



- Pizza backen in Neapel
- Besuch einer Mozzarella-Käserei
- Pastaherstellung in Apulien

## Kulinarischer Streifzug von Kampanien nach Apulien

### 13-Tage-Studienreise



Gemeinsam erleben wir die unverfälschte Schönheit im Süden Italiens, auf einer Reise, die sowohl kulturelle als auch kulinarische Entdeckungen für uns bereit hält. Von den Römern ist überliefert, dass sie den besonders fruchtbaren Landstrich des heutigen Kampanien „Campania Felix“ nannten. Apuliens Märkte beeindruckten mit ihrem Angebot an taufrischem Gemüse und fangfrischem Fisch. Und die jahrtausendealte Geschichte kommt auch nicht zu kurz. Versprochen! Ihr Klaus Jeska

#### 1. Tag: Willkommen in Kampanien

Benvenuti am Golf von Neapel. Wir genießen ein Glas Prosecco, selbstverständlich aus italienischem Anbaugebiet, und stimmen uns bei weiteren lokalen Spezialitäten auf die Reise ein. (A)

#### 2. Tag: Neapel – street food und Pizza

Märkte, auf denen uns bunte Farben und Aromen begeistern und frische und duftende Lebensmittel angeboten werden. Das hat sich in Italien bis heute nicht geändert, stellt weiterhin den Lebensmittelpunkt der Einheimischen dar. Hier trifft man sich und tauscht sich aus, erfährt Neues und gibt solches weiter. Dabei verzehrt man dann gerne den ein oder anderen Happen, so verwundert es nicht, dass es in Italien eine lebhaft

street food-Kultur gibt. Wir schlendern durch die engen Gassen Neapels und erkunden nebenbei die wichtigsten kulturellen und historischen Monumente wie die Basilika Santa Chiara. Natürlich widmen wir uns aber in erster Linie dem street food: Sfogliatelle, Arancini oder Pizza Fritta. Wie wurde die Pizza, das ehemalige „arme-Leute-Essen“, bis heute zu einem Welterfolg? Wir hören zu und lernen, eine neapolitanische Pizza zu backen! Abends besuchen wir dann eine Limoncello-Produktion, spazieren durch die duftenden Zitronen- und Olivenhaine, bevor wir erst hören, dann schmecken und genießen. Oder wussten Sie, dass die Zitrusfrüchte eigentlich aus Indien und China stammen? 100 km (F, M)

#### 3. Tag: Pompeji, Vesuv und Wein

Nach dem Frühstück brechen wir auf nach Pompeji, das durch den Ausbruch des Vesuvs im Jahr 79 n. Chr. zerstört wurde. Die äußerst fruchtbare Böden gab es jedoch schon davor, und war einer der Gründe weshalb sich bereits die Römer hier angesiedelt hatten. In der Nähe von Pompeji werden wir ein Weingut besuchen, um einen Spaziergang auf den Hängen des Vesuvs zu genießen. Der Winzer wird uns den Geist von Bacchus aufleben lassen, wenn wir einige Weine kosten und dazu lokale Appetithäppchen verkosten. Eine der Spezialitäten wird sicherlich die Mozzarella di Bufala sein. Der berühmte Weichkäse hat seine Ursprünge vor allem in den Regionen Kampanien und Apulien. 70 km (F, M)

#### 4. Tag: Amalfiküste und Pastazubereitung

Die beeindruckende Felsküste mit einladenden Dörfern wie Positano und Amalfi bieten ein völlig anderes Landschaftsbild. Da die steilen Abhänge ungünstige Voraussetzungen für Obst- und Gemüseanbau bieten, standen in dieser Region bevorzugt frischer Fisch und Meeresfrüchte auf dem heimischen Speiseplan. Aber auch das hat seinen Charme, wie wir im weiteren Verlauf unserer Reise zweifelsfrei feststellen werden. Zurück in den Hügeln oberhalb von Sorrent kochen wir gemeinsam in einem alten Bauernhaus: Antipasti, Pasta und Dessert. Jeder einzelne trägt zum Gelingen des heutigen Abendessens bei. Die spannendste Frage: Welches Dessert wird es wohl geben? 70 km (F, A)

