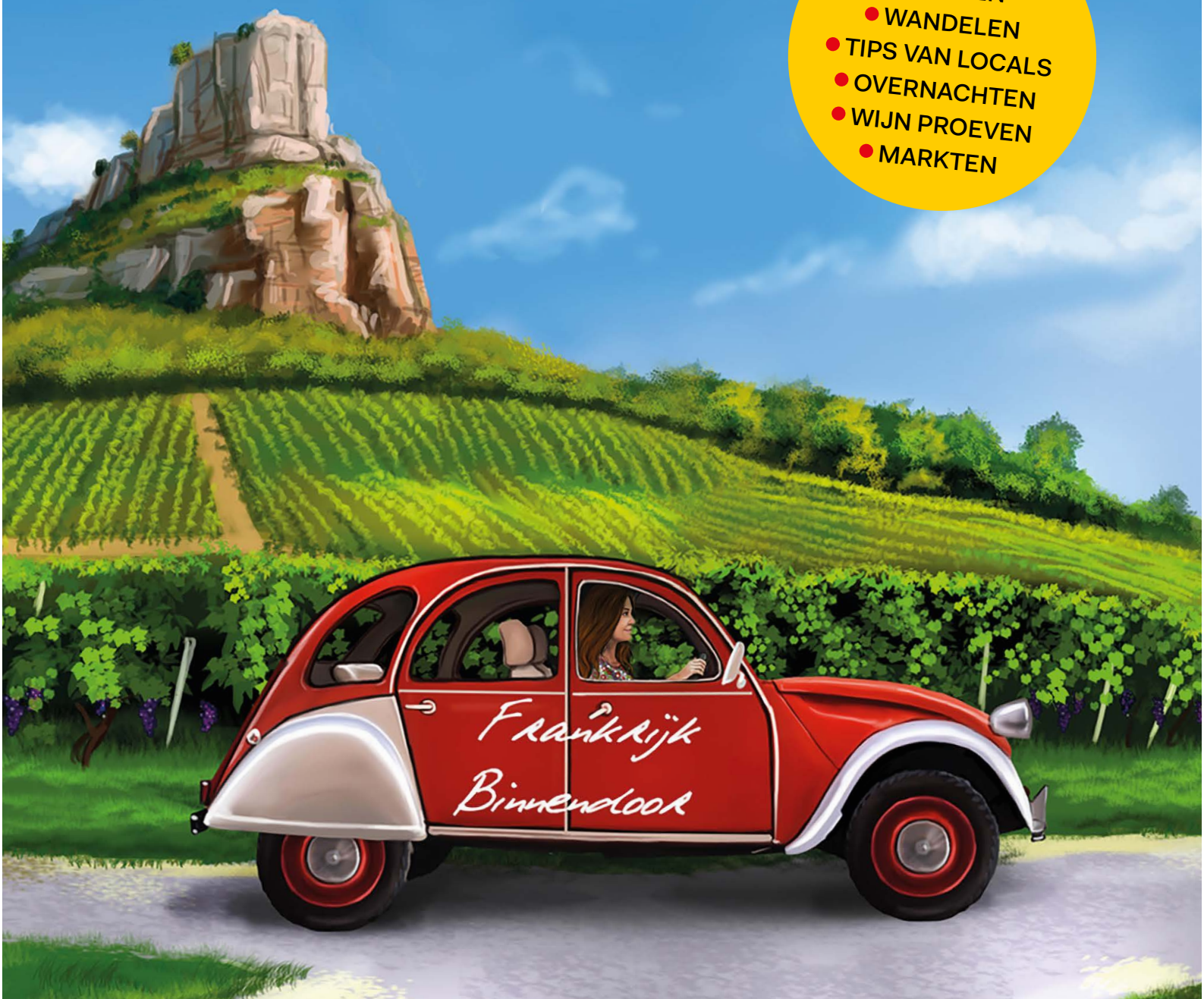


**RUUD COUWENHOVEN**

# FRANKRIJK BINNENDOOR

**ONTDEK HET ANDERE FRANKRIJK**

- ROADTRIP
- FIETSEN
- WANDELEN
- TIPS VAN LOCALS
- OVERNACHTEN
- WIJN PROEVEN
- MARKTEN



**Tekst** Ruud Couwenhoven

**Fotografie** Ruud Couwenhoven, iStock, Adobe Stock, Shutterstock, auteursfoto: Guus Janssen

**Illustratie cover** Ruud Couwenhoven

**Redactie** Marian Couwenhoven

**Eindredactie en correctie** Eva Disselhoff, Eveline Broekhuizen

**Vormgeving** Oranje Vormgevers, Eindhoven

**Promotie en distributie** Mo'media B.V.

**Druk** Wilco B.V. Amersfoort

1<sup>e</sup> druk, augustus 2019

2<sup>e</sup> druk, maart 2020

**Frankrijk Binnendoor, ontdek het andere Frankrijk** is een uitgave van eRCeeMedia B.V.,  
Grasgraefken 25, 6171 SH Stein (NL). [erceemedia.eu](http://erceemedia.eu)

**Copyright** eRCeeMedia B.V., Ruud Couwenhoven © 2020

**ISBN** 9789083010601

**NUR** 512

Deze uitgave is samengesteld met de grootst mogelijke zorg. Voor eventuele onjuistheden in de tekst van dit boek zijn eRCeeMedia B.V. en de auteur niet aansprakelijk. Eventuele onvolledigheden, op- en aanmerkingen kunnen naar bovenstaand adres worden gestuurd of naar [informatie@frankrijkbinnendoor.nl](mailto:informatie@frankrijkbinnendoor.nl)

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen worden in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar worden gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder de schriftelijke toestemming van de uitgever.



