

# apollo



72 TIPS  
*Bangkok & Hua Hin*



# INNHOLD

Sol, bad og sport	4–9
På egen hånd	10–25
Mat og drikke	26–38
Helse og avkobling	39
Shopping	40–43





Velg Apollo Mondo Family Resorts for en fullkommen familieferie.  
Her er det både barneklubb og svømmeskole! Les mer på [apollo.no](http://apollo.no)

# SOL, BAD OG SPORT



## 1.

### Aerobic i parken

Hver ettermiddag når solen begynner å gå ned, våkner Lumpiniparken i Bangkok til liv. Bli med på en aerobicrunde! Det er meget populært blant byens innbyggere og vel verdt å delta på – både for mosjons- og opplevelsens skyld. Det koster ingenting, så det er bare å bli med i gruppen, følge instruktørens anvisninger og la svetten renne. Møt opp like før kl.18.00, da er sjansene for å få delta best.

## 2.

### Strandliv i Hua Hin

Byens innbyggere er sjeldent på stranden midt på dagen, men går du ned på ettermiddagen når det er blitt litt svalere, så er det full aktivitet. Særlig i helgene kan det være hyggelig å ta med seg en bambusmatte, slå seg ned på stranden nedenfor Sofitel eller Marriott og studere folkelivet. Bambusmatte får du kjøpt for noen tiere i de små bodene som ligger langs veien ned mot stranden.





# 3.

## Hua Hin er kjent for sine flotte golfbaner

– der er sju internasjonale baner innenfor en radius på 40 minutters kjøring. Den nærmeste er Hua Hin Golf Course, like bak jernbanestasjonen. Palm Hills Resort Ø Country Club er også meget populær, og banen passer både nybegynnere og mer rutinerte spillere. Den vanskeligste banen anses å være Springfield Royal Country Club, som er meget populær blant lokale ”proffer”.

Caddie er obligatorisk på de fleste banene. Reserver spilletid på forhånd – hotellet hjelper deg gjerne.

Tips: Bor du i Hua Hin, må du stikke innom Lasse på Sweden Restaurant, samlingsstedet for skandinaviske golfere i Hua Hin. Her får du insidertips om de beste banene, om hva som hender i golfkretser akkurat nå og mye mer. Dessuten er maten veldig god!



## 4.

### Se på thaiboksing...

Stemningen og mystikken rundt kampene er noe helt for seg selv. Det arrangeres kamper flere dager i uken på reisemålene våre, som for eksempel på Lumpini Stadium i Bangkok. Høydepunktet er hovedkampen hvor boksere fra ulike provinser møter hverandre. Men først varmes publikum opp med kamper mellom deltakere fra samme sted; fra de yngste og så oppover i årsklassene. Spenningen er til å ta og føle på – her står både penger og ære på spill.

I Hua Hin er det også vanlig med kamper hvor boksere fra Vesten deltar.

## 5.

### ... eller prøv thaiboksing

i Thai Boxing Garden og på Grand Sport Stadium i Hua Hin. Bli med inn i ringen og lær deg grunnreglene. Dette er ingen frøkensport; beskyttelsesutstyr er inkludert.



## 6.

### Total avkobling –

enten du sitter på tradisjonelle thaiputer på golvet, på en vanlig stol eller krangler deg ned i en hengekøye, så passer Porn's Bungalow på Koh Chang for alle. Det eneste kravet er at du er innstilt på en dag med fullstendig avkobling. Her får du lett dagen til å gå med en god bok og noe leskende i glasset, men om du vil være litt aktiv, så kan du leie en kano og padle ut til de nærmeste øyene eller snorkle fra stranden.

Eneste risiko på turen er at du kan smittes av den deilige stemningen og derfor må komme tilbake både én og to ganger...

## 7.

### Ryggsækkturistenes favoritt

Lonely Beach på Koh Chang er en herlig strand, selv om den ikke er fullt så "lonely" lenger.

Likevel er den fortsatt populær blant ryggsækkturistene; den nordlige delen av stranden er den beste. Der er flere spisesteder langs stranden som serverer lunsj.

## 8.

### Den lille Khao Tao-stranden

ligger et lite stykke fra Hua Hin. Navnet betyr "skilpaddefjellet"; du skjønner hvorfor stranden heter som den gjør når du ser den. Her er flere hyggelige restauranter med fersk sjømat på menyen.



# PÅ EGEN HÅND



## 9.

### En annerledes opplevelse

får du om du drar til Lumphiniparken i Bangkok, enten like før kl. 08.00 på morgenens eller kl. 18.00 på ettermiddagen. På klokkeslaget spilles nasjonal-sangen over høyttalerne, og all aktivitet stanser – joggerne stopper opp, tennis-spillerne senker racketen, barna slutter å leke i sandkassen. Så snart tonene dør ut, starter alt opp igjen, som på kommando. Slik er det også på Sky Train-stasjonene.

