, und erhalten Sie einen guten Einblick in den lokalen Handel. Weiter geht die Fahrt zu einer Kokosplantage (ca. 1 Stunde), Sie entdecken, warum diese "Supernahrung" so zentral für das Leben in Sri Lanka ist. Erfahren Sie, wie alle Teile des Baumes eine wichtige Rolle im täglichen Leben spielen, schlürfen Sie das Wasser einer Königskokosnuss, beobachten Sie, wie "Toddy Tappers" den Palmwein aus dem Kokosnuss-Saft extrahieren und verkosten Sie die Ergebnisse. Genießen Sie einen sri-lankischen Curry-Mittagessen. Weiter fahren Sie landeinwärts nach Dambulla (ca. 2 Stunden). Der Abend steht Ihnen zur freien Verfügung.

3. Tag: Dambulla

Nach dem Frühstück Fahrt nach Sigiriya (ca. 30 Minuten). Hier haben Sie die Möglichkeit, auf die Spitze des Felsens zu steigen, um seinen aufwendigen alten Festungskomplex zu sehen (ca. 2,5 Stunden Fußweg, einschließlich Treppe). Die 200 Meter hohen antiken Überreste einer Verteidigungshauptstadt, die von einem ängstlichen König erbaut wurde. „Lion's Rock“ beherbergt dynamische Fresken aus dem 5. Jahrhundert, terrassenförmige Gärten und sprudelnde Brunnen. Beobachten Sie anschließend uralte Traditionen in einem nahegelegenen Chena-Anbaugebiet, einer der ältesten Landwirtschaftsformen des Menschen. Die Hauptanbaukulturen sind tropisches Gemüse, Getreide, Getreide, Süßkartoffeln und Mais. Dann genießen Sie ein tropisches Mittagessen. Am späten Nachmittag kehren Sie nach Dambulla zurück, um den Markt zu erkunden und den Lastwagen und Menschen auszuweichen, die mit allen erdenklichen Produkten hoch gestapelt sind. Mit einer unglaublichen Auswahl an frischen Lebensmitteln, von denen ein Großteil später zum Verkauf nach Colombo transportiert wird, ist dies der perfekte Ort, um einen Eindruck von der landwirtschaftlichen Vielfalt Sri Lankas zu bekommen. Der Rest des Abends steht Ihnen für Ihre eigenen gastronomischen Abenteuer zur Verfügung. Nutzen Sie den freien Abend, um in der Stadt zu entdecken oder sich bei einem Drink zurückzulehnen. Es gibt viele Restaurants rund um die Märkte.

4. Tag: Kandy

Hoch oben auf einer Felswand liegen die beeindruckenden Tempel der Dambulla Cave. Sie werden heute Morgen Zeit haben, diese zu erkunden und die vielen Buddha-Bilder, Fresken und Gemälde zu bewundern.

Auf dem Weg in das physische und spirituelle Herz des Landes und die ehemalige Heimat des letzten sri-lankischen Königs, halten Sie zum Mittagessen in einem Gewürzgarten in der berühmten Gewürzregion Matale. Sri Lankas sind die Meister der Gewürze und hier erfahren Sie, wie Gewürze nicht nur in der Nahrung, sondern auch in der Kosmetik und der ayurvedischen Medizin verwendet werden. Riechen Sie die duftenden Gerüche von Kreuzkümmel, Zimt und Curryblättern, bevor Sie diese probieren. Da die Gewürzgärten hier bei Touristen beliebt sind, werden Sie feststellen, dass die Preise höher sind als außerhalb, aber es ist der ideale Ort, um mehr über die besten sri-lankischen Gewürze zu erfahren. Weiterfahrt nach Kandy und Ankunft am späten Nachmittag (ca. 2 Stunden). Kandy ist eine pulsierende Stadt, umgeben von üppiger grüner Landschaft, und sie beherbergt einen malerischen See, alte Geschäfte, einen geschäftigen Markt und einige großartige Restaurants. Heute Abend beobachten Sie Einheimische bei der Anbetung in Kandy's Dalada Maligawa (Tempel des Zahnes), einem der heiligsten Schreine Sri Lankas, der eine Zahnreliquie des Buddha beherbergt. Kontrastieren Sie die heilige Stille des Tempels mit den dröhnenden, energetischen Trommeln, die die aufwendig kostümierten Performer einer Kandyan-Tanzshow begleiten. Folgen Sie an Ihrem freien Abend vielleicht dem Klang des rhythmischen Hackens, um einem Koch zuzusehen, wie er eine Teigkugel in ein riesiges Blatt hauchdünnen Rotis verwandelt, geschickt in Scheiben schneidet, grilliert, mit Gemüse und Gewürzen vermischt und Kotthu Roti kreiert.