 La Croze

# INHOUD

## WAT IS FRANKRIJK BINNENDOOR 8

- 1. WIE, HOE & WAT 10**
    - Voor het eerst Frankrijk Binnendoor 13
    - Frankrijk Binnendoor: een levensstijl 17
  
  - 2. MET DE AUTO NAAR FRANKRIJK? 18**
    - Waarom Frankrijk Binnendoor zo leuk is 19
    - Tip voor een 'gratis' overnachting 21
    - Help! Ik spreek geen Frans 23
    - Fransen zijn aardiger dan je denkt 25
    - Een gratis drankje van de baas 26
    - Tomaten en kersen tot je erbij neervalt 26
- 

## ONTDEK HET ANDERE FRANKRIJK 28

- 3. WANDELEN: MEER GENIETEN EN MEER ZIEN 30**
  - Hoe staan wandelroutes in Frankrijk aangegeven? 33
  - Je voorbereiden op een wandeling 34
  - Tips voor een onbezorgde wandeling 36
  - Mijn "wandel-checklist" 38
  
- 4. FIETSEN IN FRANKRIJK 40**
  - Je hoeft geen wielrenner te zijn om in Frankrijk te fietsen 41
  - Waar fietsers op moeten letten in Frankrijk 42
  - Tips voor een geslaagde fietsvakantie 44
  - Mijn "fiets-checklist" 45
  - Mooie fietsgebieden in Frankrijk 46
  - Fietsen (en wandelen) in een wijngaard? 49
  - Expertinterview met Andy Arnts:  
Over cultuur, historie en een gouden tip 54

## **GENIETEN IN FRANKRIJK** **62**

### **5. WIJN PROEVEN EN KOPEN** **64**

Wijnproeverijen om nooit meer te vergeten **66**

[Expertinterview met Stan Beurskens:](#)

[Over wijn proeven en wijn kopen](#) **70**

### **6. LEKKER ETEN IN FRANKRIJK** **78**

Etenswaren kopen **80**

Uit eten in Frankrijk **82**

Lekker, maar wat is het? **84**

Gelukkig is er ook veel lekkers **86**

Meest voorkomende gerechten **88**

Hoe laat ga je in Frankrijk eten? **90**

[Expertinterview met Francis Chanteloup:](#)

[Tips van een chef-kok](#) **92**

### **7. MARKTEN EN BROCANTE** IN FRANKRIJK **100**

Van geitenkaasjes tot matrassen **101**

Wat is onweerstaanbaar en

wat koop ik liever niet op de markt in Frankrijk? **102**

Top 25 van markten in Frankrijk **104**

---

## **OVERNACHTEN IN FRANKRIJK** **108**

### **8. SLAPEN IN FRANKRIJK** **110**

Hotels in Frankrijk **111**

Hotels met een familiekamer en kindvriendelijke hotels **112**

Charmehotels en familiehotels **112**

Logis Hotels **112**

Hotels voor onderweg **114**

Chambres d'hôtes en gîtes **115**

Wat is een chambre d'hôte?	<b>115</b>
Table d'hôtes	<b>116</b>
Wat is een gîte?	<b>116</b>
Vakantiehuizen en vakantieparken	<b>119</b>
Campings in Frankrijk	<b>120</b>
<b>Expertinterview met Michel Leijen: vakantiehuizen in Frankrijk</b>	<b>124</b>

---

## **JE RONDREIS OF ROADTRIP VOORBEREIDEN** **132**

<b>9.</b> HOE JE <b>VAKANTIE</b> IN FRANKRIJK NOG <b>LEUKER WORDT</b>	<b>134</b>
De eerste stappen	<b>135</b>
Maak niet de fout die anderen wel maakten	<b>137</b>
Het recept voor een rondreis	<b>138</b>
Rij niet te veel op een dag	<b>140</b>
Nog een paar handige tips	<b>141</b>
Voorpret voor je rondreis	<b>142</b>

---

## **4100 KILOMETER DWARS DOOR FRANKRIJK** **144**

<b>10.</b> <b>24 DAGEN</b> FRANKRIJK BINNENDOOR	<b>148</b>
Waar brengt deze rondreis je naartoe?	<b>150</b>
<b>Dag 1</b> Lille en Noord-Frankrijk	<b>152</b>
<b>Dag 2</b> Langs de Franse kust naar Houlgate	<b>154</b>
<b>Dag 3</b> Houlgate, Deauville en Honfleur	<b>158</b>
<b>Dag 4</b> Houlgate en Villers-sur-Mer	<b>162</b>
<b>Dag 5</b> Mont Saint-Michel en Carnac	<b>166</b>
<b>Dag 6</b> Fietsen bij Carnac	<b>170</b>
<b>Dag 7</b> La Trinité-sur-Mer	<b>174</b>
<b>Dag 8</b> Naar de Charente-Maritime	<b>178</b>

<b>Dag 9</b>	Fietsen in het Forêt de la Coubre	<b>182</b>
<b>Dag 10</b>	Fietsen op Île d'Oleron	<b>186</b>
<b>Dag 11</b>	Via Saint-Émilion naar de Gers	<b>190</b>
<b>Dag 12</b>	Fietsen rondom Lectoure in de Gers	<b>194</b>
<b>Dag 13</b>	Auch, de stad van de 3 musketiers	<b>198</b>
<b>Dag 14</b>	Markt en lekker eten in Lectoure	<b>202</b>
<b>Dag 15</b>	Albi & de Tarn	<b>206</b>
<b>Dag 16</b>	Naturel Régional des Grands Causses	<b>210</b>
<b>Dag 17</b>	132 kilometer over een indrukwekkende vlakte	<b>214</b>
<b>Dag 18</b>	Gieren spotten	<b>218</b>
<b>Dag 19</b>	Fietsen in de Gorges de la Dourbie	<b>226</b>
<b>Dag 20</b>	Naar Le Puy-en-Velay	<b>230</b>
<b>Dag 21 &amp; 22</b>	Een paar dagen in de Côte-d'Or	<b>234</b>
<b>Dag 23</b>	Chablis	<b>238</b>
<b>Dag 24</b>	De Franse Ardennen en naar huis	<b>242</b>

---

<b>TOT SLOT</b>	<b>244</b>
-----------------	------------

<b>11. FRANSE TOLWEGEN EN AUTOROUTE</b>	<b>246</b>
Maximale snelheid binnenwegen naar	
80 kilometer per uur	<b>247</b>
Frankrijk heeft geen Wegenwacht	<b>248</b>
Tanken in Frankrijk en bankrekening-blokkades	<b>248</b>
Crit'Air: de milieusticker	<b>249</b>
Verkeersregels die afwijken	<b>249</b>

---

<b>OVER FRANKRIJKBINNENDOOR.NL</b>	<b>252</b>
<b>DANKWOORD</b>	<b>256</b>



# **WAT IS FRANKRIJK BINNENDOOR**







# WIE HOE & WAT

---

Wat leuk dat je mijn boek aan het lezen bent.

