



## Kultur und Küche, 15 Tage

Die Reise führt durch Berge und Wälder, ans Meer, in die Wüste, in Dörfer und Städte. Neben historischen Sehenswürdigkeiten und der Geschichte des Landes folgen wir der Kochkultur Irans. Wir besuchen Köchinnen, typische Betriebe, Lokale und Restaurants. Im Gespräch mit diesen Menschen erhalten Sie Einblicke in das aktuelle und private Leben Irans. Diese Reise führt Sie zu den schönsten und wunderbarsten Sehenswürdigkeiten des Landes. Sie werden den Tumult der Hauptstadt Teheran erleben als auch wie die Prachtbauten Isfahans und die Gärten in Shiraz. Das Besondere an dieser Reise: Wir werden Ihnen die iranische Kochkunst und Kochkultur näher bringen, u.a. auch mit direktem Kontakt zu den Köchinnen und Köchen, die im dazugehörigen Buch vorgestellt werden.

Stationen: Teheran – Kerman - Yazd – Shiraz – Isfahan mit Schwerpunkt Wüste

### 1. Tag: Zürich –Teheran

Flug von Zürich via Istanbul nach Teheran. Die Flugzeiten werden noch bekannt gegeben. Transfer zum Hotel. Übernachtung im Hotel

### 2. Tag: Teheran

Besichtigungen in der der 12 Millionen Metropole des Landes. An den Tagen in Teheran besuchen wir bekannte Museen und Paläste. Wir fahren mit der U-Bahn und besuchen den hübschen Tadschrisch-Basar. Neben der traditionellen Kultur sehen wir auch zeitgenössische Kunst und Architektur. Übernachtung im Hotel

### 3. Tag: Teheran

Weitere Besichtigungen in Teheran. Übernachtung im Hotel

Küche: In Teheran findet man alle Spezialitäten der persischen Küche. Wir gucken in eine Sangak-Bäckerei, wo das Fladenbrot auf Kieselsteinen gebacken wird und trinken frischgepressten Karottensaft mit Safraneis. Wir gehen in traditionelle und trendige Restaurants. Geplant ist ein Besuch bei einer Köchin.

### 4. Tag: Teheran - Kerman (985 km)

Morgenflug von Teheran nach Kerman. Fahrt nach Shafiabad. Besuch der Kaluts mit Wanderung in der Wüste Dasht-e Lut. Sie gilt als heißeste Wüste der Erde. 2016 wurde sie in die Liste des UNESCO-Weltkulturerbe aufgenommen. Kalut heissen die natürlichen Felsformationen, die während Jahrtausenden zu ihrer heutigen Form geschliffen wurden. Wir versuchen den Sonnenuntergang in der Wüste Lut zu erleben. Übernachtung in einer EcoLodge

### 5. Tag: Shafiabad - Kerman (143 km)

Fahrt von Shafiabad über Mahan nach Kerman. Unterwegs besuchen wir das Mausoleums von Shah Nematollah Vali und den Garten des Prinzen, einer Oase in der Wüste. Übernachtung im Hotel

Küche: Wir kochen nach Möglichkeit mit einer Köchin und essentypische Spezialitäten der Region wie Boz Gormeh, gestampftes Lamm- oder Rindfleischragout mit Bohnen und Khask (getrocknetes Joghurt) oder Falude kermani, ein Sorbet aus Glasnudeln.

### 6. Tag: Kerman

Besichtigungen in Kerman. Kerman ist eine Oasenstadt am Rande der Wüste mit einem außergewöhnlich klaren Sternenhimmel. Hier befinden wir uns in der Nähe des heissesten Punkt der Erde. Besuch des Ganj-e Ali Khan Komplex (Bad & Teehaus) und der Freitagsmoschee. Übernachtung im Hotel

### 7. Tag: Kerman - Yazd (368 km)

Fahrt von Kerman über Rafsanjan nach Yazd. Unterwegs die Besichtigung vom Karavanserei Zein-o-Din. Nach der Ankunft machen wir erste Besichtigungen. Übernachtung im Hotel

### 8. Tag: Yazd

Spaziergang in der Altstadt von Yazd (UNESCO Kulturerbe). Yazd ist bekannt als Hochburg der zoroastrischen Religion. Sehenswert in Yazd sind u.a. die so genannten Windtürme (Natürliche Klimaanlage zur Kühlung) und die Türme des Schweigens, ehemalige Bestattungsstätte der Zoroastrier. Auch der Feuertempel und der Bazar sind einen Besuch wert. Übernachtung im Hotel

Küche: Berühmt sind die Süßigkeiten der Zuckerbäcker aus Yazd wie Ghot ab, Baklava und Kandiszucker, der mit Gewürzen wie Safran oder Kardamom aromatisiert wird.

