MACHETE TOURS

DRØMMEREJSE TIL SYDAMERIKA

SEDAN 2001

Gruppresa.

Peru med Amazonas 18 Dagar.

Utforska Inkariket, uppleva den vackra naturen runt Colca Canyon, träffa lokalbefolkningen vid Titicacasjön och njut av den vackra regn skogen runt Puerto Maldonado. Denna resa har allt för dina sinnen!







Om Oss

Machete Tours är ett ekoturismföretag som arrangerar paket och rundresor till SydAmerika. Vi började vår verksamhet år 2000 med turer till den världsarvslistade nationalparken Manu, belägen i sydöstra Amazonas i Peru. Sedan dess har vi växt och blivit en av Perus största turistoperatörer. Idag har vi verksamhet i Peru, Danmark och Sverige där huvudkontoret ärbeläget i Lund.
Sedan 2008 har Machete Tours expanderat och vi erbjuder nu även resor till Chile, Bolivia, Ecuador, Galapagosöarna och Costa Rica. Vår verksamhet har ett fast utbud av rundresor för såväl individuella resenärer som för grupper men vi skräddarsyr även mer än gärna arrangemang helt efter kundens önskemål och omvandlar kundens drömmar till verklighet.

Våra objekt

På Machete tours tar vi ett stort ansvar för miljö och etik och ser till att lokal befolkningen får en del av förtjänsten av vårt arbete. Vår strävan är att både vår personal och våra kunder skall få ökad kärlek och respekt för naturen genom en större förståelse. Vi har även startat ett projekt i Peru som fokuserar på utbildning och uppmuntran till att läsa. Projektet kallas för Hans Christian Andersen Library Project.

Vår personal

Vi använder oss av en väletablerad grupp av professionella guider som alla är licensierade för att arbeta på våra rutter. Alla våra guider är flerspråkiga, och minimikravet är att de ska kunna tala engelska och spanska flytande. Utöver detta har alla våra guider genomgått speciellt utformade guideutbildningar.

MACHETE TOURS VÄLKOMNAR DIG TILL SYDAMERIKA OCH INBJUDER DIG TILL ATT UPPLEVA KONTINENTENS SPEKTAKULÄRA REGNSKOGAR, GASTRONOMI, GLACIÄRTÄCKTA BERG OCH FANTASTISKA KULTURER MED OSS.

Machete Tours Kontakt uppgifter/Emergency phone number.

- Cuzco office phone: +51 84 224829
- Lima office phone: +511 96415 0238
- 24 Hour emergency numbers:
- +46 760 461 860
- +51 984226912 (Cuzco)
- ronald@machetetours.se

www.machetetours.se

Peru med Amazonas 18 Dagar

Från Perus huvudstad Lima, via den djupa Colca Canyon kommer vi till den högt belägna Titicaca sjön innan resan fortsätter till Perus gamla huvudstad Cuzco och det berömda Machu Picchu. Vi beger oss sedan ut i den vackra regnskogen runt Puerto Maldonado.

Program:

Dag 1: Ankomst till Lima
Dag 2: Lima.
Dag 3: Lima till Arequipa.
Dag 4: Arequipa.
Dag 5: Arequipa till Colca Canyon.
Dag 6: Colca Canyon till Puno.
Dag 7: Puno till Amantani.
Dag 7: Amantani till Taquile och Puno.
Dag 9: Puno till Cuzco.
Dag 10: Cuzco.
Dag 11: Cuzco, Inka folkets Heliga dal.
Dag 12: Cuzco till Aguas Calientes
Dag 13: Aguas Calientes till Cuzco.
Dag 14: Cuzco till Puerto Maldonado och Nape Lodge.
Dag 15: Nape Lodge
Dag 16: Lodge – Puerto Maldonado – Lima
Dag 17: Lima och hemresa.
Dag 18: Ankomst till Skandinavien.



Dag 1. Ankomst till Lima

Vid ankomsten till Lima's Jorge Chavez flygplatsen möts ni upp av en representant från Machete Tours och får transfer till det bekväma hotellet som ligger ca 40 minuter därifrån i Limas historiska center. Eftermiddagen/kvällen är fri för egna aktiviteter.