#### 5. Tag: Von Kampanien nach Apulien

Auf der längeren Fahrt hinüber nach Apulien erfahren wir von unserem Studienreiseleiter von Gemeinsamkeiten und Unterschieden Kampaniens und Apuliens: Kulturell, traditionell, aber auch auf dem Tisch. Auf einer Landzunge aus weißen Kalkfelsen erstreckt sich die Altstadt von Vieste mit ineinander verschachtelten, weißgetünchten Häusern. Nach unserer Ankunft sehen wir noch Teile der bunten Marktstände mit Kräutern, Obst und Gemüse: Düfte und Farben lassen uns in Genuss schwelgen und wir verstehen, warum ein Markt oft wichtiger ist als die lokale Tageszeitung. 275 km (F, A)

#### 6. Tag: Bootsausflug an der Küste – Peschici

Heute steigen wir auf's Boot als Transportmittel um. Es schaukelt uns zu einem erstklassigen Mittagessen in eindrucksvoller Umgebung des Gargano. Wir sehen die „Trabucchi“ von Peschici, antike große, hölzerne Fischfangeräte. Damals wie heute ist Fischfang unabdingbar für die Menschen in dieser Region. Sicherlich kommen wir im Hafen mit einem Fischer ins Gespräch, der uns einen Geheimtipp für den heute besten Fisch auf dem Tisch gibt! Vielleicht Sepia, Calamari oder doch eher Seeigel oder Muscheln? Nebenbei genießen wir den Blick auf die Küste mit ihren hellleuchtenden Stränden und dem tiefblauen Meer. 70 km (F, M)

#### 7. Tag: Foresta Umbra – Monte Sant'Angelo

Die Foresta Umbra gilt als grüne Lunge des Gargano und bildet einen der letzten Urwälder Europas. Wir spazieren zwischen Bäumen und Blumen und lassen uns apulische Spezialitäten zum Picknick schmecken. Keinesfalls fehlen wird:

Hervorragendes Olivenöl mit frischem Brot, Salami und Käse und Primitivo di Manduria. Am Nachmittag erreichen wir die UNESCO Welterbestätte Monte Sant'Angelo, deren Grottenbasilika als einzige Kirche des Abendlandes gilt, die nicht von Menschenhand, sondern vom Erzengel Michael geweiht worden sein soll. 75 km (F, P)

#### 8. Tag: Castel del Monte, slow food und Spezialkaffee

Das Castel del Monte ist als Wahrzeichen Apuliens bekannt. Noch heute ist die Funktion der Burg umstritten und ebenso, was zu ihrer besonderen, achteckigen Form geführt hat. Mittags kümmern wir uns wieder um die kulinarischen Trends: „slow food“ – Entschleunigung auch beim Essen heißt hier das Zauberwort. Zunächst wandeln wir durch einen Garten und sehen Pflanzen, die Sie hier nicht vermuten würden. Mit diesem Wissen widmen wir uns dann der italienischen Lebensphilosophie – dem Essen. Wir genießen ein anregendes Mittagessen mit „0-km Produkten“ aus eigenem Anbau; selbstverständlich wird jeder einzelne Gang im Detail erläutert, und wichtig ist vor allem: Wir lassen uns ausgiebig Zeit! Einen leichten Spaziergang machen wir anschließend in Polignano; bildhübsch mit weiß gekalkten Häusern an den Klippen der Adriaküste. Beim „Barista“ lassen wir uns dann endlich auch in die Welt des Caffè, wie der Espresso kurz genannt wird, entführen. Der Caffè hat in ganz Italien einen hohen kulinarischen und sozialen Stellenwert: Caffè am Morgen und am Abend, in der Bar, am Strand oder mit Freunden. Er gehört zum Leben dazu! In ganz Apulien gibt es kleine und größere Röstereien, und wir werden feststellen, dass diese den bekannten Namen in nichts nachstehen. 300 km (F, M)

