

# JAPON A TRAVÉS DE SU GASTRONOMIA

Viaje gastronómico

14 noches/16 días

Precio 4.151 €

Del 15 al 30 Mayo 2024



Viatges Berga

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

## Del 15 al 30 de mayo 2024

La gastronomía es una vía privilegiada para experimentar la cultura de un país de forma vívida y tanto la cocina como la cultura de Japón resultan fascinantes por la sutileza y sofisticación de sus expresiones. Este viaje nos ofrece la oportunidad de disfrutar de las distintas tradiciones culinarias de Japón en su contexto haciendo que el disfrute de los sabores se enriquezca aprendiendo con personas que mantienen vivas esas tradiciones con su trabajo diario. Hablamos con artesanos, agricultores, monjes, cocineros y entre todos, con su generosidad, nos ayudarán a aprender a valorar mejor los productos y a entender cómo la comida se imbrica con lo simbólico para reflejar la forma única de estar en el mundo de los japoneses. Además, esta búsqueda de las raíces de sabores y productos únicos nos llevará a descubrir lugares fuera de los circuitos más habituales.

- Pasea y disfruta de varios mercados locales conociendo bien sus productos.
- En los Ryokans (posada tradicional) prueba la comida tradicional Kaiseki, vístete con yukata y báñate en las aguas termales.
- Prueba la famosa carne de Kobe, en Kobe.
- Visita una gran cantidad de lugares patrimonio de la humanidad.
- Aprende la importancia de la ceremonia del Té, y participa en una.
- Visita y conoce la elaboración in situ en obradores de Sake, Soja, Mizo, Funasushi, Wasabi.
- Comparte y comenta las experiencias con el guía durante todo el recorrido.
- Descubre la cautivadora isla de Miyajima con su puerta, símbolo de Japón.
- Aprende y disfruta las variaciones y estilos diferentes de varios platos estrella de la cocina japonesa , Ramen, Sushi, Udon y de cocina, Kaiseki, Shojin, Chanpon, Shinano...
- Experimenta cenas y comidas únicas, Yakatabune(Barca), Kawadoko(Rio), Kobe( itamae), Kappo(Osaka, Itamae)(opcional) en Templos , Yatais, Casas rurales(Alpes) en Mercados y en puertos.
- Visita diferentes campos de cultivo , en Shodoshima , Nagano y Shiga, y conoce sus productos de primera mano( Arroz, Yuzu, Cítricos, Wasabi, Nori, y muchos mas)
- Pasea y conoce los secretos de uno de los jardines mas fascinantes del Japon.
- Curiosear busca y comprar algún utensilio de cocina en los mercados especializados durante el viaje.
- Fascínate por los paisajes de las islas del mar interior.
- Visita Uji, su famoso Té, y el Byodoin templo de la tierra pura.
- Conoce el Fujisan y sube hasta al 5 estacion, con vistas a los lagos.
- Pasea por las calles de Tokyo , Osaka, Kyoto.
- Conoce el lago mas grande del Japon y sus especialidades.
- Aprende la importancia del Sashimi, y porque esta mas bueno en Japón.
- Cruza la bahía de Tokyo, prueba deliciosa comida japonesa, licores tradicionales y disfruta del impresionante Skyline tokiota desde el barco.
- Aprende sobre platos y productos para poder distinguirlos bien.

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

## En grupo de máximo 14 participantes con guía en español

<b>Incluye</b>	<b>No incluye</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 12 noches en hotel de categoría Standard</li> <li>➤ 2 noches Ryokan Onsen (tradicional)</li> <li>➤ Todos los desayunos</li> <li>➤ 10 comidas gastronómicas especificadas en programa (bebidas solo agua o té incluidas)</li> <li>➤ 6 cenas especiales gastronómicas especificadas en programa (bebidas solo agua o té incluidas)</li> <li>➤ Guía acompañante en español durante todo el viaje y recorrido.</li> <li>➤ Crucero tradicional en la bahía de Tokio</li> <li>➤ Ceremonia del té</li> <li>➤ Todos los transportes (públicos y privados)</li> <li>➤ Todas las entradas a las visitas programadas y a obradores mencionados (Sake, Miso, Soja, Funasushi, Wasabi).</li> <li>➤ Carne de Kobe en Kobe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Billetes de avión internacionales</li> <li>➤ Bebidas, aparte de agua o té</li> <li>➤ Seguro de viaje opcional</li> <li>➤ Todo lo no especificado en incluido</li> </ul>

### **ITINERARIO**

1. Barcelona - Japón
2. Aeropuerto KIX Osaka - Kyoto
3. Kyoto - Kinkakuji - Ryoanji - Arashiyama - Nijo jo - Nishikichiba - Izakaya
4. Kyoto - Kiyomizudera - Kurama - Kifune - Kyoto
5. Kyoto - Fushimi inari Taisha - Biwako Funasushi - Ceremonia Te
6. Kyoto - Uji Té - Byodoin - Manpukuji - Nara - Osaka
7. Osaka - Kuromon - Shodoshima
8. Shodoshima - (Okayama) - Fukuoka
9. Fukuoka - Hiroshima - Miyajima
10. Miyajima - Kobe - Kanazawa
11. Kanazawa - Nagano
12. Nagano (Matsumoto) - Kawaguchiko (Fujisan)
13. Kawaguchiko - Tokyo
14. Tokyo - Asakusa - Sanja Matsuri - Kappabashi - Ueno - Ameyoko - Yakatabune
15. Tokyo - Tsukiji - Ginza - Harajuku - Mejjingu - Shibuya Skyshibuya (Mirador)
16. Tokyo - Aeropuerto (NRT o HND)

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

## Día 1 – 15 Mayo

### Barcelona - Japón

Salida de Barcelona destino Japón vía ciudad de conexión, noche a bordo.

