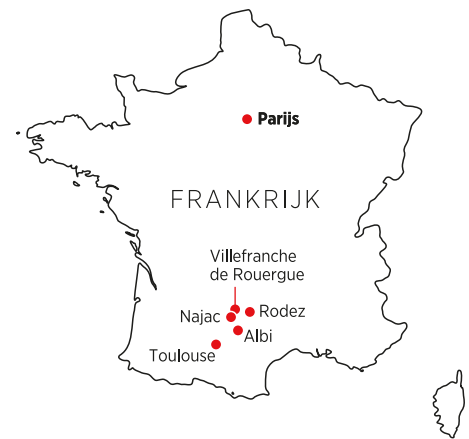


reizen

Boemelen (met een volle buik) door Occitanië





Niets zo leuk als vakantie per trein. Ooit had Frankrijk een dicht spoornetwerk, maar dat is grotendeels vervangen door snelle tgv's. In het zuiden koesteren ze de boemeltjes nog. Tuf mee door Occitanië, langs rozerode steden en dorpjes.

tekst & foto's **Karin Luiten**

De tuinen van de bisschop in Albi.

Het Capitole op het centrale plein van Toulouse.



1 TOULOUSE

Eerst naar de markt, dan picknicken langs de Garonne

Startpunt van dit rondje met de trein is Toulouse, een verrassend compacte en gemoedelijke metropool, met het station op loopafstand van het centrum. Natuurlijk gaat u even naar het centrale plein met het fraaie Capitole, maar lekkerbekken spoeden zich snel naar de Marché Victor Hugo. De sierlijke glazen markthallen zijn in de jaren zestig helaas vervangen door een wit betonnen bakbeest, maar het blijft een feest om rond te dwalen tussen alle groente, fruit, brood, kaas, wijn, vis en vlees.

Voor al slagers zijn er prominent aanwezig, met uiteraard de saucisse de Toulouse, tot een spiraal opgerolde varkensworst. Het is een vast onderdeel van de cassoulet, dé iconische bonenschotel van deze streek. Er zijn ter plekke statafels voor de lekkere trek, maar nog beter is om te gaan picknicken langs de Garonne. Vooral aan het eind van de dag begrijpt u waar de bijnaam 'de roze stad' vandaan komt.

Culitip: boek een lekkere rondleiding met (Engelstalige) gids over de markt via tasteoftoulouse.com.



Najac, met uitzicht op het 13de-eeuwse fort

2 NAJAC

Een van de mooiste dorpen van Frankrijk

Met de trein (via de Ligne des Bastides) is het anderhalf uur naar Najac. De heuvels worden steeds hoger en groener en vanwege het enkele spoor wordt in elke tunnel luid getoeterd. Vanuit het stationnetje beneden kunt u het 13de-eeuwse fort boven op de berg al zien liggen. Het dorp, terecht bekroond tot een van de mooiste van Frankrijk, bestaat uit slechts één enkele straat. Die slingert zich vanaf dat fort over de bergkam omhoog en omlaag naar het 'nieuwe' middeleeuwse dorpsplein, de bastide. Naast de Epicerie begint de Chemin de Ronde, vroeger van de soldaten, nu een prachtig wandelpad vol wilde planten en met mooi uitzicht op het fort.

Culitip: Hotel L'Oustal Del Barry haalt u op bij het station, dat scheelt een klim. In het restaurant koken ze met groente uit eigen moestuin. Vanuit kamer 8, met prachtig balkon, heeft u daar uitzicht op, net als op de rest van de vallei van de Aveyron. oustaldelbarry.com

HOE KOM IK ER?

Ga vanuit Nederland met de Eurostar naar Parijs. Reis vervolgens met de tgv (ruim 4 uur) of nachttrein (9,5 uur) via Bordeaux naar Toulouse. Houd rekening met een uur overstaptijd in Parijs van het Gare du Nord naar Gare Montparnasse, per metro. Maar neem liever drie uur en ga uitgebreid lunchen of vroeg dineren in Terminus Nord of Bouillon Chartier Montparnasse. terminusnord.com bouillon-chartier.com



Een feest van groente, fruit, brood, kaas, wijn, vis en vlees

3 VILLEFRANCHE DE ROUERGUE

Koop roze knoflook op de levendige markt

Slechts een kwartier treinen verderop ligt dit fraaie stadje van wit kalksteen. Alle straten zijn in een rechthoekig patroon gecentreerd rondom het plein, omringd door heerlijk koele arcades. Probeer hier te zijn op een donderdagochtend, dan is er een levendige markt.

