

行程编号
LKA9WE66C2

烹饪探险之旅（11天）

11 天 · 10 晚　私人团，含司机兼导游

AI 生成图像 · 并非实景照片

关于此体验

这个为期11天的旅游追溯斯里兰卡的美食景观，从西海岸到文化三角区、茶叶高地、山区、东南海岸，最后回到科伦坡。除了岛上的主要景点，如丹布拉石窟寺庙、锡吉里亚岩石堡垒、波隆纳鲁瓦古迹、努瓦勒埃利亚周围的茶区、埃拉和亚拉国家公园，路线围绕亲身美食体验而设计：农场午餐和烹饪示范、香料和草药花园之旅、茶叶采摘和茶厂参观、草莓农场，以及科伦坡的美食街导览。

旅行者将真正体验斯里兰卡美食的种植、收获和烹饪方式，在途中与农业家庭、茶叶采摘者和香料种植者相遇，同时在这些以美食为中心的停靠点之间有时间欣赏该国的历史和风景亮点。

费用。



每日行程

第1天　机场 → 尼甘布

行程从西海岸尼甘布的沙滩开始。



尼甘布海滩

在尼甘布的沙滩上享受阳光,观赏这里历经数百年的渔业作业,或是参加一些水上运动来体验刺激的快感。

AI 生成图像 · 并非实景照片

尼甘布潜水

在珊瑚和水下生物间潜水,其中包括一艘距岸不远、已有50年历史的沉船,如今已成为众多鱼类的栖息地。

第 2 天 尼甘布 → 丹布勒

向内陆前行至丹布勒,参观其历史悠久的石窟寺庙群。



丹布勒金寺

走进可追溯至公元前1世纪的石窟寺庙,欣赏描绘释迦牟尼佛一生的古老壁画,以及分布在五个主要洞穴中的数百座佛像与神像,包括天王洞、大王洞和大新寺。

Lankapic · CC BY 2.5

金佛像

在石窟群外不远处,参观巍然矗立的金色大佛像。

第 3 天 丹布勒 → 波隆纳鲁瓦 → 丹布勒

充实的一天,将狮子岩要塞、农家午餐体验与古城波隆纳鲁瓦结合在一起。



狮子岩要塞

攀登由卡西亚帕国王于公元5世纪修建的岩石要塞,穿过赋予此地名称的狮爪入口,观赏历久不衰的壁画、梯田花园、至今仍在使用的蓄水池以及通往王宫的隧道。

Wrobell · CC BY-SA 3.0

农家午餐与烹饪演示

与当地农家一同享用由柴火烹制的正宗农家午餐,在农妇与女儿们的示范下了解斯里兰卡的烹饪方式,品尝盛在莲叶上的传统米饭、扁豆与蔬菜咖喱、炸鱼和薄脆饼,另可单独购买科图(kotthu)。