## Día 2 – 16 Mayo

### Aeropuerto KIX - Kyoto

¡Bienvenidos a Japón! Recepción (cartel con nombre) a la salida del control de equipajes, servicio asistido en inglés y traslado al hotel con el servicio regular asistido. El guía les espera en el hotel. Según la hora de llegada (mañana o mediodía) el guía asiste en el plan o sugiere y sitúa en el barrio.

## Día 3 – 17 Mayo

Desayuno

Comida

Cena

### Kyoto - Kinkakuji - Ryoanji - Arashiyama (Shojin-ryori) - Nijo jo - Nishikichiba - Izakaya

Para empezar a descubrir Japón a través de su gastronomía que mejor que empezar conociendo sus lugares históricos, repletos de referentes estéticos que luego encontramos también en la mesa. La primera visita nos llevará al conocido **Kinkakuji** (pabellón dorado) donde nos deslumbraremos con su belleza y disfrutaremos de sus jardines. Seguiremos por el cercano **Ryoanji**, el templo Zen, llamado *otera* en japonés, con el jardín seco (zen) más famoso de Japón. Aquí nos sumergimos en como la arquitectura budista y los jardines de piedras buscan representar los 5 elementos de cosmogonía budista – el godai: *chi* terrestre, *sui* agua, *ka* fuego, *fu* aire, *yu* vacío – en la composición de los espacios. La relación entre estos elementos insufla de vida el universo e impregna la estética de las artes japonesas, entre ellas, también en la gastronomía. Empezar a entenderlos nos ayudará a disfrutar de aspectos menos evidentes pero centrales en la cocina. Visitamos la zona de Arashiyama, donde disfrutaremos de un baño de bosque – *shinrin yoku* – por su bosque de bambús y deambularemos por sus templos y su largo puente cruzando el río para así preparar el ánimo para la comida de hoy en el restaurante de un templo zen que nos introducirá al estilo *shojin ryori*, «la cocina de la devoción», que se desarrolló en los templos budistas. La prohibición de dar muerte a la doctrina budista hace de ésta una cocina vegetariana. Además, el rechazo a la opulencia y la búsqueda de lo esencial – la extendida idea de «menos es más» – hace del estilo de vida de los monasterios frugal. Además, veremos como la elección de ingredientes vegetales no es lo único que define este tipo de cocina. Está integrada forma de vida de los monasterios se desarrolló como una forma elaborada de meditación en que además de los ingredientes, también las técnicas de preparación, la puesta en escena, la etiqueta y las plegarias están reguladas de forma estricta para dirigir atención y la intención del comensal a un estado meditativo. En un plano más cotidiano, a pesar de que al ser una cocina basada en aquellos productos que los monjes pudiesen cultivar y recolectar – proximidad y de temporalidad forzosa – puede parecer una comida aburrida pero estos cocineros desarrollaron técnicas de cocción y conservación que rompían monotonía y traspasaron los muros de los monasterios y fueron adoptadas en la cocina secular, algunas tan representativas como la salsa de soja.

Seguimos conociendo, ahora el impresionante **castillo de Nijo**, construido por el Shogun Ieyasu Tokugawa, artífice de la unificación política de Japón que acabó con la era Sengoku marcada por las constantes guerras civiles. Este periodo de paz propició el florecimiento de las artes y la artesanía de la que el castillo es una excelente muestra.

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

Los mercados han sido tradicionalmente uno de los corazones de la vida urbana. En el centro de Kyoto pasaremos por el mercado de **Nishikichiba**, donde conocemos y reconocemos tanto productos gastronómicos como los pequeños manjares cotidianos del Japón. Vuelta al hotel.

Para cenar, después de la sobriedad introspectiva de la comida shojin cambiamos de tercio para disfrutar de una cara más canalla de la sociedad nipona. Visitamos un animado Izakaya, con su ambiente bullicioso para saborear una cocina de sabores intensos para acompañar la conversación a la luz del sake.

El primer día después del vuelo suele ser pesado estar hasta tarde, intentamos ir a Izakaya animado y cercano al hotel.

*Incluye la cena en Izakaya, y la comida en el Templo (shojin), las bebidas se pagan aparte.*

#### **A nivel gastronómico:**

**Experiencias:** Shojin Ryori, Izakaya (Tapas japonesas)

**Productos:** Mercado Nishikichiba, Productos de Kyoto (Tofu, Yuba, Encurtidos, Veg, etc.)

**Aporte:** Empezar a conectar la estética y las creencias con la gastronomía. Conectar momento y lugar con la comida.

Transporte: Mini bus privado.