In ***Frankrijk Binnendoor*** neem ik je mee op een fantastische rondreis door Frankrijk. Maar je zult ook veel antwoorden vinden op praktische vragen. Denk trouwens niet dat dit boek alleen geschikt is als je met de auto naar Frankrijk gaat. Want ook als je per camper, auto met caravan of motor reist, is ***Frankrijk Binnendoor*** dé manier om het andere Frankrijk te ontdekken.



*We zijn uiteindelijk zonder  
kleerscheuren de stad uit gekomen.*



# MET DE **AUTO** NAAR **FRANKRIJK?**

---

Toen ik besloot om dit boek te gaan schrijven was het uitgangspunt een rondreis met een auto. Maar je kunt natuurlijk ook op de motor of met een camper Frankrijk gaan verkennen.



ik mijn historische fout en vroeg ik nog een keer om hulp, maar ik verving nu 'la porte' (de deur) door 'le port' (de haven) en kreeg te horen: "Aaaah, le port Napoléon, vous allez tout droit et à environ un kilomètre à gauche." Ik begreep dat ik rechtdoor moest en na ongeveer een kilometer naar links. "Merci bien et au revoir!" Er staan handige links om Frans te leren op: [frankrijkbinnendoor.nl/boek/fransleren](http://frankrijkbinnendoor.nl/boek/fransleren).

## FRANSEN ZIJN AARDIGER DAN JE DENKT

Frankrijk is een fantastisch land, maar er zouden geen Fransen moeten wonen. Dat is een opmerking die je helaas nog weleens hoort. Frans Bauer ging in 2013 met zijn broer Dorus kamperen in Frankrijk voor de televisieserie **Vive la Frans**. Daarover zei hij later tegen Humberto Tan in een aflevering van **RTL Late Night**: "Natasja Froger vertelde mij dat

Frankrijk een mooi land is maar dat er alleen geen Fransen moesten wonen." Ik zat ernaar te kijken en mijn mond viel open van verbazing. Het deed mij denken aan eenzelfde soort uitspraak van politica Annemarie Jorritsma, die zij ooit in het ANWB-blad **Reizen** had geuit. Over haar opmerking werden eind jaren negentig krantenartikelen geschreven en ze leidde volgens mij zelfs tot kamervragen. Ik moet erkennen dat Fransen soms wel hun nukken hebben, maar die hebben Nederlanders en Belgen toch ook? Ik kan mij dan ook absoluut niet in dit soort opmerkingen vinden. Sterker nog: mijn ervaringen met Fransen zijn gewoon goed.

Ik reis al ruim dertig jaar door Frankrijk en heb in al die jaren maar één negatieve ervaring opgedaan. Het ging om een lunch in het wijndorp **Sancerre**, dat is gelegen aan de Loire. Aan het dorpsplein ligt een grote brasserie (L'Esplanade) met een terras dat van de



# ONTDEK HET ANDERE FRANKRIJK





**WANDELEN:**

MEER

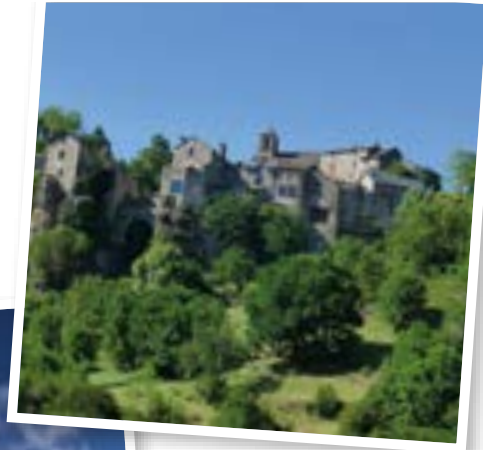
**GENIETEN** EN

MEER **ZIEN**

---

Als je van wandelen houdt, is Frankrijk een fantastisch vakantieland. Door te wandelen kom je op verrassende plaatsen en het is een prima manier om het 'andere Frankrijk' te ontdekken.





In de loop der jaren heb ik prachtige wandelingen gemaakt op de meest bijzondere plekken. Een strandwandeling over immense stranden waar geen eind aan komt, een spannende bergtocht in de ongerepte natuur of bijvoorbeeld een wandeling dwars door wijngaarden: het kan allemaal in Frankrijk. Het fijne is ook dat rondom elk dorp en in elke streek in Frankrijk mooie bewegwijzerde wandelingen zijn te maken. De beste tip die ik je kan geven is om naar een lokaal Office du Tourisme te gaan (de Franse versie van de VVV), want daar hebben ze altijd wandelroutes die je gratis of tegen een kleine vergoeding kunt krijgen.

Het is bijna ondoenlijk om de beste wandelgebieden in Frankrijk aan te geven, want wat het beste is, blijft afhankelijk van persoonlijke voorkeur. Wil je een korte wandeling maken of juist een lange inspannende tocht?

Samen met Marian heb ik prachtige wandelingen in **de Franse Alpen** gemaakt en een van mijn mooiste was een dagtocht die wij samen maakten in de **Mercantour**. Dit is een fantastisch natuurgebied in het zuidoosten van Frankrijk. De natuur is er ruig en wordt doorkruist door wandelpaden met goed aangegeven routes. Op een gegeven moment kwamen wij op een punt waar misschien wel dertig gemzen stonden te grazen in het malse gras. Doodstil bleven wij staan en tot onze stomme verbazing deden de gemzen hetzelfde. Dit tafereel zal ik nooit meer vergeten. Het complete verhaal is te lezen in het **e-book *Route des Grandes Alpes***.

Bergen zijn fantastisch en altijd indrukwekkend, maar ik wandel net zo lief door de wijngaarden van Chablis, in het noorden van de Bourgogne, of door de wijngaarden van de Elzas, de Loire, de Champagnestreek en

# 4.

## FIETSEN IN FRANKRIJK

---

Als ik naar Frankrijk ga neem ik altijd mijn fiets mee. Tot een paar jaar geleden was dat een mountainbike waar ik fantastische tochten mee heb gemaakt. Maar hoewel ik wel van een bergje of een klim houd, was heftig stijgen voor Marian toch altijd een dingetje. Een flinke heuvel was voor haar nog wel acceptabel, maar als het er meerdere werden hoorde ik toch altijd wel wat gefoeter. We gingen vroeger dan ook vooral naar streken waar je mooie fietstochten kunt maken, maar die niet al te heuvelachtig zijn. Daardoor kwamen we regelmatig in de **Loirestreek**, in de **Gironde** en in de omgeving van het **Canal du Midi**. Maar sinds we beiden een goede e-bike hebben is ook Marian niet vies van een pittige klim. We ontdekken daardoor nog veel meer van het mooie Franse binnenland.