Dag 2. Lima

På förmiddagen får vi en guidad tur genom Limas historiska center. Vi besöker stora torget, den imponerande katedralen (vilken förstördes i en jordbävning 1446 och återuppbyggdes) samt Plaza San Martin för att nämna några höjdpunkter. Vi besöker även ett av stadens museum innan vi äter lunch på Larcomars shopping center med utsikt över Stilla havet. Resten av dagen är fri för egna aktiviteter. (F.L)

Dag 3. Lima till Arequipa

Morgonen börjar med en kort flygresa till den eleganta staden Arequipa byggd i kolonialstil. Staden ligger vackert inbäddad bland 3 vulkaner, Misti (5,822m), Chachani (6,057m) och Pichu-Pichu (5,669m). Dessa tronar upp som jättelika väktare över staden och minner om den gigantiska kraft som format Anderna. Arequipa som ligger på en höjd av nära 2400 meter över havet är byggt nästan uteslutande av en vit vulkanisk sten som kallas "sillar".

Efter check in väntar en guidad tur av stadens historiska guldkorn. Vi börjar vid det vackra stora torget och stadens katedral, för att sedan besöka Arequipas största turist attraktion - det vackra Santa Catalina klostret. Klostret som var stängt för allmänheten fram till 1970 tjänade som hem åt nära 400 nunnor och var som en egen stad i staden. Vi beger oss sedan till Yanahuara torget för att få en bra överblick över stadens vulkaniska omgivningar. Vi återvänder till hotellet där vår guide ger oss en kort introduktion angående vår 2 dagars expedition till Colca Canyon. Resten av dagen är fri för egna aktiviteter. (F.M)

Dag 4. Arequipa

Dagen är fri på egen hand. En bra tid för att acklimatisera sig innan resan till Anderna. (F)





Dag 5. Arequipa till Colca Canyon

Dagen börjar tidigt då vi blir hämtade med buss för att fortsätta vår rundresa till Colca Canyon. Vår färd går igenom en vidsträckt och scenisk högplatå kallad ”altiplano”, ett område som sträcker sig upp emot höjder på 4000 meter över havet. Längs vägen passerar vi förbi små byar och samhällen och har vi tur kan vi till och med få se lokalbefolkningen fösa lamadjur och alpackor över de stora öppna slätterna. Då vi passerar igenom Aguada Blanca Vicuna Reserve kan vi kanske få se lamadjurens vilda släkting, Vicunan!
På eftermiddagen anländer vi till Chivay (3633m), vilken är entré porten in till Colca Canyon. Stadens silhuett domineras av de två spektakulära och högst aktiva vulkanerna Sabancaya och Ampato (6,288m). Efter en lång dag i buss beger vi oss till Chivays tempererade bad för att koppla av och bli av med resdammet. (F.L)

Dag 6. Colca Canyon till Puno

Efter en tidig start beger vi oss till Cruz del Condor, varifrån man har en utmärkt utsikt över en av de djupaste dalgångarna i Colca Canyon. Här ifrån har man en god chans att få se världen största flygande fågel, den majestätiska Andiska Kondoren som har ett vingspann på upp till 3 meter! I den tidiga morgonen ger sig dessa fåglar ut bärandes av luftströmmarna som stiger upp ifrån dalgångarna för att leta efter föda.

Vi återvänder till hotellet för att äta lunch innan vi tar bussen till Puno och den högt belägna Titicaca sjön. Vid ankomsten checkar vi in på vårt hotell. Resten av kvällen är fri att spendera på egen hand. (F)

Dag 7. Puno till Amantani

Idag påbörjar vi vår båt tur på Lake Titicaca. Vi besöker de berömda “flytande öarna” gjorda av Uros folket och forsätter sedan till den lugna och sceniska ön Amantani.
Här fortsätter vår Peru rundresa med en guidad tur av ön i sällskap av en lokala guide som berättar om ön pre-kolombinanska historia. Därefter njuter vi av den vackra solnedgången över sjön. Vi bor hos lokala familjer som ger oss inblick i deras kulur och livsstil på denna traditionella ö. (F.L.M)

Dag 8. Amantani till Puno

På väg från Amantani besöker vi Taquile Island, en ö som domineras av antika Inka terrasser där vi får se en demonstration av traditionella vävtekniker. På ön äter vi en lunch bestående av nyfångad forell från sjön samt lokalt odlade frukter och grönsaker.
Sen eftermiddag går vi åter ombord på vår båt och återvänder till vårt hotell i Puno. (F.L)



