



MATKURS: – Det sørfranske spiskammer byr på utsøkte råvarer og et vell av smaker, sier fra venstre: Elisabeth Schjerven, Silva Leine og Anne Berit Mørch.

♦ Hos Silvia Leine og Jan Ridd på gården Vallat Sableaux kan du oppleve sørfransk gjestfrihet, mellom vingårder og små landsbyer. Stedet ligger i hjertet av vindistriktet Var i Provence, to-tre timers kjøring fra Lyon og en time fra Nice. Her holder også Elisabeth Schjerven og Anne Berit Mørch matkurs på den 250 år gamle vingården. Med sitt prosjekt La Petite Cuisine lærer de norske matentusiaster å lage provençalske spesialiteter, basert på utsøkte råvarer. Andebryst i kirsebærsaas, egg fra vaktler, roquefort marinert i portvin med stekte pærer og salte mandler, står blant annet på menyen da vi besøker stedet.

De to damene bak prosjektet bor til daglig i Cannes og har hatt Provence som tilholdssted i over ti år. Anne Berit har blant annet bakgrunn som guide for turister, og har i flere år drevet matkurs både i Norge og



BIOT: Ikke langt unna ligger kunstnerbyen Biot. Stedet er blant annet kjent for sine glassblåserier.

Frankrike. Elisabeth har erfaring fra kjøkkene- net på Continental og Blom i Oslo, og hun har tidligere drevet restaurant i ti år.

– Vi ble kjent med hverandre gjennom det norske miljøet her nede. Begge følte oss for unge til å være pensjonister, og for tre år

siden fant vi ut at vi ville starte matkurs for nordmenn. Etter først å ha drevet kursene på våre egne kjøkkener, kom vi i kontakt med Silvia og Jan på Vallat Sableaux, og vi fant ut at gården deres var et egnet sted for å drive matkurs, sier de to.

Matnytelser og andre aktiviteter

Stedet kan skreddersy en rekke tilleggstjenester og aktiviteter. Ved siden av matkurset kan du være med på gastronomiske besøk på restauranter i området, blant annet til Bruno, som er en av Frankrikes beste restauranter. Du kan også være med på utflukter til markeder og sjarmerende landsbyer.