### **Día 04 – 18 Mayo**

Desayuno

Comida

#### **Kyoto - Kiyomizudera - Kurama - Kifune - Kyoto**

Por la mañana visitamos el **Kiyomizudera**, el llamado templo de las aguas puras, con su histórica terraza de madera con vistas a la ciudad y sus increíbles construcciones. De bajada hacia Gion paseamos por las preciosas calles de **Higashiyama** hasta **Gion Yasaka**. En este paseo se transita entre los dos polos de la homofonía *ukiyo* cuya influencia se puede apreciar en múltiples aspectos de la vida en Japón. El *ukiyo* budista es el «mundo de zozobra» de los ciclos de reencarnación, una mirada sobria y pesimista sobre la transitoriedad mientras que el *ukiyo* es el «mundo flotante» del disfrute hedonista que retrataban los grabados de Hakusai y del que Gion, con sus casas de té y escuelas de geishas es un ejemplo.

En el Yasaka jinja en Gion visitamos el **santuario de los cuchillos**, el dios del corte, de los más venerados en Gion, aquí se llevan los cuchillos usados para agradecer su corte. Antes de comer nos dirigimos hacia el pueblo de Kurama para subir al **Monte Kurama**, montaña muy importante para la protección de Kyoto y donde muchos maestros han ido a buscar respuestas, uno de ellos fue el que dio a conocer el Reiki. Llegamos andando al siguiente valle, el de **Kibune**. para comer de una forma muy refrescante y divertida, el tradicional "**Kawadoko**" una manera de comer típica de Kioto durante el verano, en el que literalmente comemos encima del río, que pasa por debajo nuestro, refrescándonos mientras comemos en el precioso valle de Kifune. El menú será el primer contacto durante el viaje con una **Cocina Kaiseki** selecta. Una comida de primera rodeados de naturaleza que nos permitirá entender de forma muy vívida la importancia de *las tres K*: *kisetsu*, la estación, *ki*: la decoración, *kikai*, el lugar. Además, la composición del menú de cocina *kaiseki*, con su secuencia de técnicas y sabores, nos acercará a cómo los cinco elementos se representan en la gastronomía con la correspondencia con los cinco sabores. Vuelta a Kioto.

#### **Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

*La cena de hoy el guía se encarga de buscar y recomendar, según los intereses del grupo. Cena por libre (se pueden hacer reservas con antelación).*

**A nivel gastronómico:**

**Experiencias:** Kaiseki (Kawadoko), cena a elegir según intereses, santuario del corte.

**Productos:** Productos de Kyoto en Kaiseki

**Aporte:** Conectar lugar y comida, experiencia total gastronómica (Kaiseki en Kifune) para entender la importancia de los cuchillos, y del corte en la gastronomía japonesa.

Transporte: públicos.

**Día 5 – 19 Mayo**

Desayuno

Comida

**Kyoto - Fushimi Inari Taisha - Biwako Funasushi - Ceremonia Te**

Si los días anteriores habíamos visitado templos budistas el quinto día visitamos el santuario Shintoísta - *Taisha* - de Fushimi-Inari. El animismo nativo del territorio japonés que durante siglos ha convivido con la entrada de otras religiones como el budismo. Ésta se basa en la apreciación de una naturaleza divina en todos los elementos de la naturaleza y sus fenómenos. A estos *kami-sama* se les atribuye una agencia con la que los humanos conviven. Los rituales sintoístas son formas de establecer relaciones sociales y congratularse con estas entidades para que intercedan en aspectos que afectan a la vida cotidiana como las cosechas o el éxito en los negocios. El *Taisha* de *Fushimi Inari* fue fundado en el año 700 y su camino sorteado de 10.000 *toris* – los arcos que marcan la entrada en el espacio sagrado del santuario – es una de las imágenes más icónicas de Kyoto. Más adelante nos acercamos al lago **Biwa** donde se prepara el **funasushi**, una forma de *nare-sushi* que se elabora con una variedad local de carpa que se encuentra en este lago salada y fermentada, a veces durante años, en arroz. Este plato, de aroma penetrante - hay quien lo compara con el queso azul - y umami profundo nos acercará a los orígenes remotos del sushi como técnica para la conservación mediante el secado en sal y la acidez de la fermentación del cereal. Visitaremos una empresa que durante generaciones ha elaborado este manjar a orillas del lago Biwa y probamos su producto. Para comer hoy probamos el Sushi, con especialidades típicas de la zona.

De vuelta a Kyoto asistiremos a una ceremonia del té. Con raíces en la tradición budista, está considerada un «camino de vida» más allá del disfrute del te *macha* y los refrigerios que se sirven. Cada gesto del oficiante es preciso, profundamente estudiado y está cargado de simbología. Además, en la ceremonia del té convergen otras formas de arte zen, como los arreglos florales, el *ikebana*, la caligrafía el *shodo*, y la arquitectura para convertirse de esta forma en una experiencia estética total que condensa la dimensión espiritual de serenidad y armonía con la naturaleza y el momento presente.