Dag 9. Puno till Cuzco

Idag färdas vi från Puno till Cuzco, inka rikets gamla huvudstad som idag är en vacker och pulserande mångkulturell stad. Resan tar ca 9 timmar men vi passerar igenom ett spektakulärt landskap. Vi stannar på åtskilliga intressanta natur och historiska platser så som de unika begravningstornen i Sullustani. Tornen som byggdes på stranden till sjön Umayo är ett minne av Colla klanen som levde innan Inka folket. Vårt nästa stop blir passet La Raya. Passa på att beundra den storslagna utsikten. Vi tar oss sedan ned till Raqchi och besöker en av Inka rikets heligaste platser - ruinerna av templet Viracocha. Enligt inka folkets mytologi är Viracocha skaparen av allt liv och den heligaste av deras gudar.
När vi kommer fram till Cuzco checkar vi in och får en kort introduktion av staden och morgondagens färdplan. Kvällen är fri att på egen hand utforska Cuzcos livliga nattliv och utmärkta restauranger. (F.L)

Dag 10. Cuzco

Förmiddagen är fri att på egen hand utforska Cuzco.
Kl. 14.00 möter en lokal guide upp för att ta med oss på en stadstur samt att besöka stadens omgivningar. Under turen får vi en större förståelse för det stora skådespel som utspelade sig här på 1500 talet då två av världens största kulturer kolliderade. De spanska erövrarna med det inhemska inka folket! Vi besöker Katedralen Santo Domingo och 'Koricancha' – Inkafolkets magnifika soltempel.Turen fortsätter med ett besök till det ceremoniska centret Sacsayhuaman beläget högt på en kulle över Cuzco.
Sacsayhuaman storlek är imponerande. Stora väggar, byggda av individuellt uthuggna stenar, omringar platsen och den största väger till och med 125 ton! Varje år i juni avslutas Quechua festivalen Inti Raymi inom dessa väggar. Ett verkligt exempel på den inhemska kulturen och väl värt att beskåda. På väg från Sacsayhuaman besöker vi de välbevarade inka städerna Quenco, Puka Pukara och Templet Tambo Machay. Turen tar ca 4 ½ till 5 timmar och avslutas då vi återvänder till hotellet. Kvällen är fri till egna aktiviteter. (F.)





Dag 11. Inka folkets Heliga dal

Vår rundresa i Peru går idag till Inka folkets heliga dal - “the Sacred Valley.” Vi lämnar Cuzco med buss och åker över kullarna in i ett fascinerande center av Quechua kultur. Landsbygden består till största delen av odlingsmark och lokala bönder lever på samma sätt som de har gjort i århundraden. En bit efter vägen får vi syn på den magnifika snötäckta Vilcanota bergskedjan som dominerar detta landskap. Stora kantiga glaciärer tornar upp sig väl över 5000 meter över havet. Dessa berg ansågs förr vara gudar ”Apus” av det lokala folket, och vissa tror än idag att de besitter någon helig kraft. Vårt första stopp blir vid marknaden i Pisac, som vaktas av en imponerande Inka fästning. Efter lunch fortsätter vi mot Ollantaytambo. Denna charmerande stad ligger i hjärtat av dalen och omgivs av stora vidder med inka terrasser. Det var här som det historiska slaget tog plats under Manco Inkas tid då han reste sig emot de spanska erövrarna. På väg tillbaka till Cuzco stannar vi vid den vackra byn Chinchero som ligger i högländerna emellan Cuzco och den heliga dalen. Här besöker vi stadskärnan, kyrkan och marknaden innan vi återvänder till Cuzco och vårt hotell. (F.L)

Dag 12. Cuzco till Machu Picchu

Tidig morgon beger vi oss till tåg stationen för att gå ombord på tåget som skall ta oss med till Aguas Calientes. Den lilla staden ligger nedanför de spektakulära ruinerna av Machu Picchu, en av UNESCO utnämnd världsarvs plats. Vistadome tåget är speciellt designat med ett klart tak som ger en större uppskattning för det otroliga landskapet vi passerar igenom på vår färd. Vid ankomsten till Aguas Calientes checkar vi in på vårt hotell. Resten av dagen är fri att spendera på egen hand. (F.M)