Et godt tips er å oppsøke markedet i

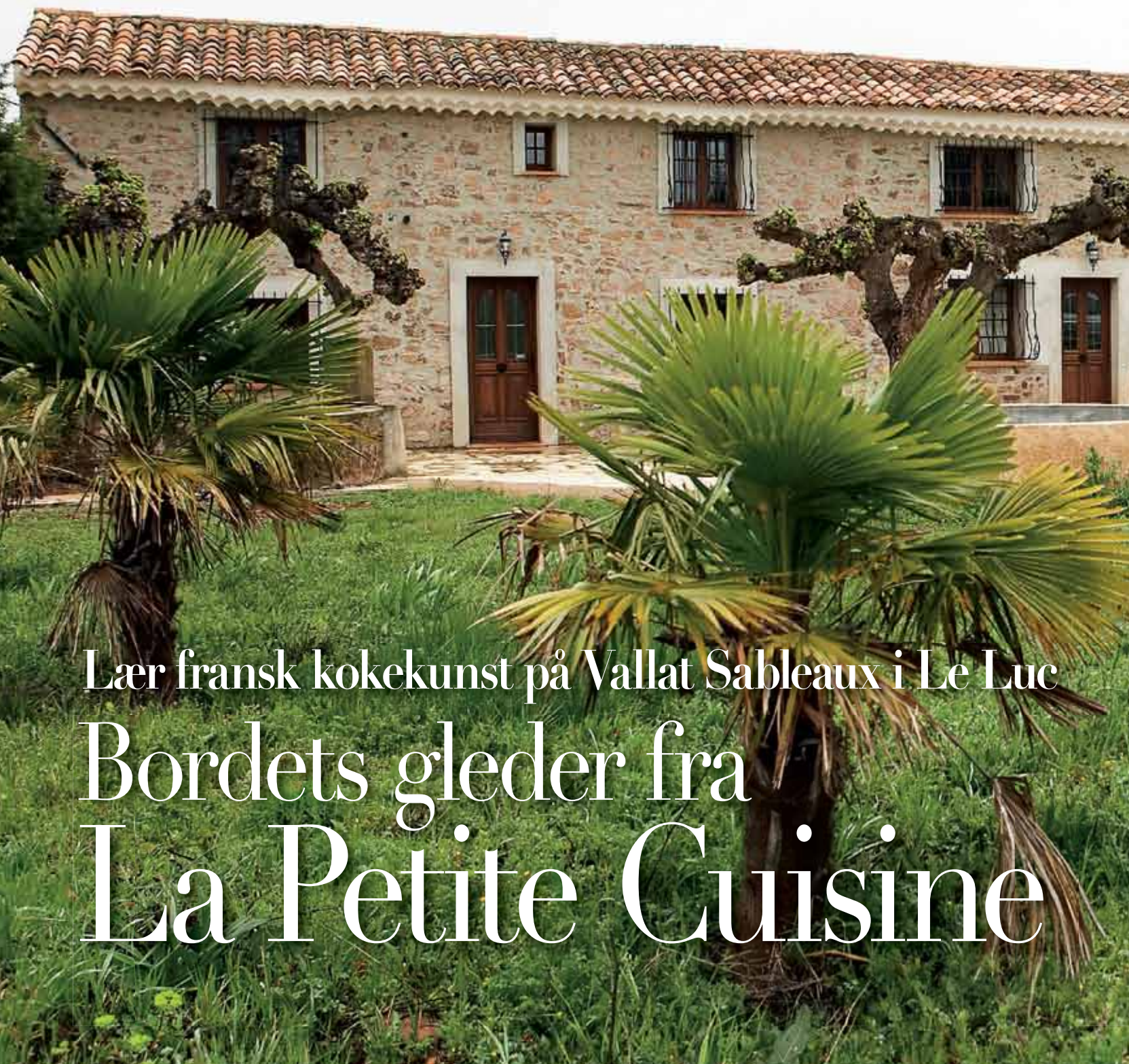
landsbyen Lorgues. Markedet er åpent hver tirsdag, og selger mat, grønnsaker, klær, sko, vesker og smykker. I Le Luc er det marked flere ganger i uken. Der kan du også besøke den legendariske restauranten Le Gourmandin som ligger på Place Louis Brunet. Sjekk mer på www.legourmandin.com

KURSDELTAKERNE KAN BO på gården og har muligheter til å få med seg flotte opplevelser i området. Ikke langt unna ligger fasjonable St. Tropez og havnebyen Toulon. Kort avstand er det også til Cannes, Antibes og Grasse, steder som lokker med kultur, shopping og severdigheter. Små idylliske byer, blant andre Le Luc og kunstnerbyen Biot, ligger også like ved. Det er mye å foreta seg utenom matkursene, uansett interesser, men mange av gjestene trives så godt på gården at de velger å tilbringe tiden i nærmiljøet.

Kulinariske nytelser i Lyon og Le Luc



Vil du oppleve mesterlig kokekunst kan du reise til Lyon i Frankrike (side 128). Her finner du verdens beste kokker i de mange fantastiske restaurantene. Gjør du en avstikker sørover i vindstrikket kan du bli med på matkurs (til venstre) i sørfransk landlig idyll.



Lær fransk kokekunst på Vallat Sableaux i Le Luc
Bordets gleder fra
La Petite Cuisine

La Petite Cuisine

Kursene til La Petite Cuisine er tilrettelagt for cirka 10 personer. De egner seg like mye for gourmetentusiaster som vanlige matinteresserte. Du kan sjekke mer på tlf 22 61 16 14 – eller på 00 33 493 77 76 12 – eller på mobil 95 73 57 52, alternativt på 92 81 49 48. Er du interessert i å ta direkte kontakt på e-post, kan du gjøre det på: abmorech@aol.com eller elisabeth.schjerven@wanadoo.fr

Sør for Lyon, i hjertet av vindistriktet Var, kan du gå på matkurs og oppleve ekte sørfransk atmosfære på gården til ekteparet Silvia Leine og Jan Ridd. Her driver Elisabeth Schjerven og Anne Berit Mørch kurs hvor du kan lære å lage spesialiteter fra det provençalske kjøkken.

Av Anne-Karin Strøm Foto: Anne-Karin Strøm, Per Erik Jæger og Scanpix



VERTSKAP: På Vallat Sableaux har ekteparet Silvia Leine og Jan Ridd realisert gårdsdrømmen. Her fra kjøkkenet hvor det hersker like mye sørfransk idyll som utendørs.