*La cena de hoy el guía se encarga de buscar y recomendar, según los intereses del grupo. Cena por libre (se pueden hacer reservas con antelación).*

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

### A nivel gastronómico:

**Experiencias:** Ceremonia del Té, Funa-Sushi, Shushi.

**Productos:** Sushi, Wagashi (repostería japonesa), Té (macha), Funa - Sushi.

**Aporte:** Introducción ceremonia del Té, (Armonía, Respeto, Purificación, Tranquilidad)

Entender gran importancia de estos aspectos básicos (y su gastronomía), conjunción de ideas ya introducidas anteriormente. Introducción al Sushi, con diferentes formas de elaboración.

Transporte: públicos.

### Día 6 – 20 Mayo

Desayuno

Comida

### Kyoto - Uji te - Byodoin - Manpukuji - Nara - Osaka

*Hoy preparamos una bolsa o maleta pequeña para 2 noches, enviamos la maleta grande a Fukuoka.*

Llegamos a Uji, una pequeña ciudad enclave histórico y famosa por su té. Aprendemos sobre el té y en el centro de Uji visitamos el Byodoin, espléndida recreación de la tierra pura, patrimonio mundial. Para comer nos acercamos al **Manpukuji (Obaku)**, una de las tres ramas Zen introducidas en Japón en el siglo XVII, la última en llegar, de la mano de *Ingen Zenji*, muy importante en la introducción de aspectos culturales y que revoluciono la cocina de la época, introduciendo muchos nuevos vegetales y formas de cocinar, en un momento histórico de cierre de fronteras, insufla nuevos elementos del continente. Aquí probamos la cocina de los cinco elementos, conocemos la idea del balance entre los diferentes platos.

Después de comer llegamos a **Nara** para ir a visitar el templo **Todaji**, a partir del cual se expande el budismo y la cultura del continente en el siglo VIII, entrada de la ruta de la seda a Japón. Los ciervos sagrados del parque nos reciben.

Ya por la tarde llegamos a Osaka a la zona de **Namba**, donde podemos disfrutar de versiones originales de algunos de los platos de la cocina popular más popular, como **okonomiyaki** al estilo de Osaka o del **takoyaki**, los populares buñuelos de pulpo que nacieron en esta ciudad poco antes de la II Guerra Mundial pero que alcanzaron la popularidad durante los años de post guerra, aportando imaginación y sabor a tiempos de carestía. Podemos ir probando diferentes especialidades como, **kushiyaki, takoyaki, okonomiyaki**. Durante la cena, no incluida, el guía recomienda y acompaña en la cena.

Por otro lado, si alguien lo prefiere es posible experimentar el **kappo ryori**, una cocina menos ritualizada y más flexible que el **kaiseki** aunque con misma calidad. La forma más habitual y en la que se puede disfrutar mejor, es en pequeños locales con la cocina abierta en los que la interacción entre el cliente y el **itamae** – chef de cocina japonesa, literalmente «quien está ante la barra» – es una parte importante de la experiencia. En cierta forma, se acercaría a la idea de bistró francesa. Cena **kappo** no incluida, el guía ayuda a realizar reserva.

### A nivel gastronómico:

**Experiencias:** Cocina Shojin (5 elementos). Comida callejera en Osaka, Alta cocina Kappo (op).

**Productos:** Té (Uji), callejeros, paradas en Osaka.

**Aporte:** Conocer la cocina que revolucionó en el siglo XVII la gastronomía en Japón, y el principal lugar de producción de té. Introducción a la cocina **kappo** con cocina abierta y con posible comunicación con chef. Conocer comida callejera. Entretenimientos gastronómicos. Entender base de formación de platos, elementos, espacios, y sincretismo entre ellos.

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

Transportes: públicos.

## Día 7 – 21 Mayo

Desayuno

Comida

Cena

### Osaka - Kuromon - Shodoshima

Por la mañana visitamos el mercado de **Kuromon** donde conocemos no solo el pez globo como especialidad estrella sino otras bien interesantes. Después de conocer la comida imperial (Kyoto), de la comercial (Osaka), con sus mestizajes y refinamiento (Kappo) y de templos Zen (Tenryuji, Manpukuji) ahora vamos al campo, a la isla de Shodoshima. Antes, tomamos un tren para llegar a **Shikoku**, isla de peregrinos que conserva un ambiente rural relajado. Antes de Zarpas en Ferry hacia Shodoshima probamos el Udon, en la ciudad de **Takamatsu** (incluida).

El **udon**, esos fideos de trigo blanco gruesos y con mordida que han aterrizado en nuestros supermercados y se han hecho populares en occidente son originarios y una de las delicias locales de la prefectura de Kagawa, en la isla de **Shikoku y Shodoshima**. Ya en **Shodoshima** conocemos la salsa de soja japonesa. En la visita además de aprender sobre su historia y el proceso de elaboración podemos sentir el aroma de soja impregnado en sus tradicionales edificios. Nos hospedamos en un hotel de la isla. La cena de hoy es en un Izakaya con productos locales (incluida).

#### A nivel gastronómico:

**Experiencias:** Sanuki Udon, Izaka en isla de Shodoshima.

**Productos:** Pez Globo, productos en mercado de Kuromon (zona Kansai), Soja, Udon.

**Aporte:** Conocer la salsa de soja y su importancia en los sabores, y el origen del Udon. Conocer la introducción de la oliva a Japón como ejemplo de la occidentalización de Japón durante periodo Meiji.