### 9. Tag: Yazd - Pasargade (330 km)

Fahrt von Yazd durch wunderschöne Wüsten- und Berglandschaften nach Pasargade. In dieser ländlichen Region übernachten wir in einer Ecolodge, die von einer Bauernfamilie geführt wird. Wir geniessen das Essen mit Bio-Produkten des Bauernhofes. Es besteht die Möglichkeit einer kleinen Wanderung am Dorfrand. Übernachtung in einer EcoLodge

### 10. Tag: Pasargade - Shiraz (200 km)

Fahrt von Pasargade über Persepolis nach Shiraz. Persepolis, die antike, persische Zeremonienstadt (ca. 518 v. Chr.) wird von vielen auch als "Weltwunder der Antike" bezeichnet. Am Nachmittag machen wir die ersten Besichtigungen in Shiraz.. Übernachtung im Hotel

#### **11. Tag: Shiraz**

Shiraz ist berühmt als Stadt der Dichter, Rosen und Nachtigallen. Besichtigung der verschiedenen Sehenswürdigkeiten in Shiraz. Besonders interessant sind die Mausoleen der grossen iranischen Dichter Hafiz (13. Jh.) und Sa'adi (14. Jh.), sowie verschiedene Gartenanlagen und der Bazar. Übernachtung im Hotel

Küche: Wir planen einen Besuch bei einer Köchin und besuchen eine Süssbrotbäckerei und Destillerie, wo Kräuter und Blütendestilliert und im Herbst unreifer Traubensaft und Limetten gepresst werden. Wir erfahren mehr über die Wirkung der Hydrolate und den Arzt und Wissenschaftler Avicenna. Wir probieren Falude-ye Shirazi (Glasnudeleis mit Rosenwasser und Limettensaft) und das Safraneis Bastani-e Zafarani.

#### **12. Tag: Shiraz - Isfahan (485 km)**

Fahrt nach Isfahan. Je nach Ankunftszeit erste Besichtigungen in Isfahan. Übernachtung im Hotel

#### **13. Tag: Isfahan**

Besichtigungen in Isfahan, das unter den Seldschuken und den Safawiden zweimal Hauptstadt Persiens war. Unter ihrer Herrschaft wurde die Stadt zur stolzen Herberge der grössten und schönsten Bauwerke der islamischen Welt und gewann da durch ihren Charme, der ihr unter anderem die Bezeichnung "Perle des Orients" eingebracht hat. Lassen Sie sich bezaubern vom Naqsch-e Dschahan (Bild der Welt) Platz, den Moscheen, dem grossen Basar, den romantischen Teehäusern und weiteren Sehenswürdigkeiten. Übernachtung im Hotel

#### **14. Tag: Isfahan**

Weitere Besichtigungen unter anderem von verschiedenen Kunsthandwerken. Es bleibt auch Zeit, um unsere Einkäufe für zu Hause zu machen. Übernachtung im Hotel

Küche: Wir planen einen Privatbesuch. Typische Spezialitäten aus Isfahan sind Beryan, gekochtes Lammfleisch mit Zimt, Safran und Kräutern, Khorescht-e Mast, süsse Joghurtspeise mit Lammfleisch, die Süssigkeiten Gaz (weisser Nougat), Sohan (verschiedene Sorten Karamell) und Pulaki (hauchdünne, safranisierte Zuckerplättchen).

#### **15. Tag: Rückreise Isfahan - Zürich**

Transfer zum Flughafen. Flug von Isfahan via Istanbul nach Zürich. Die Flugzeiten werden noch bekannt gegeben. Flugzeit und Programmänderungen vorbehalten

\*\*\*\*\*

#### **Inbegriffen**

Flug ab/bis Schweiz

Transportmittel: Bequemer Reisebus und Inlandflug.

Hotelübernachtungen in mittel bis gehobener Kategorie

Vollpension (exkl. Getränke)

Alle Eintrittsgebühren

Begleitung durch einen englischsprachigen Lokalführer

Beschaffung der Visa für Iran inkl. Visagebühren

#### **Nicht inbegriffen**

Trinkgelder an Fahrer und Lokalführer

Getränke

#### **Gruppengrösse**

Min. 10, max. 16 Gäste

#### **Gut zu wissen**

Diese Reise wird begleitet durch Gabi Kopp, Autorin und Illustratorin des persischen Kochbuches und Iran Riahi, Iranexpertin und Mitbegründerin von Riahi Travel.

In Iran ändern sich Dinge manchmal sehr rasch. Um auf Aktualitäten eingehen zu können, werden kulturelle Veranstaltungen, Restaurant- und Privatbesuche zum Teil kurzfristig geplant, was zu Programmänderungen führen kann.

Das Buch zur Reise: Gemeinsam mit Iran Riahi hat Gabi Kopp Shiraz, Isfahan und Teheran bereist. Neben den wunderbaren Rezepten aus allen Landesteilen sind typische Lokale, Produktionsbetriebe und eine Hochzeit porträtiert. Das Buch gibt Einblicke in private Küchen und erzählt spannende Lebensgeschichten. Ein Bildglossar erklärt typische Gewürze, Kräuter und weitere Zutaten. Zusammen mit den farbenfrohen Zeichnungen eignet sich das Buch sehr gut als kulinarischer Reiseführer. Sie riechen den Duft von Safran, Zimt, Kardamon, Bitterorangen und Rosenwasser.

#### **Reisedaten**

Diese Reise findet an fixen Daten statt, die Ihnen unsere

gerne auf Anfrage bekannt geben.

#### **Preis**

15 Tage/14 Nächte im DZ ab CHF 5950.- pro Person, Gruppenreise



15 Tage/14 Nächte ab/bis Schweiz

- Highlights:
- Spektakuläre Landschaften
  - Kulturmetropolen, Geschichte & Kulinarik
  - Historische Sehenswürdigkeiten
  - Hauptstadt Teheran
  - Gärten in Shiraz

ab CHF 5950.- pro Person