ATMOSFÆRE: Rommene har individuelle preg, og er møblert med antikviteter og vakre farger. I det blå rommet kan det hende at du treffer på et spøkelse.

– Vallat Sableaux er vårt hjertebarn. Her ønsker vi å fokusere på livskvalitet. Målet vårt har vært å skape et sted hvor man kan dyrke godene i livet, sier Silvia Leine, som skal ha mye av æren for at stedet har blitt pusset opp fra ruin til ”slott”. Byggeprosessen har foregått i rykk og napp over et tidsrom på 16 år, og i dag er stedet blitt et yndet feriested og kurssenter for nordmenn.

EKTEPARET SILVIA LEINE og Jan Ridd kjøpte den 250 år gamle gården ved Le Luc for 16 år siden. Siden har de møysommelig pusset opp gården.

– Egentlig var planen at Vallat Sableaux skulle være vårt private hjem. Men etter å ha bygget og restaurert i en årrekke, fødtes ideen om å åpne dørene for gjester. I dag er gården et feriested til glede for vin- og matelskere – og for dem som har sans for livets goder, sier Silvia.

Gården består av syv dobbeltrom og ett enkeltrom, flere bad, bibliotek, et stort all-



MATGLEDE: Her et par matglade kursdeltakere på matkurs sammen med læremester Anne Berit Mørch.

rom med kjøkken, stue og spisestue, samt ekstrarom for kokekurs eller andre aktiviteter. Den ligger mellom Nice og Aix-en-Provence, i et område som ennå ikke er oppdaget av masseturismen. Her er vinranker så langt øyet kan se, olivenlunder og fikentrær, og det er grønt og fruktbart over alt. I omgivelsene trives både villsvin og hare, og når du våkner om morgenen kan du tusle ut på den solrike terrassen foran huset og trekke inn duften av viltvoksende rosmarin og lavendel. Ikke langt unna ligger Maures’ skogkledde åser og fjell. Du kan nyte stillheten og få ro i sjelen.

Like ved ligger et økologisk hjemmebakeri som forsyner gården med deilig ferskt brød. I nærheten ligger også vingårder som produserer flotte provençalske viner, og der kan du få omvisninger og smaksprøver. Besøk til lokale snegleoppdrettere kan også arrangeres, og hvor du kan plukke med deg snegler som senere kan tilberedes på gårdens kjøkken. Stedet har også tilgang til en

direkte fra Gardermoen, og er du ute i god tid med bestilling, kan du få kjøpt tur-returbilletter for en rimelig pris, kan-skje for bare noen hundrelapper én vei.

Stedet er også lett tilgjengelig fra Lyon, og ligger 2-3 timers kjøring unna med tog eller bil.



Provençalsk dessertspesialitet

Roquefort marinert i portvin, med stekte pærer og salte mandler

(Til cirka 4 personer)

- 2 gråpærer
- 2 ss olivenolje
- ½ dl portvin
- 300 g roquefort, del osten i fire og server romtemperert
- 4 ts salt og stekte mandler

Fremgangsmåte:

Pærene skrelles, renses og deles i 2-3 biter på langs. Stek pærene i en panne i olje til de blir gylne. Pærebitene og stekesaften legges på tallerknene. Hell portvin over osten, gjerne noen dager i forveien. Anrett osten på pærebitene, og dryss over stekte, sprø og salte mandler.

av Europas flotteste og vanskeligste golfbaner.

– Atmosfæren er vennligsinnet og folk her i området tar livet med ro. Når man kommer hit merker man hvordan pulsen slår saktere, sier Silvia.

Foruten private ferieopplevelser med familie og venner, egner gården seg også som hyggelig, uformell og sjarmerende ramme rundt et opphold for mindre grupper som firmaer, lag eller foreninger, og for jubileumsfeiring, møter eller kursvirksomhet.

Sjekk mer på www.vindardiprovence.no ♦

Slik kommer du dit

Enkleste rute er fly til Nice. Derfra kan du enten bli hentet av vertskapet i minibus, eller leie bil.

Flere flyselskaper har direkteforbindelse mellom flere norske lufthavner og Nice. Blant annet SAS og Norwegian flyr