Transportes: públicos.

## Día 8 – 22 Mayo

Desayuno

Comida

### Shodoshima - Okayama - Fukuoka

Visitamos la isla, con paisajes que nos recuerdan al mediterráneo, no solo por sus olivos introducidos hace más de 100 años, sino también por sus limones y cítricos y su clima más seco que la vertiente del Pacífico es propicio para ciertos productos que vamos conociendo con productores locales como el **Yuzu**, un cítrico que ya ha asomado en las cocinas y empieza a elaborarse ya en Europa (el yuzu tarda 18 años en dar fruto).

Durante todo el recorrido vemos como se planta el arroz en toda la isla. Ya en el interior de la isla llegamos a un pueblo que conserva un escenario de Kabuki (teatro) popular, con sus terrazas de arroz ya negadas de agua, nos regala una estampa rural muy especial, durante el recorrido conocemos el **Somen**, udones finos, el alga **Nori** y otros productos del campo en **Shodoshima**. También visitamos un templo dentro de la ruta de los 88 templos, especial que hay en esta isla, aquí tenemos la oportunidad de acercarnos a otro significado de **ma**, el «espacio» concebido como su experiencia en la conciencia del observador y la relación dinámica entre los elementos y no como un objeto externo. El **ma** se construye en la conexión entre los 5 elementos el espacio al fluir por los elementos los conecta y les da vida. Así de importante son los espacios entre las composiciones en las mesas o los platos, para dar vida a

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

las composiciones.

Antes de zarpar hacia **Takamatsu** comemos un delicioso **Ramen** (incluido) en la isla.

En diferentes trenes llegamos a Fukuoka en la isla de Kyushu, ciudad muy dinámica y puerto más cercano a la península de Corea por lo que ha sido puerto de entrada a Japón, y durante siglos, de las novedades culturales del continente, sobre todo de China. Esto se refleja en la gastronomía. Entre Fukuoka y Nagasaki se desarrolló la **shippoku**, una cocina mestiza con influencias tanto chinas, como portuguesas y neerlandesas. Entre esos platos mestizos está el **ramen**, una de las estrellas de la cocina nipona fuera de sus fronteras, pero también la **tempura** forma parte de esa cocina. Callejemos por zona central y antigua y también exploramos la zona de los **yatai**, paradas de comida callejera con platos de sabores intensos y ambiente vibrante. En esta línea de comida popular también se desarrolló en Fukuoka un estilo particular de **yakitori**. En Kyushu empezamos a conocer el **Shochu** (destilado blanco original del continente), muy popular en Japón, a veces confundido con el **Sake** (nihonshu) original del país.

*La cena hoy es en la zona de los Yatais, el grupo se tienen que dividir y cada uno descubre diferentes paradas donde prueba diferentes platos.*

### **A nivel gastronómico:**

**Experiencias:** Comida Shippoku, Yatais (paradas de calle originales), Ramen.

**Productos:** Mercado locales centro ciudad, Shochu (bebida), Yuzu, Arroz, Nori.

**Aporte:** Entender la introducción y adopción de platos y elaboraciones del continente a Japón y disfrutarlas. Conocer campos de arroz, y saber la procedencia de varios productos, seguir entendiendo las composiciones y presentaciones de platos.

Transporte: bus privado y públicos.

## **Día 9 – 23 Mayo**

Desayuno

Comida

Cena

### **Fukuoka - Hiroshima - Miyajima**

*Hoy preparamos una bolsa o maleta pequeña para 4 noches, enviamos maleta grande a Tokyo.*

Llegamos a Hiroshima en tren desde Fukuoka.

La historia de **Hiroshima** está irremediabilmente ligada desde el 6 de agosto de 1945 a uno de los momentos más oscuros de la humanidad y aunque esta ciudad es mucho más que la víctima de un bombardeo atroz – que se repitió tres días después en Nagasaki – es necesario visitar el Museo de la Paz que se erige a partir de sus cicatrices para evitar que algo así se repita.

A nivel gastronómico, Hiroshima es conocida por la calidad de las ostras, que se cultivan en las tranquilas aguas del mar Interior desde el siglo XVI. En la comida de hoy probamos el **Okonomiyaki estilo Hiroshima** y diferentes tipos de **ostras**, cuyo cultivo tiene una larga tradición, en nuestra comida (incluida). Desde Hiroshima llegamos a la isla sagrada de **Miyajima**, visitamos sus templos y santuario, con su conocida puerta (torii). En Miyajima la estancia en un **ryokan onsen**. Los baños termales en Japón son una experiencia singular enfocada al placer del cuidado del cuerpo. La versión de **kaiseki ryori** (estilo fiesta) que disfrutaremos ofrece un armonioso equilibrio entre el disfrute de los sentidos y la salud (muchas variedades de productos cocinados de diferentes formas y conectados con el lugar). Es a la vez sana y festiva, en sintonía con la experiencia de las aguas termales.