Dag 13. Machu Picchu till Cuzco

Dagen börjar tidigt med en 25 minuters färd upp till det fantastiska inka citadellet Machu Picchu. Denna plats ligger på sidan av en bergstopp 2380 meter över havet och omges av en tropisk dimmig bergsskog, snötäckta bergstoppar och otroliga vyer åt alla håll. Machu Picchu låg undangömd för omvärlden tills professor Hiram Bingham vid Yale universitet hittade den under en arkeologisk expedition. Sedan dess har många försökt att tolka syftet och placeringen av denna stad men det förbliver ett mysterium dolt i historiens vingslag. Efter en guidad tur har du möjlighet att utforska ruinerna på egen hand. Passa på att ta en promenad upp till solporten varifrån man har en underbar utsikt över Machu Picchu. Vid återkomsten till Aguas Calientes går vi ombord på tåget runt halv 4 för att återvända till Cuzco. Vi kommer fram tidig kväll och får transfer till vårt hotell. Kvällen är fri att uppleva Cuzco på egen hand! (F)

Dag 14. Cuzco till Puerto Maldonado och Nape Lodge

Vi får transfer till Cuzcos flygplats för att flyga till Puerto Maldonado i Amazonas regnskogen. Vid ankomsten till Puerto Maldonado möts vi upp av den lokala personalen. Vi får transfer till kontoret beläget ca 5 minuter från flygplatsen där vi packar om vårt bagage till en mindre väska/ryggsäck med det vi behöver för de närmaste dagarna. Det stora bagaget låser vi in på kontoret. Vi färdas sedan med buss eller bil ca 45 minuter till det inhemska samhället Infierno. Härifrån skall vi ta en motorbåt på Tambopata floden till vår lodge. Båtturen på floden tar ca 30 minuter och vi får en typisk djungel lunch under färden. Alternativt vid ankomsten till lodgen beroende på när flyget landar.

När vi kommer fram till Nape Lodge välkomnas vi av lodgens manager, blir tilldelade våra rum och träffar vår guide som går igenom de aktiviteter vi skall få vara med om under vår djungel tur. Den första aktiviteten består av bågskytte. En medlem av samhället förklarar för oss hur ESE Eja folket gjorde och använde pilbågar förr i tiden då de jagade för att skaffa mat till sina familjer. Efter genomgången får vi själva prova på att skjuta med pilbågen mot en tavla. Övningen kräver mycket koncentration då man skall träffa tavlan från ganska långt avstånd. Obs! Tänk på att dra pilen bakåt och inte bågsträngen! Efter middagen beger vi oss ut för att söka efter Sydamerikas alligatorer kallade Kajmaner. Vi färdas sakta längst floden för att spana efter dessa mäktiga djur. Kajmanerna är lättast att upptäcka nattetid då deras ögon avspeglas röda i ficklampornas sken. Med lite tur kan vi även få se andra nattdjur i skogen. (F.L.M)

Dag 15. Nape Lodge

Efter en härlig frukost tar vi båten ca 30 minuter nedför floden för att sedan gå ca 25 minuter till den oxbågeformade Three Chimbadas sjön som ligger vid utkanten av Tambopatas naturreservat. Sjön ligger vackert omgiven av aguaje palmer och regnskogsvegetation. Här har man möjlighet att se många fåglar så som Hoatzins (en sorts klumpig fågel med förhistorisk utseende) , hägrar samt många olika sorters Kungsfiskare. Har man tur kan man också få se apor, macaws (en papegojart), kajmaner samt den stora uttern (pteronoura brasilienses) vilken är utrotningshotad. På vägen tillbaka till lodgen passerar vi en plats dit papegojor kommer för att äta, kallat en Parrot Clay Lick. Papegojor och macaws besöker denna clay click för att äta salterna och mineralerna som finns i den rödaaktiga leran. Det är en färgsprakande show som är som bäst tidig morgon då mest fåglar besöker området.
Vid återkomsten till Nape Lodge bjuds vi på en uppfriskande dryck innan tid ges för vila och avkoppling. Passa på att prova hängmattan och lyssna på regnskogens ljud.
Efter lunchen beger vi oss till den närliggande botaniska trädgården Ñape Botanical Garden och dess medicinska trädgård. Där möter vi upp med samhällets ålderman som kallas shaman och tar del av hans kunskaper om naturmedicin. Han lär oss om medicinska växter så som ayahuasca, chacruna, Para Para, chuchuhuasi , uña de gato (cat 'claw), ajosacha, etc. Dessa växter används av lokalbefolkningen för att behandla sjukdomar så som: reumatism, förkylning, diabetes, feber, mag/tarm problem, hosta etc. I slutet av rundturen erbjuds vi att besöka platsen där de förbereder medicinerna.
Vi äter middag på lodgen och när mörkret sänkt sig tar vi en nattlig promenad i skogen. Vi följer en av lodgens stigar för att leta efter insekter, amfibier, jättespindlar, fladdermöss och nattliga fåglar. Ljuden i regnskogen nattetid är helt andra än på dagen och är man riktigt tyst kan man till och med höra när löven faller. Med lite tur kanske vi får se andra nattdjur. (F.L.M)

