



Cursus 'Koken in Portugal'

Leer koken volgens de authentieke Portugese keuken

Landelijke keuken, puur, geen tierlantijnen, streekproducten, ambachtelijke technieken, traditionele bereidingswijzen, samen koken, eten, drinken en genieten. Dit zijn ingrediënten van de kookcursus die ik met trots aanbied in samenwerking met Quinta das Cegonhas in Melo, Portugal.

Wat?

Deze kookcursus vindt plaats op een unieke locatie in Portugal. Jij regelt de vlucht naar Porto en ik verzorg de rest! We gaan vijf dagen koken, genieten, uitproberen en samen ontdekken wat de Portugese keuken zo bijzonder maakt. Ook bezoeken we meerdere interessante locaties die met deze authentieke keuken te maken hebben. We krijgen o.a. een rondleiding bij een Adega waar men eerlijke heerlijke wijnen maakt. Verder gaan we naar een weekmarkt waar van alles te koop is aan streekproducten en waar je kunt proeven en genieten van veel lekkers. Ook maak je kennis met de landelijke Portugese keuken die is gebaseerd op regionale verse producten, zoals vlees, vis, een schat aan olijfoliën, een diversiteit aan worsten, kazen en snacks, en een grote keur aan zoete lekkernijen en gebak. We gaan zelf bekende en minder bekende gerechten maken. Naast de aanwezige uitgebreide keuken gaan we ook buiten aan de slag met de hout gestookte oven, de barbecue en de rookoven. Iedere keer weer met aandacht voor authentieke technieken en smaken. Ben je nieuwsgierig? Neem eens een kijkje op: www.kokeninportugal.nl

Wanneer?

Voor 2025 staan de volgende cursusweken gepland:

22 juni t/m 28 juni

31 augustus t/m 6 september

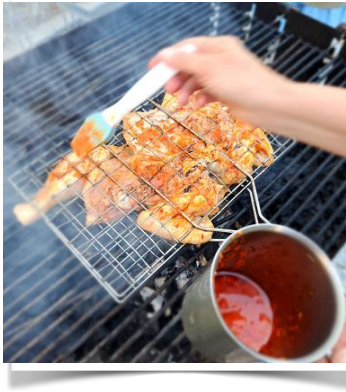
Je komt op de zondag uiterlijk in de avond aan. Op de maandag gaan we 's morgens van start met de kookcursus en we sluiten af op vrijdagavond.

Je vertrekt zaterdagochtend na het ontbijt.

Denk je aan een kookweek met een eigen groep op andere data? Ook dat kan! Neem contact op voor de mogelijkheden.

Waar?

Aan de rand van natuurpark Serra de Estrela ligt [Quinta das Cegonhas](http://www.kokeninportugal.nl), in een omgeving die zich kenmerkt door kleine pittoreske dorpjes. De quinta is een 17e-eeuwse boerenhoeve, gelegen op een helling met uitzicht over het dal. Op het bijbehorende campingterrein staat het vol met



olijfbomen, fruitbomen, wijnranken en prachtige bloemen. Het water is er kraakhelder, verkwikkend fris en komt uit een eigen bron. Er is zowel een moestuin als een kruidentuin. Kortom, een magische plek die aanvoelt als 'oer'. Je voelt je één met de natuur en je vindt er stilte, rust en ruimte. Het brengt je terug bij jezelf. De locatie beschikt over een groot zwembad waar je gebruik van kunt maken en je kunt een reikibehandeling en hotstone-massage boeken.

Op deze prachtige locatie verblijven we en gaan we koken. Er zijn drie kamers beschikbaar (2, 2 en 3 personen), een Pod (2 personen) en een groot huis (6 personen). Wil je meer weten over de locatie, kijk dan eens op de website van Quinta das Cegonhas www.cegonhas.nl

Praktische informatie

De kosten van de kookweek bedragen € 795 per persoon op basis van twee personen per kamer. En wat krijg je daarvoor? Zes overnachtingen (van zondagavond t/m zaterdagochtend), vijf dagen vol pension tijdens de cursusdagen, vijf dagen kookles, vier excursies (o.a. een wijnhuis en een lokale markt), ingrediënten, de recepten en vooral een mooie ervaring. Wil je graag alleen op een kamer? Dan wordt € 125 extra in rekening gebracht.