5. Tag: Kandy

Heute Morgen genießen Sie einen geführten Spaziergang durch Kandy's belebtes Stadtzentrum, einschließlich einer Tour durch den Central Market, bevor Sie eine nahe gelegene Teefabrik besuchen. Erfahren Sie mehr über die Teeernte und -produktion und genießen Sie einige Proben. Der Rest des Tages steht Ihnen zur freien Verfügung. Kandy beherbergt ein Nationalmuseum, Klöster und es gibt viele schöne Spaziergänge durch die Stadt. Der botanische Garten hier gehört zu den besten in Asien. Am frühen Abend können Sie sich einer singhalesischen Familie anschließen, um sich mit einem kandyanischen, süß gefüllten sri-lankischen Abendessen und Kochkurs zu verwöhnen. Versuchen Sie, Schnurtrichter herzustellen, einen glatten Reisteig in nudeldünne Stränge zu pressen, um perfekte Scheiben zu formen (das ist eine Kunst, die nur mit etwas Übung zu meistern ist!). Probieren Sie ein Curry aus würziger Kokosnussmilch, das einem thailändischen Curry näher kommt als ein klassisches nordindisches. Als Abschluss genießen Sie Süßspeisen, die von der niederländischen und portugiesischen

Desserttradition inspiriert sind.

6. Tag: Bandarawela

Heute Morgen unternehmen Sie eine malerische Zugfahrt in die Stadt Bandarawela (ca. 6 Stunden). Fahren Sie mit der Panoramabahn an Wasserfällen, kleinen Dörfern und durch die Berge hinauf zu dieser Stadt im kühlen Hochland, die einst bei britischen Plantagenbetreibern beliebt war. Bestaunen Sie die weitläufige Aussicht, die mit leuchtenden grünen Teesträuchern und Gemüseärten besticht. Heute Abend werden Sie zu einer traditionellen Mahlzeit in ein lokales Haus eingeladen.

7. Tag: Bandarawela

Stehen Sie früh auf, um einen einfachen Spaziergang durch die grüne Umgebung der Teeplantagen zu machen. Erfahren Sie mehr über den wichtigsten Export des Landes in einer lokalen Teefabrik, einer der ältesten in der Region, und probieren Sie Tee an der Quelle des Tees. Fahrt in die Stadt Haputale (ca. 1 Stunde) für ein hausgemachtes Mittagessen mit einer tamilischen Familie. Kehren Sie am späten Nachmittag nach Bandarawela zurück und genießen Sie den ländlichen Charme der Stadt und die wunderschöne Landschaft der Umgebung.

8. Tag: Yala/Udawalawe National Park

Fahrt in die Wildnis von Yala oder zum Udawalawe Nationalpark (ca. 2 Stunden). Der Park umfasst eine Vielzahl verschiedener Ökosysteme und verfügt über eine beeindruckende Vielfalt an Wildtieren, darunter Faultiere und viele Vögel. Am Abend unternehmen Sie eine Safari-Tour und machen sich auf die Suche nach den Leoparden, die in Bäumen lugern oder durch das Gebüsch stolzieren, Krokodilen, die den Fluss durchstreifen oder wilden Elefanten, die in der Savanne grasen. Bitte beachten Sie, dass bei schlechtem Wetter, die Nationalparks möglicherweise nicht besucht werden können und in diesen Fällen eine Alternative organisiert wird.