Dag 16. Puerto Maldonado till Lima

Efter frukost säger vi hej då till vår lodge och tar båten tillbaka till Infierno för att sedan få transfer till Puerto Maldonado och kontoret där vi återfår vårt stora bagage. Vi får därefter transfer till flygplatsen. Detta avslutar vårt besökt till naturreservatet och regnskogen. Vid ankomsten till Lima får vi transfer till vårt hotell. Passa på att göra några sista minuten inköp, besöka något av stadens museum eller koppla av vid hotellets swimmingpool. (F)

Vänligen observera att programmet kan komma att förändras beroende på väder och djurens förflyttningar. Då detta är en nationalpark tas hänsyn till djurlivet och flodens nivå så tider för utflykter kan läggas om.











Dag 17. Ceviche och hemresa

Vi besöker den lokala marknaden för att se vad fiskarna har fått för fångst idag. Efter marknaden gör vi ett stopp hos den berömde kocken Luis Cordero som lagar den bästa Cevichen i Lima. Vi tittar in i hans kök och får lära oss mer om denna traditionella rätt. Givetvis får vi även avnjuta en ceviche innan vi återvänder till hotellet.
Vi får sedan transfer till den internationella flygplatsen för vårt flyg hem. (F.L)

Dag 18. Ankomst till Skandinavien

Tack för att ni reste med oss på Machete Tours, hoppas vi ses snart igen!

Pris information

- **Pris per person del i dubbelrum: Från 43 200 kr.**
- **Enkelrumstillägg: 5 800kr. (lodge ej inkl.)**
- **Enkelrumstillägg för lodgen: 1.480 kr.**

- Efter en preliminärbokning har ni 7 dagars ångerrätt. Därefter behöver vi få in handpenningen.
- Om ni väljer att betala hela summan för resan efter 7 dagar kommer inte priset att påverkas av ovanstående.

Avresedagar 2020

- 1) 12 mars till 28 mars
- 2) 13 april till 29 april
- 3) 29 juni till 15 juli
- 4) 28 september till 14 oktober.
- 5) 23 oktober till 08 november.

*** Antal deltagare: Min. 12 för att den svensktalande reseledaren skall följa med på resan.**

Detta ingår:

Personal:
- Skandinavisktalande reseledare.
- Engelsktalande guider.
- Lokala professionella buss- och båtförare.

Boende i standard hotell: Alla hotell är 4* & 5*. Om något av nedan hotell ej är tillgängliga vid res tillfället bokar vi ett annat hotell i likvärdig standard.
- 2 nätter i Lima på Hotel Sol de Oro 5* **(med pool, gym og spa)**
- 2 nätter i Arequipa på Hotel Katari 4* **(med spa)**
- 1 natt i Colca på Hotel Colca Lodge & Spa 4* **(med pool og spa)**
- 2 nätter i Puno på Hotel Sonesta Titicaca Puno 4*
- 1 natt boende med en lokal familj på Amantani Island, Lake Titicaca
- 3 nätter i Cusco på Hotel San Agustin Plaza Cusco 4*
- 1 natt i Ollantaytambo på Hotel Casa Andina Premium Yucay 4* **(med gym, spa och planetarium)**
- 1 natt i Aguas Calientes (Machu Picchu) på Hotel Taypikala 4*
- 2 nätter i Nape Lodge - Amazonas rengskogen
- 1 natt i Lima på Hotel Casa Andina Premium 5* **(med pool, gym og spa)**

Lokala turer och aktiviteter:
- Lima stadsrundtur
- Lima stadsrundtur
- Arequipa stadsrundtur
- 2 dagars Colca Canyon tur
- 2 dagar tur på Lake Titicaca
- Cuzco stadsrundtur
- Inka folkets Heliga dal tur (Sacred Valley of the Incas)
- 2 dagars tur till Machu Picchu och Aguas Calientes
- 3 dagars tur till Amazonas regnskogen.
- Gastronomic tu i Lima med Ceviche och Pisco Sour.

