

## Circuit Gastronomique en Ouzbékistan sur la Route de la Soie

À la découverte de la gastronomie & la culture ouzbèque

Circuit de 12 jours 10 nuits



En fonction du vol direct Uzbekistan Airways Paris —Tashkent—Paris

Le programme peut être adapté aux vols des autres compagnies aériennes (Turkish Airlines, Aeroflot)

**Départs garantis à partir de 2 personnes**

**Itinéraire:** Tachkent — Khiva — Boukhara — Aydarkul - Sentob – Samarcande — Shakhrisabz - Tachkent

L'Ouzbékistan dispose de forts atouts : sa stabilité politique, son statut de république laïque et en plus, les ressortissants européens et canadiens peuvent séjourner en Ouzbékistan jusqu'à 30 jours sans visa.

**Saison : d'avril à novembre**

**Hébergement : en hôtels 3 ou 4\* / Camp de yourtes**

L'Ouzbékistan est un pays qui est connu non seulement pour ses monuments historiques, mais aussi pour une grande variété de plats qui ont des particularités concernant la préparation, lié avec l'histoire de ce pays. Ce voyage gastronomique vous permettra de goûter la diversité de la cuisine ouzbèke et vous permettra de participer aux master class pendant les préparations.

La cuisine ouzbèke est l'une des plus riches en Orient ! Situé au carrefour des routes caravanières de la Grande Route de la Soie, l'Ouzbékistan pendant plusieurs siècles amassait les plats les plus intéressants et extraordinaires des différents pays. Chaque plat a ses rituels traditionnels et sa

préparation varie suivant les régions ouzbèke. La cuisine ouzbèke est également riche en fruits et légumes.

Nous vous invitons à prendre part au circuit exclusif gastronomique et culinaire à travers l'ancien Ouzbékistan. Les recettes de la cuisine orientale, de cuisiniers connus, la variété, et le goût fin des plats orientaux ne laissera pas indifférents même le voyageur expert !

Vous trouverez des recettes de cuisine traditionnelle de l'Ouzbékistan, ainsi que des bonnes adresses, des parcours gastronomiques, et restaurants de la région pour déguster les plats les plus typiques.

Où et comment manger en Ouzbékistan ? Nous vous recommandons les bonnes adresses pour découvrir les spécialités culinaires de l'Ouzbékistan.

### **Les points forts du circuit :**

- Visite des villes classées au patrimoine mondial de l'UNESCO : Khiva, Boukhara et Samarcande et Shakrisabz
- Découverte culturelle et gastronomique de l'Ouzbékistan
- Visite des marchés, ateliers de préparations culinaires
- Dégustation de thé aux épices
- Une soirée folklorique

Soyez les bienvenus en Ouzbékistan ! Bon appétit !

### **Programme**

#### **Jour 01**

Vol international. Nuit à bord.

#### **JOUR 02 : Tachkent - Urgench - Khiva**

Arrivée matinale. Accueil. Petit déjeuner inclus dans un café en ville. (Occupation immédiate des chambres à l'hôtel à l'arrivée matinale est possible moyennant un supplément). Départ pour un tour de ville de la capitale de l'Ouzbékistan riche en parcs et fontaines. Visite de la place Khast Imam où se dressent la medersa de Barakhan, la medersa Moyi Muborak avec l'ancien Coran du VIIe s. Promenade à travers le marché Tchorsu de la vieille ville.

*Introduction à la gastronomie ouzbèque avec le déjeuner dans un restaurant local (inclus). Menu à titre indicatif : petite soupe locale de légumes 'shorba'/ plat principal : délicieux chachliks - brochettes variées au choix : de l'agneau, du veau, du poulet, du porc, des légumes (tomates, poivron), salades / galette traditionnelle/ dessert : fruits ou gâteau/ boissons : thé vert et noir, café, eau plate et pétillante.*

Continuation des visites de la dynamique capitale ouzbek : musée des Arts Décoratifs, la place de Tamerlan où se dresse la statue de notre héros national, place du Théâtre d'Opéra et de Ballet, place de l'Indépendance, monument du Courage, monument érigé en hommage aux victimes du tremblement de terre de 1966.