***Dit zijn een paar Franse verkeersregels die je als fietser absoluut moet weten:***

- Een fiets moet voorzien zijn van een bel, een werkend voor- en achterlicht en een rode reflector, plus gele of oranje reflectoren op de pedalen.
- Bij slecht zicht of in het donker moet je buiten de bebouwde kom een geel of oranje hesje met reflectoren dragen.
- Voor kinderen tot twaalf jaar is het dragen van een fietshelm verplicht in Frankrijk. Ook als ze achterop zitten. Je bent er als begeleider verantwoordelijk voor dat kinderen een helm dragen.
- Een helm dragen is voor volwassenen niet verplicht, maar ik draag er altijd één. Dit doe ik voor mijn eigen veiligheid. Een ongeluk zit immers in een klein hoekje (zoals je verderop zult lezen).
- Ook als fietser mag je maximaal 0,5 promille alcohol in je bloed hebben.
- Op de fiets een mobiele telefoon vasthouden en/of oortjes dragen, is verboden.

**TIPS VOOR EEN  
GESLAAGDE  
FIETSVAKANTIE**

Mijn ervaring is dat je het meest geniet van fietsen in Frankrijk als je een streek kiest die bij je past. Ga bijvoorbeeld niet in het Franse binnenland fietsen als je in Nederland of België gewend bent aan fietstochten die over vlakke wegen en fietspaden gaan. Heb je een e-bike, dan wordt het anders, want daarmee beklim je makkelijk een heuvel of berghelling. Met een e-bike zul je ervaren dat je ook grotere afstanden gaat afleggen.

Heb je geen e-bike? Op steeds meer plaatsen kun je deze voor een dag of langer huren. Dit is een mooie manier om met deze vorm van fietsen kennis te maken. Sinds Marian en ik met een e-bike door Frankrijk fietsen, zien we veel meer en komen we in streken waar we nog nooit gefietst hebben omdat het er voor ons altijd te heuvel- of bergachtig was. Over mijn ervaringen met het gebruik van een e-bike in Frankrijk kun je trouwens meer lezen op [frankrijkbinnendoor.nl/ebike](http://frankrijkbinnendoor.nl/ebike).

Wil je veel plezier beleven aan een fietstocht, dan is een goede voorbereiding van groot belang. Bij de lokale Offices du Tourisme kunnen ze je verder helpen met kaarten en informatie over de routes in de omgeving. Als je klaar bent om te vertrekken, zorg er dan voor dat je fiets goed in orde is. Het klinkt zo eenvoudig, maar een slechte band of een rem die niet goed functioneert kan voor veel ellende zorgen. Ik laat onze fietsen altijd door onze fietsenmaker controleren en afstellen. Verder doe je er goed aan om dit mee te nemen:

# MIJN **FIETS** CHECKLIST

---



EEN GOED **HANGSLOT**  
OM JE FIETS(EN) ERGENS  
AAN VAST TE MAKEN

VOLDOENDE  
**DRINKEN** EN  
WAT TE **ETEN**



EEN GOEDE SET  
**FIETSGEREEDSCHAP**  
OM EEN **BAND TE**  
**PLAKKEN**

EEN **FIETSPOMPJE**  
VOOR ONDERWEG  
PLUS EEN **NIPPEL**  
ALS JE VENTIEL  
AFWIJKT

EEN **REGENPONCHO**  
*(sinds ik deze altijd bij mij  
heb ben ik nooit meer overvallen  
door een fikse bui)*



DRAAG EEN **GOEDE**  
**FIETSHELM** EN  
**FIETSHANDSCHOENEN**



er fantastische wandelingen te maken. Ga je fietsen? Dan is een goede conditie wel vereist, maar met een e-bike kom je natuurlijk ook een heel eind.

De wijngaarden in **het Rhônedal** zijn vooral geschikt voor wandelaars en stoere mountainbikers. Je vindt hier misschien wel de oudste wijngaarden van Frankrijk en langs beide oevers van de rivier ligt een wijngedebied dat bijna 200 kilometer lang is. Houd er rekening mee dat de wijngaarden soms behoorlijk steil zijn; sommige kunnen zelfs niet machinaal bewerkt worden.

Ten slotte zijn er nog de wijngaarden van de Provence, Drôme en de Côte d'Azur. Zelf denk ik nog vaak terug aan de wandelingen in de ruige **Dentelles de Montmirail**, waar je ook door de wijngaarden van de Côtes du Rhône loopt. Als je er een mooie rondrit met de auto wilt maken kan dat ook: le circuit de la Route des vins des Dentelles de Montmirail voert je langs de leukste wijndorpen en wijndomeinen. Mocht je een wielrenner zijn: in deze streek zit je ook vlak bij de Mont Ventoux.

***De beste manier om nog meer van het 'andere Frankrijk' te zien is om op de fiets te stappen.***

De beste manier om nog meer van het 'andere Frankrijk' te zien is om op de fiets te stappen, want met dit vervoermiddel kun je bijzondere plekjes vinden waar je met de auto nooit zou zijn gekomen. De Franse wijngaarden zijn bij uitstek geschikt om met een fiets, e-bike of mountainbike te ontdekken. Ga je liever wandelen? Dan zul je ervaren dat er bij de meeste wijndorpen heel aantrekkelijke wandelingen in en rond de wijngaarden zijn uitgezet. Vaak zelfs met informatieborden over de gebruikte druiven en de verwerking.

Op

[frankrijkbinnendoor.nl/franse-wijngaarden](http://frankrijkbinnendoor.nl/franse-wijngaarden)

vind je meer tips en handige links.