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

### A nivel gastronómico:

**Experiencias:** *Okonomiyaki* en *Tenpanyaki* estilo Hiroshima y ostras, *Kaiseki* estilo *ryokan*.

**Productos:** Ostras, *Momiji Manju*, productos locales en cena *Kaiseki*.

**Aporte:** Contrastamos la comida con la cena, la comida popular y la cena sofisticada. El *kaiseki* de *Ryokan* nos impresiona, para así aumentar la emoción de la celebración, recordar y comparamos con anteriores. En la comida conocemos el *Okonomiyaki* de Hiroshima y la plancha o *Tenpanyaki*.

Transportes públicos.

## Día 10 – 24 Mayo

Desayuno

Comida

### Miyajima - Kobe - Kanazawa

Por la mañana en tren llegamos a Kobe. A pesar de que se conoce la presencia de ganado vacuno como fuerza de trabajo en Japón desde el siglo II, su consumo se inició hasta hace alrededor de 100 años. A pesar de ello, la **ternera de Kobe** es uno de los productos japoneses más conocidos en todo el mundo y entorno al que se han generado leyendas. Para proteger las características y la fama de la carne de Kobe se ha creado una D.O. con unas condiciones muy estrictas y es un motivo de orgullo en la prefectura de Hyogo. En Kobe tendremos la oportunidad de degustar auténtica carne D.O. Kobe en un **teppanyaki** donde un *itamae* experto elaborara con precisión ante nuestra mirada los cortes más suculentos.

Seguimos nuestro camino para llegar por la tarde a **Kanazawa**. Esta ciudad de la costa del Mar de Japón es conocida por su bien conservada arquitectura tradicional – esta zona queda fuera de la zona de mayor riesgo sísmico –, sus *onsen* y la calidad de los productos de sus costas. La confluencia de una corriente fría del norte y tropical del sur generan las condiciones idóneas para el marisco y para que sus inviernos sean conocidos por las enormes acumulaciones de nieve que ofrece postales de una belleza singular. Por la tarde tendremos la oportunidad de dejarnos perder por sus calles para cenar en alguno de sus bulliciosos restaurantes.

*La cena de hoy el guía se encarga de buscar y recomendar, según los intereses del grupo. Cena por libre (se pueden hacer reservas con antelación).*

### A nivel gastronómico:

**Experiencias:** Carne *Wagyu* (Kobe) en *Tenpanyaki*, (con *itame*), *Sashimi* y productos del mar en Kanazawa.

**Productos:** Carne *Wagyu*, *Sashimis* y mariscos.

**Aporte:** Conocer la carne japonesa, sus calidades y diferentes denominaciones de origen. Historia introducción de la carne en la dieta japonesa. Diferencia con el mar de Japón.

Transportes públicos.

## Día 11 – 25 Mayo

Desayuno

Cena

### Kanazawa - Nagano

Por la mañana recuperamos la serenidad contemplativa paseando por el parque del Castillo y su jardín, **Kenrokuen**, uno de los principales jardines del país. Llegamos al mercado de

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

**Omicho**, donde se citan todos los productos locales y antes de partir de vuelta al corazón rural de Japón, comemos en los restaurantes del mercado, famoso por el sashimi y mariscos (comida por libre). Cruzamos los Alpes del norte para ir a **Nagano** mientras disfrutamos de impresionantes paisajes. Ya en Nagano, visitamos el **Zenkoji**, que marca el centro de la ciudad y a partir del cual se formó la ciudad, aquí nos encontramos con el **Shichimi**, (condimento picante de 7 elementos) que nos acompaña durante el viaje. Visitamos el templo recibimos las bendiciones por parte de los monjes, y buscamos la llave del paraíso en las entrañas del templo.

El paisaje y el clima de **Nagano** es muy diferente de las anteriores zonas visitadas, lo que nos permite conocer los productos y la gastronomía de montaña de la que los fideos *soba*, de harina de sarraceno, es el plato estrella. También el territorio influencia en las formas de mizo y en los encurtidos locales. Encontraremos en la gastronomía de esta región también carne de caballo, manzanas, castañas, uvas, especies, verduras de montaña y sake entre otros. La cocina **Shinano**, creada durante siglos para recibir a los peregrinos que llegaban a Nagano, nos acerca a todos estos productos locales. Para cenar (incluida), tendremos la oportunidad de probar esta cocina y entre otros platos probamos el *basashi*, un sashimi de carne de caballo muy apreciado en los *izakaya* de toda esta área montañosa. Noche en Nagano.

#### **A nivel gastronómico:**

**Experiencias:** Cocina de mercado (Omicho Kanazawa). Cocina *Shinano* (Nagano).

**Productos:** Mercado Omicho (mariscos, pescados, carnes, verduras, frutas, etc).

**Aporte:** Conocer uno de los pocos mercados grandes que se conservan en Japón (Omicho) y comer en los restaurantes del mercado. También a partir de la cocina local *Shinano* introducir platos típicos de zonas rurales de montaña, ver diferencias y expandirnos en el conocimiento de la gran variedad regional de platos.

Transportes públicos.