Le soir, transfert à l'aéroport et vol pour Urgench. Arrivée à Urgench. Accueil. Transfert en véhicule pour la ville de Khiva (35km, 30min environ). Installation à l'hôtel.

Dîner à l'hôtel (inclus). Menu à titre indicatif : dégustation du Manty (gros raviolis vapeur farcis à la viande et au potiron et servis avec "tchakka", du fromage aigre).

Nuit à l'hôtel.

#### **Installation à l'hôtel (check-in : 14h00)**

#### **Jour 03 : KHIVA**

Début des visites guidées de la ville-musée à ciel ouvert, la Vieille Ville de Khiva, dénommée Itchan Kala classée par l'UNESCO, ancienne escale de la Route de la Soie : la visite commence par la Porte Ouest Ata Darvaza de la vieille ville, Forteresse de Kunya Ark - Madrasa et Minarets de Kalta Minor, Mausolée Sacré de Pakhlavan Makhmoud, atelier de menuiserie de sculpture sur bois pour découvrir l'artisanat local, Mausolée Sayid Allaouddin, Minaret Islam Khodja - Mosquée du vendredi, le palais de Tach Khaouli - Harem du Khan, l'Ensemble Est avec la Porte Est Palvan Darvaza, la Mosquée Ak, la Médersa et le caravanserail Allakulikhan, le Palais Extérieur Nurullabay avec une architecture étrange.

Déjeuner au cours des visites dans un restaurant : menu à titre indicatif : dégustation de «tukhum barak», galettes aux oeufs, spécialité de Khiva, « gounma » - beignets à la viande et à la pomme de terre, salades assorties de légumes cuits, pain ouzbek, fruits suivant la saison (pomme, raisin, poire, pastèque ou melon).

Dîner libre en ville. Balade libre au coucher de soleil. Nuit à l'hôtel.

#### **Option en surcoût :**

- Concert folklorique avec les danses et les chants de la région – 5 €/pers (sous réserve de joindre un groupe de 10 pers)
- Spectacle de funambules – 5 €/pers (sous réserve de joindre un groupe de 10 pers)

#### **Jour 04 : Khiva — Boukhara (450km)**

Après le petit déjeuner, trajet en voiture pour Boukhara traversant le Désert Kyzyl Koum « sables rouges » à cheval entre Ouzbékistan et Kazakhstan, qui occupe une superficie de 300 000 km carré. Le paysage particulier du désert centre-asiatique fait penser aux temps des caravaniers courageux qui traversaient cette mer du sable à dos de chameau. Il n'a pas de visite prévue pendant ce trajet.

Déjeuner en cours de route dans un chaikhana (café routier) (inclus) : Un barbecue vous attend : en entrée somsa aux oignons et brochettes d'agneau, un régal.

En fin d'après-midi arrivée à Boukhara. Temps libre pour se balader dans les ruelles de la vieille ville.

Dîner en ville. Menu à titre indicatif : Salades de légumes, les somsa (des sortes de chaussons de pâte feuilletée à base de viande d'agneau émincée servis avec du fromage aigre à la menthe) sont tout simplement épatants : la pâte est un mélange de feuilleté et de croustillant, et avec la sauce à la menthe, c'est excellent ! Thcouthcvara - Soupe aux petits raviolis.

Nuit à l'hôtel.

**NOTE : Il y a une 2ème façon d'aller de Khiva à Boukhara en train. Transfert à la gare à 08h00. Départ à 08h45, arrivée à 14h48. Déjeuner panier repas dans le train (inclus). Le train confortable traverse les sables rouges du desert Kizil - Koum.**

## Jour 05 : BOUKHARA

*Boukhara la divine ! Boukhara qui était un grand centre commerçant et culturel de la Transoxiane, le berceau d'une très ancienne civilisation d'Orient avec 2500 ans d'histoire. Une des plus anciennes villes de l'Asie Centrale. Centre spirituel et commerçant dont l'importance ne baisse pas au cours des siècles.*