**interview**

**ANDY ARNTS**

# CULTUUR, HISTORIE EN EEN GOUDEN TIP

---

Ik sprak voor dit boek met Andy Arnts. Hij is de hoofdredacteur van de Frankrijk-magazines **En Route** en **Maison en France**, en hij heeft diverse boeken geschreven over Frankrijk en Parijs, zoals **Van Bouillabaisse tot Bruni** en **Parisiennes herken je aan hun benen**. In zijn vlogserie **Bonjour Andy** belicht hij op humoristische wijze zijn ervaringen in Frankrijk en zijn liefde voor de culturele geschiedenis van het land. Toen ik met de voorbereidingen voor dit boek bezig was, moest ik gelijk aan Andy denken, want hij kan als geen ander zijn liefde voor Frankrijk overbrengen en is een echte Frankrijk-expert. Toen ik hem vroeg of ik hem mocht interviewen voor dit boek, was ik dan ook erg blij met zijn antwoord: een volmondig ja.

## *Je hebt er de bergen, de zee, prachtige natuur en schitterende steden.*

### ● **Andy, wat betekenen cultuur en historie in Frankrijk voor jou?**

“Cultuur, historie en Frankrijk zijn wat mij betreft echt onlosmakelijk met elkaar verbonden. Frankrijk is natuurlijk een prachtig vakantieland. Je hebt er de bergen, de zee, prachtige natuur en schitterende steden. Maar dat kun je ook van Italië zeggen. Wat Frankrijk zo bijzonder maakt, is de unieke cultuur en rijke historie op het gebied van schilderkunst, literatuur, klassieke muziek en het zo typerende Franse chanson. Bovendien heeft het land fantastische bouwmeesters voortgebracht. Denk maar aan Gustave Eiffel en Baron Haussmann, die halverwege de negentiende eeuw op zijn tekentafel het moderne Parijs ontwierp. Staatkundig heeft Frankrijk eveneens een unieke plaats in de wereldgeschiedenis veroverd. Iedereen heeft weleens gehoord van Lodewijk de Veertiende, de Franse Revolutie, de bestorming van de Bastille of Napoleon. Als je die cultuurschat een beetje kent, ga je met andere ogen naar een land kijken. Als ik de Eiffeltoren zie, roept dat bij mij meteen het beeld op van het fin de siècle, die geweldige tijd waarin het culturele leven in Parijs op z'n hoogtepunt was. Je had er indertijd de schildersalons, waar de allernieuwste kunst werd gepresenteerd

– zoals impressionistische werken – en er was een hoog ontwikkelde intellectuele sfeer met schrijvers en dichters die nog altijd tot de verbeelding spreken. Zola, Maupassant, Huysmans... dat zijn schrijvers van wie ik het werk nog altijd graag lees en die belangrijke leermeesters voor mij zijn geweest.”

### ● **Wanneer heb jij eigenlijk het ‘Frankrijk-virus’ gekregen?**

“Dat was in 1977. Toen ging ik voor het eerst met mijn ouders op vakantie naar Zuid-Frankrijk, naar de Camargue. Wij woonden toen in Ede, en omdat de snelweg tussen Luxemburg en Noord-Frankrijk nog niet was aangelegd, moesten we via Parijs, over de beruchte Périphérique. Dat was toen al een vijf- of zesbaansweg. Mijn vader was natuurlijk alleen maar tweebaanswegen gewend, dus hij schrok zich kapot. Maar gelukkig zat mijn moeder naast hem met een Michelinkaart op schoot, en zij zou mijn vader wel even vertellen welke afslag hij moest nemen om in Lyon uit te komen. Nou, dat heeft ze ook gedaan, met het gevolg dat mijn vader in hartje Parijs belandde. Links en rechts werd hij voorbijgesneld door automobilisten en toeterende bussen.



# GENIETEN IN FRANKRIJK





# 5.

## WIJN PROEVEN EN KOPEN

---

In het vorige hoofdstuk heb ik je al wat meer verteld over de Franse wijngaarden. Naast fietsen en wandelen kun je er nog iets: wijn proeven! En dat doe ik dan ook regelmatig. Ik heb geen voorkeur voor wit, rosé of rood, maar mijn favoriete witte wijn is de chardonnay uit Chablis, en voor een rode maak ik graag een omweg naar Bourgueil in de Loirestreek of naar de Bourgogne, waar je lekkere pinot noirs kunt krijgen. Een goede rosé komt voor mij uit de Provence of uit Tavel, een stad in de Rhônevallei.

*interview*

# STAN BEURSKENS

## OVER WIJN PROEVEN EN WIJN KOPEN

---

Stan Beurskens is eigenaar van Wijngaard St. Martinus in het Zuid-Limburgse dorp Vijlen, waar hij opgroeide en waar ook de gerenommeerde wijngaarden van zijn bedrijf liggen. Hij studeerde oenologie aan de Stellenbosch University in Zuid-Afrika en de Geisenheim University in Duitsland. Met zijn adviesbureau voor wijn en wijnbouw begeleidt hij wijnboeren in Nederland, België, Duitsland, Frankrijk, Spanje en Zweden. Hij geeft ook les aan vinologen en wijnmakers die hopen de titel Magister Vini te behalen. Voor dit boek interviewde ik hem over wijn proeven en wijn kopen. Zijn antwoorden bevatten handige tips.



*Een wijnboer heeft drie taken.  
Hij moet de wijn bewerken, in zijn  
wijnkelder zijn en zijn best doen om  
wat te verkopen.*

*Daarna was vakantie in Frankrijk elk jaar weer opnieuw een belevenis.*



Tegenwoordig zijn er weinig Franse gerechten die ik niet graag eet. Er zijn echter wel uitzonderingen en dan vooral als het om organen gaat. Maar dat zijn juist weer de gerechten waar de Fransman al zijn passie in kan leggen en daarom slaat bij mij soms toch de twijfel toe: als de Fransen hier zo hun best op doen, dan moet het wel lekker zijn, toch? Ik had bijvoorbeeld nog nooit kalfsniertjes gehad. Toen ik in Chablis in mijn favoriete restaurant zat, Le Bistrot des Grands Crus, stond er 'rognons et pâtes fraîches avec jus de veau' op de kaart. Zo'n omschrijving spreekt mij heel erg aan. Maar in het Nederlands klinkt het ineens een stuk minder lekker: niertjes met verse pasta en kalfsjus. Toch bestelde ik het gerecht en ik vond het verrukkelijk; het smaakte een beetje als kalfslever.