### **Día 12 – 26 Mayo**

Desayuno

Comida

Cena

#### **Nagano - (Matsumoto) - Kawaguchiko (Fujisan)**

Hoy recuperamos el contacto con los productores del rurales en **Azumino**, un hermoso pueblo enclavado en un valle en medio de los alpes centrales. Aquí en las montañas, las labores de la siembra del arroz empiezan más tarde que en la soleada Shodoshima. Los campos se inundan con las aguas del deshielo de las abundantes nevadas que caen en esta región de enero a marzo. Es la pureza de estas aguas la que nutre también la mayor extensión de **campos de wasabi** de Japón, que visitamos. Conocemos también una bodega de *sake*, y una de *miso*, donde aprendemos sobre la elaboración de estos productos y sus variedades, tan mencionados, pero poco conocidos. Paramos en **Matsumoto**, para ver su elegante castillo de llanura, desde el parque que lo rodea.

Hoy para comer probamos la **Soba** elaborada con harina de sarraceno del valle (incluida) en restaurante local rural. Ésta es una experiencia gastronómica muy apreciada en Japón que nos mezcla con el entorno, y nos hace apreciar este producto, tan importante para la vida en la montaña, sin el cual, la vida allí sería aún más dura. En su sencillez nos recuerda de dónde venimos. En esta zona fresca y húmeda se cultivan manzanas, aunque lo que puede sorprender

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

es que se cultive también uva y que **Nagano** se esté convirtiendo en una zona con algunos de los mejores vinos blancos de Japón.

Ya por la Tarde llegamos a **Kawaguchiko**, delante del Fujisan, nos acomodamos en nuestro *ryokan* para descansar, tomar las aguas termales y cenar una espléndida comida *Kaiseki* de *Ryokan*.

#### **A nivel gastronómico:**

**Experiencias:** *Soba* (harina de Sarraceno), *Kaiseki en Ryokan*.

**Productos:** *Wasabi*, Productos de temporada en campos de Azumino, *Sake*, *Miso*.

**Aporte:** Entender la importancia y el respeto a ciertos productos en Japón, que hoy parecen simples, pero nos hacen recordar de dónde venimos. Conocer los productos de montaña, muy saludables y algunos ya conocidos mundialmente y otros prácticamente desconocidos, como el *sake*, *miso*.

Transporte: privado.

### **Día 13 – 27 Mayo**

Desayuno

Comida

#### **Kawaguchiko (Fujisan) - Tokyo**

En la zona de los 5 lagos a los pies del Fujisan, volvemos a encontrarnos con los aspectos más sagrados de Japón, con su gran símbolo que es el **Fujisan**, subimos hasta los 2.305 metros en nuestro transporte, y conocemos la **5ª estación** de las 10 que conforman la ascensión al Fujisan. Ya en la zona de los lagos visitamos el **pueblo de Oshino** con sus ocho fuentes naturales, los **Oshino Hakkai**, aguas de extrema pureza procedentes de las entrañas del Fujisan y el **Sengen Jinja**, santuario a los pies del Fujisan, preparatorio para la ascensión de peregrinos. Hoy para comer probamos una variedad del *udon*, el **Hotou** (incluida), típico de la zona en restaurante local. Ya por la Tarde llegamos a Tokyo, nos situamos en nuestra zona.

*La cena de hoy el guía se encarga de buscar y recomendar, según los intereses del grupo. Cena por libre (se pueden hacer reservas con antelación).*

#### **A nivel gastronómico:**

**Experiencias:** *Hotou* (udon), restaurantes en Tokyo.

**Productos:** Agua

**Aporte:** Seguir comprendiendo la parte espiritual que siempre se integra en la gastronomía, y que la diferencia de la occidental. Ya en Tokyo poder observar, incluso en una gran urbe, que se mantienen las formas, y todo lo aprendido hasta ahora, aunque eso sí, con un gran dinamismo.

Transporte: privado hasta Tokyo y públicos en Tokyo.

### **Día 14 – 28 Mayo**

Desayuno

Cena

#### **Tokyo - Asakusa - Sanja Matsuri - Kappabashi - Ueno - Ameyoko - Yakatabune**

Hoy visitaremos el Tokyo más tradicional, **Asakusa**. La visita coincide con el Festival **Sanja**

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

**Matsuri**, una de las explosiones de cultura popular y fervor extático más importantes, donde corren ríos de sake, razón del sake unificador. Multitud de paradas de comida típica en los festivales acompañan el festival. Por otro lado, tan revelador sobre la cultura gastronómica como los ingredientes son las herramientas de cocina. Un ejemplo claro son los cuchillos japoneses, tan importantes en técnicas como los cortes de sashimi en **Kappabashi** la mayor calle dedicada por entero a la venta de artículos de cocina. Además de la oportunidad de visitar talleres de cuchillos artesanos y tiendas de menaje de cocina veremos también comercios especializados en las vistosas reproducciones ultra realistas de platos que habremos podido ver en los aparadores de restaurantes por todo Japón. De aquí llegaremos a **Ueno**, uno de los barrios que ya formaba parte de Edo. Y como no sólo de alta gastronomía y tradición se alimentan las personas, visitaremos el *shotengai* de **Ameyoko**, una calle comercial cerrada al tráfico con tiendas de alimentación de las que han alimentado los hogares durante años y puestos de comida sencilla y sabrosa. Que mejor para seguir conociendo. Tokyo que cenando en la bahía a bordo de un **Yakatabune**. Cenar en estos barcos decorados como el interior de una casa señorial ha sido tradicionalmente una de las distracciones de las clases altas desde el periodo Edo. Además, degustamos uno de los platos mestizos que la cultura urbana de ese periodo convirtió en un clásico de la comida “rápida” local, el *ebi tempura* (*tempura de camarón*) durante la cena estilo kaiseki yakatabune. Mientras disfrutamos del Skyline de Tokyo iluminado.