Journée de visites guidées. Visite de la partie centrale de la ville - Chakhristan : l'Ensemble Poi Kalon occupe une place centrale dans vieille ville avec son impressionnant Minaret Kalon du XI<sup>e</sup> siècle avec sa Mosquée Kalon (du vendredi), la plus grande de Boukhara qui pouvait recevoir jusqu'à dix mille fidèles, la Médersa Miri Arab; la citadelle Ark- l'ancienne citadelle qui était la résidence officielle des souverains de Boukhara et la mosquée Bolo Khauz. Promenade à travers le parc des Samanides où se trouvent le mausolée d'Ismail Samani - le plus ancien et le plus précieux du pays, un vrai chef-d'œuvre de l'architecture médiévale et le mazar Chashma Ayub « source de Job » avec un petit musée qui présente l'histoire de l'alimentation en eau de la région au fil des siècles, et le Grand Bazar.

*Déjeuner dans un restaurant en cours de visites. Menu à titre indicatif : dégustation du manpar (nouilles aux légumes, oeuf et viande) avec une famille ouzbek.*

Continuation : Visite de la médersa d'Abdulazizkhan et de la médersa d'Ooulougbeg. Promenade à travers les coupoles marchandes appartenant à l'architecture civile du XVI<sup>e</sup> siècle, le Tim d'Abdoullakhan du XVI<sup>s</sup>, l'ancienne Galerie Marchande, et les Anciens Caravansérails de la vielle ville. Visite de la mosquée Magokki Attori, un ancien temple du feu zoroastrien transformé en mosquée avec l'invasion arabe et le complexe Liabi Khauz « au bord du bassin » la place préferée des Boukhariotes avec un grand bassin bordé de vieux mûriers est entouré de vieux monuments : la Médersa Nadir Devanbeghi, la Khanaka Nadir Devanbeghi et la Médersa Koukaldach.

Dîner libre. Nuit à l'hôtel.

## Jour 06 : BOUKHARA

Matinée, visites guidées aux environs de Boukhara avec la résidence d'été du dernier emir de Boukhara, Sitorai Mohi Khosa, le tombeau de Bakhauddin Mouhammad Nakchbandi, cheikh, fondateur de l'ordre soufi des Naqchbandi qui est le plus répandu en Asie centrale. Excursion dans la maison-musée du riche marchand, le père de Fayzoulla Khodjaev, de l'ancien président de l'Ouzbékistan soviétique avant la Seconde Guerre Mondiale. La maison est un bel exemple de demeure ouzbek du XIX<sup>e</sup> siècle. Retour à Boukhara. Visite de la medersa Tchor Minor, une petite medersa aux quatre minarets à l'architecture étrange.

*Déjeuner dans un restaurant local sur la place Lyabi House. Menu à titre indicatif : Dégustation d'une spécialité qui s'appelle Navrouz composée de patates, tomates, oignons, tranches de boeuf, épices, salades : tomates et concombres, salade d'aubergines/ pain galette traditionnel/ Dessert : fruits ou gâteau/ Boissons : thé vert et noir, café, eau plate et pétillante*

La fin d'après-midi sera libre pour profiter des charmes de la ville. Dîner libre. Nuit à l'hôtel.

### **Option en surcoût:**

- Le dîner avec le concert folklorique suivi d'un défilé de mode à la medersa -18 € / pers.
- Pause - thé aux épices (cardamome - anis étoilé - clou de girofle - cannelle) au salon de thé - 7 €/personne.
- Leçon de dessin des miniatures - 4 €/personne

## **Jour 07 : BOUKHARA - GUIJDUVAN - NURATA - AYDARKUL (220 km) (Pension complète)**

Départ pour Aydarkul. En route, arrêt à Gijdouvan à 40 km de Boukhara où vous visiterez un atelier familial de poterie existant depuis six générations. Puis arrêt aux ruines du caravansérail de Rabati Malik datant du XIème siècle et de la sardoba (réservoir d'eau) qui était un escale important de la Grande Route de la Soie. Ensuite vous découvrirez les pétroglyphes datant de 4000 ans avant J.-C. A Nourata, visite de la mosquée et du bassin aux poissons sacrés.