Kalfslever heet in Frankrijk overigens **'foie de veau'**, en Marian is er gek op. Zo erg zelfs dat het traditie is geworden dat ik, als wij met

vakantie in Frankrijk zijn, in de eerste week een slager zoek die verse kalfslever heeft. Ik kook zelf erg graag en maak de foie de veau dan voor ons samen klaar. Kalfslever staat snel op tafel: gewoon bakken in roomboter, een uitje en wat champignons erbij en de lever hooguit een paar minuten aan elke kant bakken. Met een lekkere salade erbij zit je dan binnen tien minuten te eten. Drink er een gekoelde rosé of een rode wijn bij en je hebt een feestmaal geregeld.

Waar veel mensen die Frankrijk bezoeken van gruwelen zijn de slakken. **'Escargots'**, heten die beestjes in het Frans. De eerste keer dat ik ze proefde was in een soep. Dat was eigenlijk best een goede oplossing, want dan komen ze niet zo 'eng' over. Maar nu vind ik slakken best lekker. Dat komt ook doordat deze meestal worden opgediend in een schaal met gloeiend hete olie of boter met knoflook en peterselie. Heerlijk met wat stokbrood en als voorgerecht met een glas chardonnay.



*interview*

# FRANCIS CHANTELOUP

## TIPS VAN EEN CHEFKOK

---

Om je nog wat extra goede tips te geven sprak ik met de Belgische Francis Chanteloup, die ik in 2018 ontmoette. Hij is chef-kok én vinoloog en heeft op sterrenniveau in België en Spanje gekookt. Samen met zijn partner, die vinologe en patissier is, exploiteert hij de Bistrot du Parc op Village des Cigales, een vakantiepark dat nabij Mauroux ligt, in de Lot. Hier kookt hij de sterren van de hemel en hij hoopt hier met zijn werk een Bib Gourmand in de wacht te slepen. In dit interview vertelt hij over de do's-and-don'ts bij het uit eten gaan in Frankrijk, verklapt hij zijn favoriete Franse gerecht, en geeft hij tips over lokale gerechten en over hoe je een goed restaurant vindt waar je tussen de locals kunt genieten.



# MARKTEN EN BROCANTES IN FRANKRIJK

---

Toen ik het idee kreeg om dit boek te schrijven, heb ik mijn lezers op het internet gevraagd om aan mij door te geven welke onderwerpen zij graag terug zouden willen zien in ***Frankrijk Binnendoor***. Een van de meest voorkomende punten was informatie over markten.





Mijn werkwijze op markten is simpel en doeltreffend: ik wandel eerst rustig over de markt om te ontdekken bij welke slager en visboer een rij staat. Vervolgens sluit ik geduldig aan, wacht tot ik aan de beurt ben en sla mijn slag. In Nederland zijn we gewend om kriskras voor een kraam te gaan staan. Dan moet je goed in de gaten houden wanneer je aan de beurt bent. Op de markt in Frankrijk gaat het heel gedisciplineerd en relaxed. Keurig in de rij en wachten tot je geholpen wordt. Voor Nederlanders is dat vaak een crime, want wachten en geduldig zijn zit ons niet bepaald in het bloed. Maar het is de enige manier om de lekkerste verse waren te kopen en wie geduldig is wordt beloond met een vriendelijke glimlach van de marktkoopman of -vrouw.

***Wat ik nooit koop op een markt in Frankrijk? Wijn!***



# **SLAPEN IN FRANKRIJK**

---

In Frankrijk hoeft overnachten geen probleem te zijn, want er zijn ruim 18.000 hotels, meer dan 8300 campings, bijna 950 vakantieparken en circa 23.000 exploitanten van ruim 60.000 chambres d'hôtes. En dan zijn er nog ontelbare vakantiehuizen en gîtes te huur via particulieren en verhuurorganisaties.

eten. Je hoeft dan niet op zoek naar een restaurant in de buurt en rolt na het diner zo je bed in. Ik vind dat ideaal. Als ik op de bonnefooi ga kies ik eigenlijk altijd voor dit soort hotels, omdat ik dan zeker weet dat de overnachting, het ontbijt en vaak ook het diner goed bevalt. Je kunt bij de Logis Hotels kiezen uit een paar verschillende kwalificaties en de prijs-kwaliteitverhouding is er altijd dik in orde. De kwalificaties zijn 1, 2 of 3 cheminées (haarden). Bij 1 cheminée is de kwaliteit gewoon goed. Wil je meer dan kies je voor 2 of 3 cheminées.

## HOTELS VOOR ONDERWEG

Een hotel voor onderweg kun je buiten het hoogseizoen en zon- en feestdagen meestal op goed geluk regelen. Wil je zekerheid? Dan boek je je kamer voor vertrek eenvoudig via het internet. Als je in het hoofdseizoen een hotel voor onderweg zoekt, is dit sowieso aan te raden. De hotels aan de tolwegen naar het zuiden zitten dan namelijk al snel vol. Op [frankrijkvakantieland.nl/hotels](http://frankrijkvakantieland.nl/hotels) vind je een handig overzicht met hotels.



*interview*

MICHEL LEIJEN

OVER  
**VAKANTIEHUIZEN**  
IN FRANKRIJK  
**HUREN**

---

Om te achterhalen waar je op moet letten als je een vakantiehuis in Frankrijk gaat huren, ging ik op zoek naar een echte vakantiehuis-expert. En die heb ik gevonden. Want Michel Leijen van Het Frankrijk Huis heeft al meer dan 25 jaar ervaring met de verhuur van vakantiehuizen en appartementen in Frankrijk.

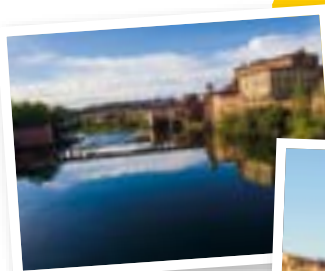
### **Dag 3**

Langs de Franse kust naar Houlgate



### **Dag 1**

Lille



### **Dag 15**

Albi & de Tarn



### **Dag 20**

Le Puy-en-Velay

# 10.

24 DAGEN

# **FRANKRIJK BINNENDOOR**

---

Een rondreis door Frankrijk is de beste manier om dit mooie land te verkennen en op verrassende plekjes te komen. In de loop der jaren heb ik al tal van roadtrips door Frankrijk gemaakt en een van de meest bijzondere was een reis van 24 dagen.