Internationell och Lokal Transport:
- Internationellt flyg tur och retur från Stockholm, Göteborg, Köpenhamn eller Oslo till Lima.
- Alla flygskatter.
- Inrikesflyg från Lima till Arequipa.
- Inrikesflyg från Cuzco till Puerto Maldonado och tillbaka till Lima.
- Buss transport under Colca Canyon Turen.
- Turist buss till Puno.
- Båt Transport på Titicaca sjön.
- Turist buss till Cuzco.
- Tåget till och från Aguas Calientes.
- Transfer under Amazonas turen.
- Transfer till och från flygplatsen.

Måltider (se dagspresentationen för detaljer)

Obs: Om du är vegetarian, har någon allergi eller andra speciella önskemål på maten vänligen meddela detta vid bokningstillfället.
- 16 x Hotellövernattningarr inklusive frukost.
- 09 x lunch (dag 2,4,6,7,8,10,13,14 och 16)
- 05 x middag (dag 3,6,11,13 och 14)

Resegaranti:
- Resegaranti ställd via svenska kammarkollegiet ingår. Kammarkollegiet





Detta ingår ej:

- Reseförsäkring- en bra policy som täcker alla aktiviteter samt vid eventuella medicinska nödfall rekommenderas starkt och borde anses som en prioritet!.
- Måltider som inte nämns i programmet.
- Inträdesavgift till Tambopatas naturreservat.
- Alkoholhaltiga drycker | Dricks.

Saker som är bra att ha med sig:

- Bra vandrings skor.
- Sandaler för att koppla av nattetid vid lodgen.
- Bekväma kläder lämpade för både kallt och varmt klimat.
- Vind och vattentät jacka (Gore-Tex är bra)
- Vatten flaskor
- Kamera (vattensäkert fodral är användbart)
- Extra kamerabatterier
- Pengar till egna utgifter – Dollars är lättväxlade, det finns bankomater i större städer.
- En fotokopia av ditt pass och resehandlingar
- En kopia av din reseförsäkring.
- Myggmedel (DEET är bra)
- Solkräm | Solglasögon | Solhatt
- Ficklampa med extra batterier.
- Baddräkt
- Kikare (bra för att titta på djurliv)
- En liten första hjälpen låda.

Information om Peru

Väder/Altitud/Geografi/ Temperatur.
Väder: Bästa tiden att besöka bergs och djungel -områdena i Peru är under Maj till oktober, den så kallade torra säsongen (dry season). Dock kan det bli kallt och dimmigt längst kusten under denna period. På grund av höjden (altituden) kan det bli kallt även i tropikerna. På höjder över 2000 meter kan det vara bra att ta med sig varmare kläder medan det i dalgångarna räcker med lättare klädesplagg. Temperaturerna varierar från nollpunkten i högländerna till + 35 grader i de tropiska lågländerna. Vid ankomst till högt belägna områden rekommenderas att man dricker mycket vatten. Samt att man tar det lugnt de första dagarna tills man har acklimatiserat sig till höjden.

Kultur/Språk.
Peru har en blandning av inhemsk kultur samt arv från den europeiska kolonialtiden.
Inhemska grupper tillhör oftast den fattigare delen av samhället och ibland uppstår spänningar angående dessa olikheter. Spanska pratas universellt men i landet finns även de inhemska språken Quechua & Aymara, samt några till för olika etniska grupper.

Mat.
En stor variation av intressanta rätter är tillgängliga i Peru. En av de mest berömda rätterna är den så kallade Ceviche - rå fisk marinerad i citron juice. Fiskrätter i Amazonas områdena kan vara nog så excellenta. Peru är potatisens hemland. I bergsområdena är en utmärkt potatis baserad rätt “papa a la huancaina”- potatis toppade med kryddstark mjölk och ostsås. En stor varietet av soppor finns också tillgängligt och du kan även prova på en alpacka stek tillagad på en peruansk grill. I större städer finns även ett stort utbud av internationell mat!.