*Déjeuner dans un chaikhana (salon de thé). Menu à titre indicatif : (Tandir kabob - Mishoui-l'agneau cuit rôti à la broche, sur les braises d'un feu de bois au tandyr - four traditionnel).*

Dans l'après-midi, départ vers le campement de yourtes à côté du lac Aydarkul pour une nuit au milieu de la steppe désertique. Installation. Promenade à dos de chameau possible (30 min). Détente dans un environnement privilégié, promenades. Vous rejoindrez les rives du lac Aidarkul à 8 km, une réserve d'eau où vous aurez peut-être la chance d'observer un grand nombre d'oiseaux. Promenade et baignade possible (entre mai et septembre). Retour au campement.

*Dîner au restaurant de la yourte (inclus). Le repas sera un excellent Dimlama - des ragoûts de boeuf avec la pomme de terre et des salades (vodka compris) et nuit sous la voûte céleste du désert (hébergement collectif).*

Soirée autour d'un feu avec un troubadour Kazakh. Nuit sous la yourte.

*Note : Les yourtes sont en feutre, et vous disposerez de matelas sur un lit, de draps, d'une taie d'oreiller qui vous seront fournis. Prévoyez une lampe de poche, des serviettes de toilette et du savon, ainsi qu'un petit sac pour les affaires de nuit avec des vêtements chauds car les écarts de température sont possibles (journées chaudes et nuits fraîches). Nuit sous les yourtes équipées (4/5 personnes par yourte selon les disponibilités, lits et couchage fournis). Le camp de yourtes disposera de salles de douche et de toilettes.*

## **JOUR 08 : AYDARKUL - SENTOB (120 km)**

Petit-déjeuner. Balade à dos de chameau à travers les steppes et dunes, départ pour rejoindre le lac Aïdarkoul. Les poissons y sont nombreux, et il est devenu aussi le refuge de bon nombre d'oiseaux migrateurs. À l'arrivée, baignades selon les conditions climatiques et balade autour du lac.

*Pique-nique (inclus) de poissons au bord du lac, grillades de poissons au feu de bois !*

Puis, route en direction de la vallée verdoyante de Sentob, habitée par les tadjiks vivant dans des maisons en pierre situées le long de la rivière, et bordée d'antiques noyers de plus de 300 ans. Promenade à travers le village et rencontre ses habitants.

*Dîner (inclus) dans la maison d'hôte, aide à la préparation du «pilaf», plat traditionnel, au dîner, chez l'habitant. Le «pilaf ou plov», plat à base de riz cuit avec des raisins, des pois chiches, des épices, des carottes jaunes et de la viande. Vous préparerez le dîner avec eux tout en apprenant à cuisiner des spécialités locales. Vous dégusterez ensuite en compagnie de la famille ce repas, servi*

*sur le "dastourkhon" (nappe traditionnelle) qu'on partage avec les membres de famille dans la cour sous les ceps de vigne. Cette journée vous permettra de vous imprégner du mode de vie locale et de découvrir leur hospitalité.*

*Nuit dans la maison d'hôte avec chambres et toilettes privatives (wc, et douche se trouvent dans des locaux séparés de la maison).*

#### **JOUR 09 : SENTOB - SAMARCANDE (240 KM)**

Matinée, route pour Samarcande à travers les villages avec quelques arrêts possibles pour prendre des photos, rencontre ses habitants. Arrivée et installation à l'hôtel.

Déjeuner libre dans un restaurant en ville. Après-midi, début des visites de Samarcande : la nécropole de Chakhi Zinda «demeure des rois vivants», sans doute un des plus beaux ensembles architecturaux de la ville, composée de 12 mausolées qui reflètent la haute maîtrise des architectes et des artistes locaux. Découverte du Musée Afrosiab dont la pièce maîtresse est une fresque du VIIème siècle, l'une des rares de la période pré-islamique de la région. L'observatoire d'Ooulougbek, unique au monde au XVème siècle et son grand sextant, l'un des plus importants monuments historiques de la ville qui a été édifié au XVe siècle. Un énorme sextant permettait l'observation du soleil et de la lune. Vue panoramique sur le site archéologique.