# Dag 1.



## LILLE

## EN

## NOORD-FRANKRIJK

Op een druilerige zaterdagochtend vertrok ik samen met Marian naar het zonnige Frankrijk. Behalve een volgeladen auto hadden wij ook onze mountainbikes bij ons. De reis die ik voor ogen had begon met een rit vanaf Maastricht over de snelweg E314 richting Brussel en daarna over de E42 naar Lille.



Als je via Breda komt volg je de E312 naar Antwerpen, en dan ga je afhankelijk van de drukte over de E17 of A12 richting Lille/Rijsel. De stad Lille roept door zijn verleden bij veel mensen nog negatieve associaties op. Maar sinds de stad in 2004 Culturele Hoofdstad van Europa werd, is er veel ten goede veranderd. Met de komst van de TGV en het enorme winkelcentrum Euralille heeft de stad een flinke oppepper gehad en hij is nu écht de moeite waard. Om het maximale uit je bezoek aan Lille te halen kun je het beste even een plattegrond bij het Office du Tourisme halen. Je vindt dit aan de Place Rihour in het centrum.

Omdat ik Lille weer eens wilde verkennen had ik een kamer gereserveerd bij het Mercure Hotel Centre Vieux Lille, vlak bij het centrum. Het hotel heeft een eigen parkeergarage en een ideale ligging voor wie de stad wil ontdekken. Rond een uur of elf 's ochtends arriveerden wij er. De kamer was nog niet beschikbaar maar we konden wel alvast onze auto parkeren, en toen kon de nieuwe kennismaking met Lille beginnen. Wist je dat Lille na Parijs de grootste winkelstad van Frankrijk is? De oude binnenstad heeft een enorm aanbod aan winkels en speciaalzaakjes. Maar je vindt er ook een warenhuis van Printemps, dat je misschien kent uit Parijs. Lille heeft daarnaast veel delicatessen- en speciaalzaken.

# Dag 4.



## HOULGATE EN VILLERS-SUR-MER

Houlgate ligt aan de zogenaamde Côte Fleurie (de Bloemenkust), die van Honfleur tot aan Cabourg loopt. Deze streek, die een lengte van circa 40 kilometer heeft, bestaat afwisselend uit zandstranden en kliffen.

De bekendste badplaatsen aan de Côte Fleurie zijn: Benerville, Cabourg, Deauville, Honfleur, Houlgate, Trouville-sur-Mer en Villers-sur-Mer. Zelf vind ik Deauville en Trouville altijd weer leuk, vooral vanwege de oude villa's. Je kunt er nog de sfeer proeven van het verleden, toen de rijke mensen uit Parijs met de trein naar de kust kwamen voor een strandvakantie. Trouville heeft aan die tijd zelfs de bijnaam Reine des Plages overgehouden (Koningin van de Stranden).

Als je in deze omgeving iets leuks wilt ondernemen, dan is een ciderproeverij bijwonen een goed idee. Deze van appels gemaakte drank wordt in dit deel van Normandië op veel plaatsen gemaakt. Er is zelfs een Route du Cidre, die plekken verbindt waar je kennis kunt maken met alles wat met cider te maken heeft.

Op ongeveer 33 kilometer van Houlgate ligt de middelgrote plaats Lisieux. In de Tweede Wereldoorlog werd het oude centrum nagenoeg volledig verwoest. De twaalfde-eeuwse kathedraal Saint-Pierre werd echter als door een wonder gespaard en deze kun je dus nog steeds bekijken.

De grote stad **Caen** ligt op circa 40 kilometer van Houlgate en moet je absoluut bezoeken als je in de buurt bent. Ook Caen heeft veel geleden tijdens de Tweede Wereldoorlog. Tijdens een bezoek aan het indrukwekkende Memorial van Caen kun je alles te weten komen over de landing in Normandië en de slag om Caen.



# Dag 7.



## LA TRINITÉ-SUR-MER

Na de regen van de vorige dag lachte de zon mij deze ochtend toe toen ik nog slaperig de deur van de stacaravan opende. Dat kwam goed uit, want op onze zevende vakantiedag wilde ik eerst naar de markt van La Trinité-sur-Mer en 's middags een fietstocht maken naar de Golfe du Morbihan.

Een vol programma waar best een beetje zon bij gebruikt kon worden. Eerst reed ik met de fiets naar Carnac. Ik kon op de camping vers brood kopen, maar er was geen krant en die wilde ik toch graag even lezen. Ook is het lokale weerbericht in de krant betrouwbaarder dan dat van mannetjes op een camping. Dat was de vorige dag maar weer eens gebleken.



De krant was snel gevonden, net als wat lekkers voor het ontbijt. Met een volle rugzak reed ik terug naar de camping. Het zonnetje voelde ik al zachtjes branden in mijn nek. Toen ik aankwam had Marian de koffie al klaarstaan en was het weer zo zacht dat we zelfs buiten konden ontbijten. De krant voorspelde mooi weer, dus ons plan voor vandaag kon worden uitgevoerd en ging van start met een hernieuwde kennismaking met het leuke plaatsje **La Trinité-sur-Mer**. Ik vind het altijd weer verrassend om te zien hoe het verschil tussen eb en vloed hier de haven een heel ander aanzicht kan geven. Met vloed dobberen de boten in de wind op en neer, maar als het laag water is liggen ze allemaal scheef aan de ankerketting of staan recht op hun kiel tussen palen.

Dit soort havenplaatsjes aan de Franse kust zijn altijd supergezellig en dat geldt zeker voor **La Trinité-sur-Mer**. Maar er was een speciale reden dat we naar dit dorp gingen, want ik wilde een bezoek brengen aan la halle à poissons van La Trinité-sur-Mer. Dit is namelijk dé plek in de omgeving om 's ochtends verse

# Dag 15.



## ALBI

&

## DE TARN

Ik vertrok samen met Marian uit de Gers, het land waar het leven écht goed is. Vriendelijke mensen, rust, mooie natuur, rijke historie, lekker weer en voortreffelijk eten en drinken.