#### **A nivel gastronómico:**

**Experiencias:** Cena en Yakatabune (Kaiseki fiesta, de tempura) mercados y paradas.

**Productos:** Utensilios de cocina, Sake, Umeshu, Mercado Ameyoko, Shichimi, Sashimi.

**Aporte:** Conocer la importancia del sake unificador, ver las paradas de comida callejera de festival (Asakusa), profundizar en productos de la cocina (Kappabashi), en el Ameyoko conocer más el mundo de los dulces y como se entretienen los tokiotas (yakatabune).

Transportes: públicos.

#### **Día 15 – 29 Mayo**

Desayuno

#### **Tokyo - Tsukiji - Ginza - Harajuku - Meijingu - Shibuya Skyshibuya (Mirador)**

Si en Kyoto hablábamos del latido que insuflan los mercados a las ciudades, **Tsujiki** es el corazón de la mayor metrópolis del mundo. Si bien el grueso de la actividad del mercado se ha trasladado a la nueva ubicación en Toyosu, el viejo Tsukiji, junto a **Ginza**, permite hacerse una idea del trasiego del mayor mercado central de pescado del mundo. Además, la calidad de los productos que se encuentran aquí es difícil de igualar. Y no solo es la capacidad de conseguir las mejores materias primas, la delicadeza y atención con que éstas son tratadas ya desde el mayorista permiten entender el porqué de la excelencia de la cocina japonesa. Fuera del mercado, el exclusivo distrito de **Ginza**, donde se concentran boutiques de todas las firmas de lujo y muchos de los restaurantes más prestigiosos de Japón, entre ellos el triestrellado *Hiro sushi*. Visitamos también **Harajuku**, el centro de una burbujeante y vistosa cultura juvenil, el santuario consagrado al emperador que dirigió la modernización de Japón, el *Meiji jingu* y el distrito de **Shibuya**, cuyo cruce central, siempre abarrotado y lleno de pantallas gigantes ha alimentado nuestra imagen del futuro. Aquí subimos al mirador **SkyShibuya**, con las mejores panorámicas de la ciudad.

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)

*La cena de hoy el guía se encarga de buscar y recomendar, según los intereses del grupo. Cena por libre (se pueden hacer reservas con antelación).*

**A nivel gastronómico:**

**Experiencias:** Mercado Tsukiji, Sushi.

**Productos:** Mercado de Tsukiji, Grandes Almacenes en Ginza, Dashi.

**Aporte:** Diferenciar las paradas en el mercado de Tsukiji, con los restaurantes de Ginza, y los de Shibuya, con ambientes y elaboraciones muy diferentes.

Transportes: públicos.

**Día 16 – 30 Mayo**

Desayuno

**Tokyo - Aeropuerto (NRT o HND)**

Según los horarios de los vuelos, salida por la mañana con Shuttle Taxi hasta el aeropuerto. Los viajeros con vuelos que salgan por la tarde tienen la posibilidad de hacer visitas por libre, el guía asiste en las planificaciones y está a disposición durante todo el día.

## **Información general importante**

- Recepción (cartel con nombre) a la salida del control de equipajes servicio asistido en inglés y traslado al hotel con el Airport Limusine bus. Si los vuelos se retrasan o adelantan el servicio de asistencia arregla los horarios de salida hacia el Hotel. El guía les espera en la recepción del Hotel.
- En el transfer de salida desde Kioto al aeropuerto, el guía despide a los viajeros en el hotel, no asiste hasta el aeropuerto.
- Tampoco se asisten con guía las salidas del hotel, para ir al aeropuerto, anteriores a las 9:00 de la mañana.
- Para los días sin la maleta grande, se lleva una maleta de mano o mochila pequeña.
- Hay que asegurarse que los pasaportes que llevan los participantes tienen una validez superior a 6 meses y avisar de no usar, por error, pasaportes que se creían perdidos.
- Los importes de las consignas, para las bolsas y mochilas no están incluidos.
- Alguna visita puede sufrir cambios por la climatología o por la floración de los cerezos para así mejorar su observación.
- Las personas vegetarianas o con intolerancia al gluten o alergias, por favor lleven algo adecuado de comida para determinadas situaciones, sobre todo en las que sea difícil adaptar la dieta.
- El día 23 de mayo el guía básicamente no atiende las posibles visitas.
- Es posible ser flexible y modificar o adaptar según petición, siempre dentro de los intereses generales del grupo.

**Viatges Berga**

Carrer Sant Agustí, 11 de Tarragona

Tel. 977252610 - [info@viatgesberga.com](mailto:info@viatgesberga.com)