De hoek van het plein wordt bezet door de Collégiale Notre-Dame. In de zomer is de toren van deze gotische kerk open voor bezoekers. Klauter vooral de 163 traptredes naar boven voor een fraai uitzicht over de daken van de stad, terwijl de zwaluwen rakelings langszoeken.

Wandel ook beslist even om de hoek naar de Chapelle des Pénitents Noirs, een barok 17de-eeuws pareltje met een verbijsterend mooi beschilderd plafond. En pik vlakbij het station ook nog de Chartreuse Saint-Sauveur mee, een groot karthuizerklooster uit de 15de eeuw.

Culitip: Op de markt vindt u de beroemde roze knoflook uit Lautrec, een geweldige specerijenkraam, heerlijke walnotenolie en jam gemaakt door de nonnen.



4 RODEZ Stad met een kathedraal van roze zandsteen

Er rijdt geen trein, maar wel een bus naar Rodez, die anderhalf uur doet over negentien haltes. Ondanks de honderd frivole waterspuwers lijkt de Notre Dame meer op een vesting dan een kathedraal. Geheel opgetrokken uit de lokale roze zandsteen, de grès rose. De tragiek van Rodez is dat die nogal kwetsbaar is en snel verpulvert, waardoor er veel verloren is gegaan, zoals een compleet forum romanum. Maar dit is een stad om al wandelend vooral omhoog te kijken, dan ziet u allerlei fraaie gevels van renaissance-vakwerkhuisen.

Elke vrijdag is er op de place du Bourg een leuke brocantemarkt. En ook voor wie nog nooit van de schilder Pierre Soulages heeft gehoord, is een bezoek aan zijn museum een aanrader, een imposant roestig paleis van cortenstaal.

Culitip: restaurant Touôsto (Occitaans voor 'Tartine') is een verfrissend adres voor verfijnde groentegerechten met een vleugje vlees/vis. Plus heerlijke streekwijnen.



5 ALBI Rode stad om uren doorheen te dwalen

Via de Ligne des Cathédrales is het vijf kwartier met de trein naar het hoogtepunt van deze rondreis. Langs ogenschijnlijk verlaten stationnetjes vol opgeschoten onkruid rijdt hij uiteindelijk de rode stad Albi binnen. Die ligt dankzij de plaatselijke platte bakstenen, de briques foraines, inderdaad rood en schilderachtig te wezen langs de oevers van de Garonne. Met aan de ene kant de monumentale kathedraal Sainte-Cécile – extreem sober van buiten, weelderig gedecoreerd van binnen – en het paleis en de tuinen van de bisschop. Plus daaromheen middeleeuwse woonwijken vol fraai geconserveerde vakwerkhuisen om fijn doorheen te dwalen.

Via twee oude stenen bruggen of de gloednieuwe voetgangerspasserelle belandt u aan overkant van het water, bij de vroegere molens en steenfabrieken. Vanuit Albi bent u in een uurtje treinen weer terug in Toulouse.

Culitip: Het allermooiste stadszicht heeft hotel Mercure, in een voormalige watermolen uit 1770. Hier werd twee eeuwen lang pasta gefabriceerd, een activiteit die hotelrestaurant La Vermicellerie weer in ere heeft hersteld.

REIZEN TER PLEKKE

De Occitanie Rail Tour (ORT) bestaat uit negentien treinroutes in Zuid-Frankrijk, waarvan er zes via Toulouse lopen, dus dat is een handige uitvalsbasis. Op gedeeltes waar geen spoorlijn is, rijden bussen. Of neem de fiets mee in de trein. Veruit het handigst is om een Pass ORT te kopen, voor twee tot zes dagen (10 euro per dag), dan kunt u onbeperkt zonder reservering elke trein nemen die u wilt. Info: tourisme-occitanie.com/rail-tour/ Handige treinplanner (ook met een app): lio-occitanie.fr



De kathedraal van Albi.



Koken met
Karin Luiten

TAART IN DE TREIN

Karin Luiten geeft
een moderne draai aan
klassieke gerechten



TIP

Leg een vel bakpapier op het deeg, stort vol met droge bonen. Til na afloop met papier en al eraf. De bonen zijn niet meer eetbaar, wel herbruikbaar als bakvulling.