Rond een uur of tien reden we weg van camping Lac des Trois Vallées, maar natuurlijk niet voordat ik nog een laatste keer enthousiast “Vive la banque!” had geroepen. Een vette rookwolk uit het hokje was het antwoord. Het vervolg van deze bijzondere roadtrip was een rit naar Cantobre, met een tussenstop met overnachting in Albi aan de Tarn. Lectoure en Albi liggen, als je op de kaart kijkt, bijna op gelijke hoogte. Het is dus voor de hand liggend om in één rechte lijn naar Albi te rijden. In Frankrijk van west naar oost rijden, of vice versa, is echter een stuk lastiger dan het land van noord naar zuid doorkruisen (of andersom). Het was dus even puzzelen om de leukste route te vinden.

In Lectoure reed ik vanaf de camping naar rechts om vervolgens de weg omhoog te nemen waar ik eerder een paar keer met de fiets had gereden. Als je deze weg volgt, zie je rechts van je het meer en de camping liggen. Rijd over de D7 naar L'Isle-Bouzon en dan richting Gramont, en over de D25 naar Lavit. Je bent dan al in het departement Tarn-et-Garonne. Op een gegeven moment kom je uit bij Larrazet. Dit is een oud vestingdorp, dus als je nog iets leuks wilt ontdekken is een tussenstop op zijn plaats. Larrazet is pittoresk en heeft een mooi dorpsplein, een oude kerk en een kasteel.

# Dag 21 & 22.



## EEN PAAR DAGEN IN DE CÔTE-D'OR

Na het bezoek aan Le Puy-en-Velay had ik nog helemaal geen zin om naar huis te gaan, dus besloot ik van de nood een deugd te maken en via de Bourgogne terug te rijden.

Ik kom graag in **Beaune**, omdat het wijngebied van de Côte-d'Or mij altijd heel erg aanspreekt en deze stad hier zo'n beetje de hoofdstad van genoemd kan worden. Je kunt in de omgeving van Beaune prima wandelen maar ook mooie fietstochten door de wijngaarden maken. Dat laatste was dan ook de bedoeling.

Als je de rit van Le Puy-en-Velay naar Beaune in je navigatiesysteem zet, zal dit vrijwel automatisch de N70 of de N79 aangegeven. Maar dat vond ik niet zo aantrekkelijk, dus zocht ik uit wat een leukere route zou zijn. Ik bleek binnendoor te kunnen gaan, over de D103 en D498 naar Montbrison, en daarna via Roanne naar Montceau-les-Mines, om vervolgens naar het circa 50 kilometer verderop gelegen **Santenay** te gaan. Als je daar aankomt, bevind je je tussen de beroemde wijngaarden van de Côte-d'Or. De weg naar Beaune loopt dwars door de wijngaarden.

In Beaune probeer ik altijd een kamer te regelen in het **Hôtel de la Cloche**, omdat dit een eigen parkeerterrein heeft dat 's avonds wordt afgesloten. Altijd handig als je op de terugweg bent en je auto is volgeladen.

# RECENSIES

---

*“Interviews, wandeltips en bucketlijstjes openen dit persoonlijke reisboek. Hierna beschrijft de auteur zijn 4100 kilometer lange rondreis over de Franse binnenwegen, met talloze aanraders voor eettentjes, uitstapjes en overnachtingsadressen. Per dagetappe is er een link naar de eigen website met nog meer informatie.”*

**ANWB KAMPEER EN CARAVAN KAMPIOEN**

---

*“Reis eens door Frankrijk op een andere manier dan altijd maar weer via de overvolle Route du Soleil. Frankrijkkenner Ruud Couwenhoven neemt je mee op een alternatieve roadtrip, zodat je je niet wekenlang zelf hoeft voor te bereiden. Bomvol tips voor onder meer de leukste markten en brocantes, wandelingen, fietstochten en proeverijen.”*

**MAGAZINE LEVEN IN FRANKRIJK**

---

*“Wat het boek onderscheidt van andere reisgidsen is de vertrouwelijke verteltoon waarmee de auteur zowel beginnende als gevorderde Frankrijkliefhebbers zal charmeren. Na 8 hoofdstukken met praktische tips en aanstekelijk vertelde belevissen op het gebied van reizen (auto, fiets, wandelen), overnachten, eten, drinken en markten, komen we toe aan een niet minder bevlogen 24-daagse routebeschrijving. Dankzij de rustige lay-out en de sfeervolle foto's zit je relaxt midden in het andere Frankrijk.”*

**EN ROUTE-MAGAZINE**

---



**FRANKRIJK**  
BINNENDOOR

## ***Frankrijk Binnendoor***

In 24 dagen



***Ontdek het  
andere Frankrijk***



## ***Wil je weleens iets anders tijdens je vakantie in Frankrijk? Maar heb je niet de tijd of zin om het allemaal zelf uit te zoeken?***

Hoe zou je het vinden als je vanaf de eerste kilometers geniet van rustige binnenwegen, mooie dorpen, fraaie valleien of spannende bergwegen? Duizenden mensen ontdekten Frankrijk al met mooie roadtrips.

Frankrijkkenner **Ruud Couwenhoven** helpt je om dit 'andere Frankrijk' te ontdekken aan de hand van een dag voor dag beschreven rondreis dwars door dit prachtige land.

### **IN DIT BOEK LEES JE OOK OVER**

- de leukste **markten** en **brocantes** van Frankrijk;
- tips van Ruud en locals voor **bijzondere ontdekkingen**;
- **wandelingen** en **fietstochten**;
- hoe je **gratis** kunt **overnachten** door tolwegen te vermijden;
- **experttips** over lekker eten, overnachten, cultuur en historie;
- **wijnproeven** en hoe je een afspraak maakt bij een wijnboer;
- wat dé antwoorden zijn op **veelgestelde 'Frankrijkvragen'**.



---

**Ruud Couwenhoven** had een 3 voor zijn eindexamen Frans. Toch reist hij al sinds 1986 door Frankrijk. Jaarlijks zijn er ruim 1,5 miljoen mensen die zijn reisverhalen en e-books lezen en naar de podcasts op zijn websites luisteren.

---

*“Bijzonder boek over heel Frankrijk. Het boek legt uit hoe je door te reizen over de Franse binnenwegen veel meer ziet, ontdekt en geniet. Met originele tips die je eigenlijk het liefst voor jezelf houdt, maar té leuk zijn om niet te delen. Wat dit boek over Frankrijk uniek maakt, is de compleet beschreven roadtrip van 4100 kilometer dwars door Frankrijk.”*