*Dîner dans un restaurant en ville : délicieux chachliks - brochettes d'agneau, de veau, de poulet, de légumes (tomates, poivrons).*

Nuit à l'hôtel.

#### **Jour 10 : Samarcande**

La journée sera consacrée à la visite de la capitale de Tamerlan qui conserve en héritage des monuments et œuvres d'art parmi les plus beaux d'Asie, ville phare de la Route de la Soie : le Mausolée Gour Emir du XVe s. abritant les tombeaux de Tamerlan et de ses descendants, Le Reghistan, centre officiel de l'empire des Timourides, est le complexe le plus grandiose d'Asie central, entourée de ses 3 médersas majestueuses. La médersa d'Ooulougbek construite au XVe siècle par Ooulougbek, petit-fils de Tamerlan, grand astronome et mathématicien, était la plus grande école astronomique de son époque, la medersa de Cherdor est connue pour son grand portail richement décoré de mosaïques, la troisième médersa, celle de Tilla Kari «décorée d'or». Nous ferons une petite balade dans le marché exceptionnellement coloré et animé qui jouxte cette mosquée.

Déjeuner libre dans restaurant.

Après-midi, suite des visites : la mosquée de Bibi Khanoum était la plus grande mosquée de l'Asie Centrale et accueillait douze mille fidèles. Elle fut construite par Tamerlan en l'honneur de sa femme favorite, Bibi Khanoum. Visite d'un atelier de fabrication de papier de soie au village Konigul où l'on fabrique le fameux papier de soie de Samarcande, lequel fit la renommée de la ville dans tout l'Orient au Moyen Age. Dîner libre. Balade en soirée dans le centre historique. Nuit à l'hôtel. (Dimlama - Pot au feu).

Dégustation de vins ouzbeks avec la visite d'un petit musée de vinerie (inclus) (sous réserve de joindre un groupe à partir de 10 personnes) (Possibilité d'achat de bouteille)

Ensuite, repas du soir chez l'habitant, aide à la préparation du pilaf, un plat traditionnel ouzbek : le plov est un plat à base de riz cuit avec des raisins, des pois chiches, des œufs de caille, des épices, des carottes jaunes et de viande. Accueil chaleureux des habitants.

Balade en soirée dans le centre historique. Nuit à l'hôtel.

**Option en surcoût :**

- Spectacle Son et Lumières sur la place du Registan à Samarcande 10 € /pers (sous réserve de joindre un groupe à partir de 10 personnes)
- Show théâtral avec la présentation des costumes historiques au Théâtre «El - Merosi» - 15 € / pers (sous réserve de joindre un groupe à partir de 10 personnes)

**Jour 11 : SAMARCANDE—CHAKHRISABZ— SAMARCANDE (90+90 km) - TACHKENT en train (310 km)**

Départ pour visiter Chakhrisabz, qui est considérée comme la ville natale de Tamerlan. La route passe par le col de montagne Takhtakaratcha à 1700 m d'altitude, avec arrêt pour faire des photos sur des monts Zérafchane. La plupart de ses monuments datent de l'époque des Timourides (XIV-XVe siècle) lorsque Chakhrisabz était la deuxième ville importante après Samarcande. A l'arrivée, visites à Chakhrisabz : le palais d'Ak Sarai «palais blanc», le mausolée de Jakhonghir, fils aîné de Tamerlan, le mausolée est rattaché à la mosquée du quartier, la crypte ou cénotaphe de Tamerlan, le complexe de Doroul Tilovat «maison de méditation» comprend une grande mosquée du vendredi Kouk Goumbaz «coupoles bleues», et le mausolée de Goumbazi Saydan. Ce dernier édifice est celui du père de Timour, et de son maître spirituel.

Déjeuner le repas chez l'habitant (inclus) : Dimlama - Pot au feu, cuisiné avec des légumes et de la viande.

Accueil chaleureux des habitants. Vous goûterez le plov. C'est le plat national, un riz pilaf. Dans l'après-midi, retour à Samarcande. Transfert à la gare à 17h00. Départ en train rapide à 18h00 pour Tachkent. Arrivée à 20h10.

