

GK organic farm

KL 郊外のお気に入りスポット GK Organic Farm をご紹介します。モントキアラから、約 45 km、車で 50 ~ 60 分ほどの Bangi に農園があります。週末限定の Farm Visit Program は、有機農法について学び、農園を歩いて、見て、野菜に触れて、ビュッフェランチまで楽しめる、最大 50 名近くの特別プログラムです。



オーナー Mr. Gan

プログラムは、9:30am 定刻にスタートします。

オーナーの Mr. Gan はヨガの達人でもあり、まずは簡単なヨガ体操をしながら、体をリラックス♪

Welcome fruits で小腹を満たしたら、「裸足」で、農園散策へ出発!

ハーブと花で彩り鮮やかな庭を通過し、椰子の実の殻や貝殻などを使った自家製堆肥を見学。パパイアやキュウリの雄雌を学んだ次は、とうもろこしを生で試食。これが甘い! 続いて、苗の植え付け体験、そして、子ども達お待ちかね「さつまいも堀り」。大人も本気モードです。



芋掘り体験

約 1 時間の散策の後は、Mr. Gan イチ押しの Minty Basil Syrup についてのおはなし。我が家では、喉がイガイガするな、と思ったら、このシロップをひとさじ飲むのが習慣です。

そして、ハイライトは、ベジタリアンビュッフェランチ♪

農園で採れた新鮮野菜が、シェフのインスピレーションで調理されます。花々を使った盛り付けも美しい。GK のお料理は、胃袋のリセットだけでなく、頭の中まで切り替えてくれる力があります。



裸足で散策スタート!



苗の植え付け体験



ヨガストレッチ



ベジクリーム サワーブレッド 添え



パパイアゼリーとナッツボール



前菜からデザートまで全てベジタリアン



ワイルド・グリーン・サラダ

小さな売店も併設しており、食後は、オーガニック商品の買い物ができます。

ハーブティ、ジャム、エンザイム、調味料 etc...

※ エコバッグをお忘れなく!

お土産おすすめランキング

第 1 位: モロヘイヤ

第 2 位: Pickled Roselle (オーガニック砂糖に漬けた後、天日干したドライローゼル)

第 3 位: Minty Basil Syrup (大ボトルがお得)

第 4 位: パナナ (運良ければ、Pisang Merah 赤いバナナを!)

第 5 位: モロヘイヤ乾麺

子どもと一緒に自然を満喫して、美味しいランチに舌鼓。

KL 滞在中、ぜひ訪れてみてください。

(読者 acire)

【FARM Data】

<http://gkorganicfarm.blogspot.com/>

地図、予約状況、プログラム内容、商品取扱店などは、HP で確認できます。

電話 / sms : +(60) 12-3866 078 (Ms.SK Lee)

(注) 予約無しのウォークインでの参加はできません。

【料金】 +6% の税金 (GST) ががかかります。

13 歳以上 ~ 大人 RM58+

こども (7 ~ 12 歳) RM38+

こども (3 ~ 6 歳) RM30+

3 歳以下は無料