#### 9. Tag: Apulien: Pasta und Käse

Schon im Mittelalter war Ostuni als „weiße Stadt“ und die Umgebung für scheinbar unendlich viele Olivenbäume bekannt. Nach einem Stadtrundgang durch die engen Gassen treppauf und treppab fahren wir zu einer Ölmühle und stellen uns die Frage, welche Verbindung Möbel und Musikinstrumente mit Oliven haben: Das Holz! Und warum ist das extra native, grünliche Olivenöl eigentlich so wertvoll? Wir erfahren es hier. Weiter geht es zu einer Mozzarella-Käserei und wir probieren sie nochmal: Die Mozzarella di Bufala, sprich Büffelmilch-Mozzarella, sehr lecker, eine echte apulische Spezialität. Locorotondo schließlich ist mit

dem orangenen Label für Nachhaltigkeit ausgezeichnet – schauen wir uns um. Und dann endlich fahren wir in die Trullostadt Alberobello, durchstreifen die Gassen der Rundbauten, bevor wir in einem typischen Trullo ganz nach alter Tradition selbstgemachte Pasta zubereiten. Die bekannteste Pastasorte Apuliens sind die Orecchiette: kleine, runde Nudeln, deren Form an Ohren erinnert. Ob wir diese Form gemeinsam hinbekommen? 140 km (F, A)

#### 10. Tag: Altamura – Matera

Das Brot aus Altamura ist eines der besten und bekanntesten Brote Italiens, zu 100 Prozent aus Hartweizenmehl im Holzofen hergestellt. Brote aus diesem Mehl sind selten und so lecker, dass Sie auch einen fast food-Riesen aus dem Wettbewerb drängten: Ein Bäcker entschied sich, ein Geschäft mit frischen Produkten, eine Focacceria – direkt neben dem international bekannten Schnellrestaurant – zu eröffnen. Und binnen anderthalb Jahren gewann die „Focaccia Pugliese“ die Oberhand gegen die Burger: das fast food Restaurant wurde geschlossen. In genau dieser Focacceria überprüfen wir die Qualität persönlich vor Ort! Erstklassig gestärkt besichtigen wir die berühmten Sassi von Matera, jene bis in die 1950er Jahre bewohnten Höhlenwohnungen. 265 km (F, A)

#### 11. Tag: Manduria – Lecce

Auf nach Manduria, in die Stadt des Primitivo. Der Wein gehört seit jeher zum italienischen Alltag wie das Brot, die Pasta, der Caffè oder der Marktbesuch. Wir begutachten das Museum des Primitivo und kehren bei einem kleinen lokalen Winzer ein, um den guten Tropfen vor Ort zu verkosten. Dass die Stadt Lecce schon zur Römerzeit ein wichtiger Militär- und Handelsstützpunkt war, das sieht man auf der Piazza Sant'Oronzo. Ihre wirtschaftliche und künstlerische Blütezeit erlebte die Stadt zwischen 1550 und 1750, als sie zum Stützpunkt des spanisch beherrschten Süditalien gegen die Türken ausgebaut wurde. Damals erhielt die Altstadt ihr charakteristisches barockes Aussehen. Was werden wir zum Ausklang des Tages probieren? Einen Caffè – mindestens. 145 km (F, A)