9. Tag: Mirissa

Beginnen Sie den Tag süß und entdecken Sie eine der beliebtesten Zutaten Sri Lankas. Probieren Sie Büffelquark, serviert in hellen Terrakotta-Töpfen mit dickem, goldenem Sirup, der oft als Snack, als Beilage zu Mahlzeiten oder als Dessert gegessen wird.

Auf dem Weg zum schönen Stranddorf Mirissa (ca. 3 Stunden) entdecken Sie den muslimischen Einfluss auf die sri-lankische Küche mit Gerichten wie Biryani und Watalappam beim Mittagessen. Verbringen Sie den Rest des Tages entspannt oder erkunden Sie den goldenen Sand der südlichen Küste Sri Lankas. Der Strand ist eine lange Badebucht und hat schönes ruhiges, klares Wasser zum Schwimmen. Auch die Sonnenuntergänge sind toll hier, ein Paradies, das du nicht verlassen willst! Beobachten Sie wie bunte Fischerboote ihre Ladungen frischen Fisches zurückbringen, um sie am Ufer zu verkaufen. Optional haben Sie die Möglichkeit eine Wal- oder Delfinsafari zu buchen umso den Walen und Delfine etwas näher zu kommen.

10. Tag: Mirissa

Treffen Sie sich mit einem lokalen Fischer und erfahren Sie mehr über sein Handwerk und wie sich sein Leben nach dem Tsunami verändert hat. Genießen Sie das frischeste Meeresfrüchte-Mittagessen mit einer Fischerfamilie - ein wunderbares Krabben-Curry wird wahrscheinlich auf der Speisekarte stehen. Weiter geht es zum perfekt erhaltenen Kolonialort Galle (ca. 1 Stunde) mit seiner Mischung aus europäischer Architektur und südasiatischen Traditionen. Am Abend machen Sie eine Tour durch das Königlich Niederländische Fort und erkunden die verwinkelten Gassen, das Labyrinth mit Galerien gefüllten engen Gassen und die 400 Jahre reiche Geschichte. Rückkehr nach Mirissa für die Nacht.

11. Tag: Colombo

Fahren Sie nach Norden zur letzten Station dieses gastronomischen Abenteuers und zu Sri Lankas kommerziellem Zentrum, Colombo (ca. 2,5 Stunden). Die Stadt ist eine kosmopolitische Mischung aus pulsierenden Straßenmärkten, kolonialen Gebäuden, interessanten Museen, guten Restaurants und großartigen Einkaufsmöglichkeiten. Auf einem Orientierungsspaziergang durch die Stadt, schlendern Sie durch den geschäftigen Basar in Pettah, wo der multikulturelle Charakter Sri Lankas hautnah zu spüren ist. Genießen Sie ein letztes holländisches Burgher-beeinflusstes Essen und feiern Sie das Ende Ihres Essensabenteuers mit neuen Freunden.

12. Tag: Colombo

Ende Ihrer Rundreise. Heimreise oder individuelle Verlängerung.

Inbegriffen

10x Frühstück, 7 x Mittagessen, 3 x Nachtessen
Transport im klimatisierten Fahrzeug
11 Hotelübernachtungen

Nicht inbegriffen

Flug ab/bis Schweiz

Gruppengröße

Min. 1, max. 12 Personen

Reisedaten

Diese Reise findet an fixen Daten statt, die Ihnen unsere [Sri Lanka Spezialisten](#) gerne auf Anfrage bekannt geben.

Preis

12 Tage/11 Nächte im DZ ab CHF 2118.- pro Person, Gruppenreise

Sri Lanka Real Food Adventure, 12 Tage



12 Tage/11 Nächte ab/bis Colombo

Highlights:

- Besuch einer Kokosnussplantage
- Dambulla - Grosshandelsmarkt Tour
- Sigiriya – Löwenfelsen
- Dambulla – Höhlentempel
- Kochkurs
- Besuch einer Teefabrik
- Safari im Yala- & Udawalawe NP
- Colombo

ab CHF 2118.- pro Person