Hälsa/Säkerhets åtgärder/Visum krav.
Drick inte kran vatten, rena eller köp vatten på flaska. Fråga din läkare eller din lokala infektionsklinik om de senaste råden angående lokala hälsorisker samt vilka vaccinationer som behövs/rekommenderas för din resa. Peru är mestadels ett säkert land men var alltid uppmärksammad på rån risk. Fråga din lokala personal för vidare information.
För turistresa under 90 dagar krävs inget visum. Man kan behöva visa upp returbiljett samt att man har tillräckliga medel för vistelsen vid ankomsten. Pass krävs och skall vara giltigt minst 6 månader efter hemkost.

För mer information om Peru, ***www.peru.info***

Peruansk Gastronomi!

Trots att det Peruanska köket kanske är det mest varierande i hela Latin Amerika har det tidigare fått väldigt lite uppmärksamhet på den internationella marknaden. Detta är på väg att förändras och fler och fler inser att många av de rätter/tillbehör vi idag faktiskt tar för givna har sitt ursprung i Peru. Landet är till exempel potatisens hemvist! Något att tänka på nästa gång man njuter av en skål chips framför tv:n!

Från Peru kommer också Quinoa (ett korn full av aminosyror och vitaminer – vilket inka indianerna kallade "modern av alla korn") samt Coca bladen (huvudingrediensen i Coca Cola), vilka ofta tuggas råa av invånare i agrikulturella samhällen- som en mild stimulans.
Perus mat är liksom dess kultur i konstant utveckling. Här blandas det traditionella inhemska med koloniala influenser. Idag är det till exempel väldigt enkelt att över hela landet hitta utmärkt, billig och välsmakande gatumat till mellanmål. Se nedan några exempel på sådana rätter.

- 'Anticuchos' – en kebabliknande rätt gjord av biff eller lammkött.
- 'Choclo con Queso' – majskolv som serveras med ost.
- "Tamales" – majs klimpar inlindade i bananblad vilket fyllts med kött.

Dock har varje region fortfarande sina egna traditionella rätter vilket på ett utmärkt sätt matchar landets stora geologiska mångfald! Nedan följer de olika regionerna.

Kust regionen:
Några av Perus mest berömda rätter har sina rötter i den ökenklädda kustremsan. Härifrån kommer till exempel:
Cerviche- den mest berömda rätten i Peru! Bestående av rå vit fisk- marinerad i citronjuice och peppar. Den serveras ofta med majskolv, yucca och sötpotatis. Räkor (langostonos) och pilgrimsmusslor 'Conchitas' är andra delikatesser från denna region.

Bergs regionen runt Anderna:
I dessa bergsregioner är potatisen ett spännande och gott inslag i vardagens kök. Då den finns i många olika sorter, former och smaker är den nästan ett måste i deras rätter. Exempel på mat från Anderna är:
'Papa Rellana', en utsökt rätt gjord av potatis som fyllts med grönsaker för att sen stekas.
"Papa a la huancaina". Potatis som toppats med ost och mjölksås – ofta ganska kryddstark!
Den intressantaste men konstigaste delikatessen ifrån dessa bergsbyar är nog ändå: "Cuy"- kokt marsvin- kan dock uppfattas väldigt benig!

Amazonas regionen:
Stekt fisk smakar extra gott ute i regnskogen. Här finns en stor variation av arter att pröva på. Många rätter serveras dessutom med Yucca och bananer samt frukter och färskpressad juice. Allt för att höja smakupplevelsen.
Urinvånarna i dessa trakter jagar "Peccaries" - Sydamerikas vildsvin – vilka de sen rostar och serverar i en rätt som kallas "Sajino".
Allt som allt så är det peruanska köket utmärkt, ibland lite kryddstarkt men alltid spännande! Så när du är på besök i Peru ta ett steg bort från turist restaurangerna och smaka något nytt- Du kommer inte att ångra dig!



MACHETE TOURS
DRÖMRESOR TILL SYDAMERIKA
SEDAN 2001

Sofiedalhsvägen 10 BV, 238 37 Oxie.
Tfn: 076 046 1860 - 076 014 2111
resor@machetetours.se www.machetetours.se