Tijdens mijn treinrondreis door het Zuid-Franse Occitanie (zie pagina 40) heb ik uiteraard volop genoten van de lokale gastronomie. Van *aligot* (kazige aardappelpuree) tot *cassoulet* (vlezi-ge bonenschotel), plus een enorme variëteit aan lokale kaasjes en vleeswaren. Vooral dat laatste. Talloze worstjes, *rillettes* en *patés* passeerden de revue. Vlees is ontegenzeggelijk de trots van deze contreien, met een glansrol voor eend, gans en varken in alle mogelijke vormen. Plus orgaanvlees. De vegetariër heeft het hier niet makkelijk, en de veganist al helemaal niet. Maar gelukkig zijn er ook veel zoete lekkernijen.

Zo at ik in Najac bij bakkerij Delmur verrukkelijke *Fouace*, een grote ronde brioche met een gat erin, zacht geurend naar oranjebloesemwater. Ook hun *Massepain* is de reis waard. Geen marsepein, maar een ultraluch- tige cake gebakken in een tulbandvorm, met een krokant suikerlaagje bovenop.

Heel bijzondere gebakjes at ik in Albi, waar pâtissier Cédric Millet een theesalon heeft aan de rivier. Frambozentaartjes met peper, citroentaartjes met venkel of chocoladetaartjes met zwarte knoflook: hij experimenteert graag met bijzondere smaken, en alles is even heerlijk als prachtig.

De trots van Rodez is de *Mandarelle*: een smeulige appeltaart met hazelnoten en kastanje- puree, elegant afgedekt met deeg in de vorm van het rozet van de kathedraal.

Ook Toulouse heeft een eigen taartspecialiteit, de *Fénétra*. De lokale bakkers noemen dit een *gâteau de voyage* (reistaart), omdat hij prima te vervoeren is en makkelijk een paar dagen goed blijft op kamertemperatuur. Die mocht dan ook mee in de trein, al kwam hij niet heel ver. Te lekker! Het is een vrij platte taart van zanddeeg, gevuld met abrikozenjam en blokjes gekonfijte citroen en afgeto- pt met een brosse amandel- eiwitschuimlaag.

Die wilde ik thuis proberen na te maken. Het hoort met jam, maar met verse abrikozen vond ik 'm nóg lekkerder. Alleen die gekonfijte zoete citroen is in Nederland lastig te vinden. Dus ik was zo vrij om die te vervan- gen door een appeltje plus een ferme schep lemoncurd.

info@kokenmetkarin.nl

ABRIKOZENTAART (FÉNÉTRA)

Nodig voor 1 taart:

Deeg:

- 200 g bloem
- 100 g boter
- 50 g suiker
- 2 eidooiers
- snufje zout

Vulling/topping:

- 500 g verse abrikozen
- 1 appel
- 100 g lemoncurd
- 3 eiwitten
- 75 g suiker
- 60 g amandelmeel
- 30 g bloem
- ± 2 eetl poedersuiker

Oven tijdig voorverwarmen op 180 °C.

Deeg: Meng bloem, suiker en zout. Wrijf de klontjes boter erdoor tot kruimels. Kneed snel de eidooiers erdoor tot een deegbal, met eventueel een drup water. Laat in plasticfolie 1 uur rusten in de koelkast. Bedek hiermee een lage taartvorm (Ø 26 cm), liefst met losse bodem. Prik in met een vork.

Vulling: Snij de abrikozen in reepjes, de appel in stukjes. Laat in een pan met een scheutje water en 2 eetl suiker 15 minuten sudderen. Laat afkoelen en roer de lemoncurd erdoor.

Topping: Mix de eiwitten stijf, voeg al kloppend de rest van de suiker toe. Meng in een andere kom amandelmeel en bloem. Spatel dit zo snel mogelijk door het eiwit. Bak de taartbodem 15 minuten voor met een bakvulling, onder in de oven. Verwijder de bakvulling. Doe de abrikozencom- pote erin. Spatel het eiwit- schuim erover uit tot alles be- dekt is. Bestrooi met wat poedersuiker. Bak ± 25 minuten in de oven. Laat afkoelen. Ser- veer met poedersuiker.