Bij het ontbijt en de lunch zijn koffie en thee inbegrepen. De drankjes bij het diner reken je apart af. We ontvangen maximaal 12 cursisten, dus je krijgt alle persoonlijke aandacht van mij als kookdocent.

Het dagprogramma ziet er van maandag t/m vrijdag ongeveer als volgt uit:

8.00 uur:	ontbijt
9.30 uur:	vertrek excursie
12.00 uur:	terugkomst
12.30 uur:	lunch
Rond 16.00 uur:	start kookles (uitleg + koken)
19.30 uur:	diner met korte toelichting van de gerechten door de cursist zelf
20.30 uur:	afsluiting, evaluatie van de recepten

Op één ochtend staat niets ingepland. In de omgeving is genoeg te zien en te doen, dus ik kan je zeker wat tips geven.

De reis van Nederland naar de locatie en weer terug regel en betaal je zelf. Vanaf Eindhoven en Amsterdam gaan er per dag meerdere directe vluchten naar Porto. Vanuit Porto kun je eenvoudig en goedkoop met de bus naar Gouveia (ongeveer 2½ uur), waar je opgehaald kunt worden. Deze transportkosten worden apart in rekening gebracht. Op de luchthaven van Porto zijn er ook voldoende mogelijkheden om een auto te huren. Online kun je hier meer informatie over vinden. Mochten er nog vragen zijn, dan kan ik natuurlijk met je meedenken.



Langer verblijven?

Dat kan! De locatie en de omgeving heeft zoveel moois aan activiteiten en rust te bieden. Prachtige wandelingen, mooie plekken aan watertjes en meren, hoogvlaktes, pittoreske dorpjes en kastelen. Als je langer wilt blijven dan deze cursusweek, geef dit dan aan op het aanmeldformulier. Dan nemen de eigenaren van de locatie contact met je op om de mogelijkheden door te spreken.

Boeking, annulering en betaling

Zodra jouw inschrijving via het inschrijfformulier bij ons binnen is, reserveren we de eerst beschikbare plek voor je. Je ontvangt een betaalverzoek voor een aanbetaling (50% van de totale reissom) met een uiterlijke betalingstermijn van 15 dagen. Zo lang kunnen we je reservering vasthouden. Wanneer de aanbetaling is voldaan, is je boeking definitief. Het laatste deel betaal je uiterlijk 25 dagen voor het begin van de reis. Vanaf het moment dat je de aanbetaling hebt betaald, gelden de volgende annuleringskosten:

- Tot 60 dagen voor het begin van de reis: 50% van de totale reissom
- Tot 21 dagen voor het begin van de reis: 75% van de totale reissom
- Minder dan 21 dagen voor het begin van de reis: 100% van de totale reissom

En tenslotte: met wie ga je dit avontuur aan?

Goede vraag! Ik ben Ingrid van den Arend en al ruim 30 jaar culinair redacteur, receptenschrijver, kookdocent, conceptbedenker en inspirator. Authentieke gerechten uit verschillende culturen uitproberen, daarmee experimenteren en de originele smaak naar boven krijgen, doen mijn hart sneller kloppen. Dit komt door de ambacht, traditie en de vaak prachtige verhalen die hierachter schuilen.

Portugal is een prachtig land met een veelzijdigheid aan natuur en cultuur en met een landelijke keuken die heerlijk, puur en eenvoudig is. Eten is voor mij zoveel meer dan voedsel alleen. Samen koken is een eeuwenoude manier om te verbinden: de tuin met de keuken, de grond met het bord en de mensen met elkaar. Samen zoeken naar de beste smaakcombinaties, met bekende en onbekende producten. Ik neem je er graag in mee!