#### 12. Tag: Bari

Heute Vormittag entspannen wir uns zunächst im Hotel und fahren erst gegen Mittag nach Bari. Wir beginnen mit einem Spaziergang durch das historische Viertel Bari Vecchia. Einige der typischen Spezialitäten der Stadt werden wir in einem Geschäft probieren. Man sollte wissen:

die apulische Küche ist seit jeher nicht besonders raffiniert – durch die Nutzung weniger, aber hervorragender Zutaten jedoch höchst geschmackvoll und sehr bekömmlich. Olivenöl, Weizenmehl und viel sonnengereiftes Gemüse – meist aus dem eigenen Anbau – und ausgewählte Gewürze bestimmen die Zutaten für die Mahlzeiten. Zum Abschluss besuchen wir Cisternino, einen kleinen Ort, der für seine typischen kleinen Metzgereien der Altstadt bekannt ist. Das wussten schon die alten Römer bei ihren Feiern und Gelagen zu schätzen. So ist auch nicht verwunderlich, dass die vielfältigen Gaumenfreuden bis heute in Gedichten, Liedern und Theaterstücken immer wieder eine zentrale Rolle spielen. Selbstverständlich gibt es dann heute Abend ein Fleischgericht zu essen! 255 km (F, A)

### **13. Tag: Rückreise**

Zwei wunderbare Wochen durch die Geschichte und einzigartige Vielfalt der italienischen Küche enden heute. Zukünftig werden Sie mit Bestimmtheit den Besuch beim Italiener mit ganz anderen Augen betrachten und keine noch so ausgefallene Spezialität wird Ihnen unbekannt sein. Sie fliegen zurück nach Hause und haben die facettenreiche Kultur Süditaliens hoffentlich fürs Leben lieben gelernt. Auf Wiedersehen und „buon appetito!“ (F)

Flugplan-, Hotel- und Programmänderungen bleiben ausdrücklich vorbehalten.

(F=Frühstück,  
M=Mittagessen/Mittagsimbiss,  
P=Picknick, A=Abendessen)

# Kulinarischer Streifzug von Kampanien nach Apulien

## 13-Tage-Studienreise

### Termine und Preise 2021 in €

ST 235T080

Termine/Saison

Pro Person im Doppelzimmer inklusive Flug ab/bis München.  
Die Angabe "Teilnehmer" (in der Tabelle ganz rechts) gibt an, wie viele Gäste mindestens gebraucht werden, damit die Reise garantiert durchgeführt wird. Sollte diese Zahl nicht erreicht werden, kann die Reise nicht stattfinden. Teilnehmerzahl: Ø 12

### Im Reisepreis inbegriffen

- Zug zum Flug\*
- Flüge mit renommierter Fluggesellschaft in der Economy-Class bis Neapel/ab Bari\*
- Luftverkehrssteuer, Flughafen- und Flugsicherheitsgebühren\*
- Rundreise/Ausflüge im komfortablen Reisebus mit Klimaanlage
- Transfers am An- und Abreisetag\*
- Bootsfahrt laut Programm
- 12 Hotelübernachtungen inkl. lokale Steuern (Bad oder Dusche/WC)
- 12x Frühstück, 4x Mittagessen/Mittagsimbiss, 1x Picknick, 7x Abendessen

### Bei Gebeco selbstverständlich

- Deutsch sprechende qualifizierte Gebeco Studienreiseleitung
- Bootsfahrt bei Vieste
- UNESCO-Welterbestätte Monte Sant'Angelo
- „Weiße“ Stadt Ostuni
- Pizza-Workshop
- Weinprobe am Vesuv und in Manduria
- Pasta-Kochkurs
- Verkostung von Limoncello, Mozzarella, Olivenöl, Focaccia
- Einsatz von Audiogeräten
- Alle Eintrittsgelder
- Reiseliteratur zur Auswahl

### Mehr Komfort

- Aufpreis Zug zum Flug 1. Klasse € 86 BA ZZF1

### Ihre Hotels

Ort	Nächte/Hotel	Landeskat.
Piano di Sorrent	4 Klein Wien	★★★
Mattinata	3 Il Porto	★★★★
Mesagne	5 Tenuta Moreno	★★★★