Accueil et transfert au dîner d'adieu au restaurant accompagné de vodka, et de vin (inclus). Menu à titre indicatif : salade Olivier appelée aussi Salade Russe, plateaux de légumes marinés, de viandes et de fromages, Jiz biz (viande préparée au four en pisé), longe d'agneau agrémenté de son coulis de baies ou médaillons de veau grillés en option), brownie au chocolat & Strudel, plateau de fruits, eau minérale, jus de fruits, sodas.

Balade en soirée dans le centre. Nuit à l'hôtel.

**Jour 12 : Retour**

Matinée libre. Transfert à l'aéroport selon l'horaire du vol. Assistance aux formalités d'enregistrement. Envol à destination de Paris sur vol régulier (repas à bord).

Note : le déroulement du programme est donné à titre indicatif. Les étapes peuvent être modifiées pour des raisons d'organisation, de changement imprévu d'horaires d'avion etc.

### Hébergements recommandés

Villes	Hotels
Tachkent	Navruz 4*, Samir 3* ou similaire
Khiva	Zuhro, Meros, Musa Tura ou similaire
Boukhara	Emir, Salom, Kabir Boutique Hotel ou similaire
Samarcande	Meros, Rabat, Zilol Baht 3* ou similaire

*Sous réserve de disponibilité au moment de la réservation.*

### De manière générale, le prix comprend :

- Le logement en hôtels 3 étoiles / 4 étoiles, maison d'hôte et camp de yourtes, petit-déjeuner compris
- La mise à disposition d'une voiture sedan ou minibus climatisé selon la taille du groupe
- Vol intérieur Tachkent – Urgench;
- Le trajet en train (2ème classe)
- Les services des guides locaux francophones avec un très bon niveau de français lors de visites dans les villes jusqu'à 4 personnes ou guide francophone durant tout le voyage à partir de 5 personnes.
- 16 repas au total comme indiqué dans le programme dans les meilleurs restaurants et maison d'hôte (menu spécial)
- Droits d'entrée aux excursions, visites mentionnées au programme
- Dégustation de vins ouzbeks avec la visite d'un petit musée de vinerie
- Les taxes de séjour dans les hôtels
- Carte de l'Ouzbékistan : une par couple/individuel à l'arrivée à Tachkent
- Cadeau d'artisanat par couple/individuel

### Ce que le prix ne comprend pas:

- Vol international
- 5 repas au total comme indiqué dans le programme

- Services supplémentaires dans les hôtels
- Droits d'utilisation de l'appareil photo et caméra aux excursions, visites mentionnées au programme
- Pourboires aux guides, chauffeurs
- L'assurance medicale

### **Conditions de paiement et d'annulation**

- Dès votre confirmation de réservation avant le départ – 50 eur de frais de dossier par personne non remboursables
- Jusqu'à 60 jours – 5 % de pénalité sur le prix total du voyage
- Jusqu'à 59-31 jours – 25% de pénalité sur le prix total du voyage
- Jusqu'à 30-15 jours – 50% sur le prix total du voyage
- Jusqu'à 14-8 jours – 75% de pénalité sur le prix total du voyage
- Jusqu'à 7 jours et no show – 100% de pénalité sur le prix total du voyage

### **Conditions de paiement**

- Dès votre confirmation de réservation du séjour vous devez verser un acompte d'un montant équivalent à 30% du prix de la réservation.
- Vous pouvez régler votre acompte via les moyens de paiements disponibles (par virement bancaire, carte bancaire).
- Si vous annulez votre réservation, l'acompte vous est reversé.
- Le solde de votre réservation du séjour peut être réglé au plus tard 30 jours avant votre départ.

### **Transport — voiture sedan ou minibus confortable et climatisé, selon la taille du groupe**

**Important!** A compter du 1er février 2019, les voyageurs européens et canadiens sont dispensés de visa ouzbek pour un séjour de moins de 30 jours. Le passeport doit être valide au moins 6 mois après la date de retour.

**O'zbekistonga Khuch kelibsiz ! Bienvenue en Ouzbékistan !**

## CARTE DE VOTRE CIRCUIT