古城波隆纳鲁瓦

漫步于斯里兰卡第二大古都的遗迹之中,这座城市在10至13世纪间繁荣兴盛,游览加尔寺、瓦塔达盖、莲花池、兰卡提拉卡寺以及帕拉克拉马巴胡国王雕像。

Bernard Gagnon · CC BY-SA 3.0

第 4 天 丹布勒 → 马特莱 → 努瓦拉埃利耶

经马特莱前往山区,途中参观香料园,随后抵达茶乡努瓦拉埃利耶。



香料与草药园

参加香料与草药园的导览,了解芫荽、辣椒、肉桂、豆蔻与肉豆蔻,随后观看关于斯里兰卡菜肴中香料运用的烹饪演示,还有机会亲手制作罗提或自己的咖喱粉。

AI 生成图像 · 并非实景照片

茶厂与茶园

参观茶厂与茶园,了解锡兰红茶的制作工艺,这一传统可追溯至1824年茶树首次引入该岛,以及1852年詹姆斯·泰勒在康提的卢勒康德拉庄园建立该国首个商业茶园的历史。

第 5 天 努瓦拉埃利耶

在努瓦拉埃利耶度过一天,结合采茶体验、草莓园与小镇殖民时期街道的游览。

采茶体验

穿上纱丽或纱笼,背上编织的茶叶篮,扮作采茶女工,向专业采茶工学习正确的采摘方法,观看你采摘的茶叶被加工成茶,并可购买作为纪念品。



草莓农场

走进当地草莓农场的温室,了解种植这种水果所需的条件,品尝草莓奶昔、奶油草莓、巧克力草莓或草莓煎饼,也可购买新鲜草莓。

AI 生成图像 · 并非实景照片



努瓦拉埃利耶小镇

探索这座曾为英国人避暑胜地的山城小镇,欣赏其中的小屋、别墅与宅邸,在古老的红砖邮局寄一张明信片,并在维多利亚女王公园或格雷戈里湖畔放松休憩。

Abdul malik77 · CC BY-SA 4.0

第 6 天 努瓦拉埃利耶 → 埃拉 → 班达拉韦拉

继续前往埃拉,游览其最著名的景点后再前往班达拉韦拉。



小亚当峰

穿过翠绿的茶园与崎岖的地段,眺望小亚当峰的美景。

AI 生成图像 · 并非实景照片



九拱桥

走过九拱桥,聆听其建造背后的故事。

Deitel55 · CC BY-SA 3.0



德莫达拉火车站

在以其独特的环形回旋轨道设计而闻名的德莫达拉火车站结束这段徒步之旅。

A.Savin · FAL

第 7 天 班达拉韦拉 → 科斯兰达 → 班达拉韦拉

从班达拉韦拉出发的一日游,探访岛上最高的瀑布之一,并了解橡胶生产。



迪亚鲁玛瀑布

参观高达220米的迪亚鲁玛瀑布,是该岛最高的瀑布之一,从酒店出发只需短途车程或步行即可到达。

Travel Local · CC BY 2.0

橡胶园

参观附近的橡胶园,了解传统的橡胶采集与加工方法。

第 8 天 班达拉韦拉 → 亚拉

继续向南前往亚拉,在斯里兰卡最著名的国家公园之一体验野生动物观赏之旅。



亚拉国家公园野生动物之旅

在位于东南海岸、岛上第二大的亚拉国家公园,参加为时三小时的野生动物观赏之旅,有机会看到斯里兰卡豹、野水牛、斯里兰卡懒熊以及成群的大象,还有众多其他哺乳动物、鸟类、爬行动物、两栖动物、鱼类与无脊椎动物。

Ranmith Welikala · CC BY-SA 4.0

第 9 天 亚拉 → 加勒

前往南海岸,探索加勒古堡城。



加勒古堡

探索加勒——这座曾是葡萄牙与荷兰统治总部的城市,漫步于亚洲保存最完好的要塞之一加勒古堡,沿着仍保留荷兰时期名称的鹅卵石街道,游览海事博物馆、加勒国家博物馆与灯塔。

Rovin Shanila · CC BY-SA 4.0

第 10 天 加勒 → 巴拉皮蒂亚 → 科伦坡

经巴拉皮蒂亚前往科伦坡,途中体验河船之旅,随后在首都以一场街头美食之旅结束行程。



马杜河船游

乘船游览马杜河,穿行于红树林水道之间,观赏晒太阳的鳄鱼与水巨蜥,参观一座出产肉桂的小岛,体验鱼疗按摩,并观察水鸟在其自然栖息地中的生活。

SUPindia · CC BY-SA 4.0

科伦坡街头美食之旅

参加沿加勒菲斯海滨步道进行的街头美食导览之旅,品尝鸡蛋炒饼、原味炒饼、调味鹰嘴豆、虾饼、扁豆饼与科图等多种美食,包括素食与鸡肉版本,同时欣赏日落美景。

第 11 天 科伦坡 → 机场

早餐后办理退房手续,前往机场搭乘航班离境,行程至此结束。

包含内容

已包含

- All prevailing taxes and service charges
- Transport in a Private Vehicle, inclusive of all chauffeur accommodation.
- Service of an English-Speaking Chauffeur Guide throughout the tour.

不包含

- International / Domestic Airfare.
- Any expenses of personal nature.
- Compulsory Supplements/Peak Supplements.
- Tips & Portages.