## 10.

### Kino med stil

Luksuskinoen i Central World er ikke som kinoer flest. Sett deg i stolen, justér den i en høvelig, avslappet vinkel med fjernkontrollen og kos deg....

Prisen er omtrent som for en kinobillett hjemme; engelske undertitler. Men gå ikke for tynnkleddt – luftkondisjoneringen gjør at det blir ganske så kjølig etter hvert.



## 11.

### Det ”ekte” Bangkok

– fremfor alt på det kulinariske området – finner du om du tar Sky Train til Ari-stasjonen (N5 på Sukhumvit-linjen). Hold deg på venstre side av Phahon Yothin Road og spasér opp til soi Ari. Her kommer du inn i en labyrinth av smågater med en uendelig mengde spisested, småbutikker og markedsboder.

Prøv gjerne mat fra et gatekjøkken; risretter med and, kylling eller biff, og et stort utvalg ristede, kokte, grillede eller frityrstekte snacks i alle former. Skolebarn, kontorister, bygningsarbeidere, motorsykkelkjørere og tuk-tuksjåfører – Ari er ett av de mest interessante områdene i Bangkok. Tidlig kveld er beste tiden å komme hit på.

## 12.

### Bangkok-favoritten Cha Am

Vil du ha avveksling fra ferieringen i Hu Hin kan du ta lokalbuss eller drosje til nabobyen Cha Am. Det er en fin strand her og hyggelige restauranter med lokal stil langs strandveien. Men i helgene er det mye folk – Cha Am er et populært utflyktsmål for innbyggerne i Bangkok.





## 13.

### Elvelangs i taxibåt

Ta Sky Train til Saphan Thaksinstasjonen (S6 på Silom-linjen), som ligger like ved Chao Phraya-elva; det er et utmerket utgangspunkt om du skal ta taxibåt. De har hver sine ruter; hver rute har sin farge. Systemet kan virke noe forvirrende, så bruk kart og spør personalet hvordan du skal finne den utstikkeren som passer best for ditt bestemmelsessted.

Skulle du gå av på feil sted, så er det ingen fare. Det er lett å få tak i en tuktuk eller taxi. Og har du gått av for tidlig, så er det bare å vente på neste taxibåt. De slutter for øvrig å gå omtrent ved solnedgang.

## 14.

### Det skjulte Bangkok

Kan du oppdage om du går rundt i byen. Du vil garantert få mange positive overraskelser og uforglemelige inntrykk, og du skal slett ikke langt unna turistløypene for å få se "den andre siden" av byen.



## 15.

### Mahachai-markedet

i Bangkok er ett av landets største fiskemarkeder, men det er egentlig ikke dét som har gjort markedet kjent. Det går nemlig et tog tvers gjennom hele området. Bare noen minutter før toget skal passere dras bodene unna, så det kan komme forbi.

Du finner market i Samut Sakhon-området, like utenfor Bangkok sentrum.

## 16.

### Duften av roser og sjasmin

strømmer mot deg når du nærmer deg blomstermarkedet Pak Klong. Hit kommer blomsterselgere både fra Bangkok og de omkringliggende provinsene for å gjøre sine innkjøp.

Her kan du studere blomsterbinding på nært hold, se hvordan kransene som pynter åndehusene lages og, ikke minst, hvordan de imponerende oppsatsene man ser på hoteller og restauranter lages. Markedet er åpent døgnet rundt, men kom gjerne på sen ettermiddag/tidlig kveld.

#### Finne fram:

Det er lettest med ekspress-båt på Chao Phraya. Gå av ved Memorial Bridge (Saphan Puut), ta til venstre langs elva forbi bussene og fortsett rett fram.



# 17.

## **Markedet over alle markeder –**

det er Chatuchak Weekend Market i Bangkok. Det brer seg over et enormt område og her selges alt mellom himmel og jord. Det finnes for eksempel en butikk her som har spesialisert seg på klær bare for hunder...

Som navnet tilsier er markedet bare åpent i helgene. Dra hit etter frokost eller tidlig på formiddagen – da er det færre mennesker og luften er svalere.

Finne fram:

Ta Sky Train til endestasjonen Mo Chit på Sukhumvit-linjen (N8). Følg skiltene mot Chatuchak; etter en liten spasertur er du framme.

# 18.

## **Smaken av Kina**

Gullsmeder på annethvert hjørne, røde lykter langs gatene, neonskilt, urmakere, høyhus og kinesiske templer – velkommen til China-town! I flere hundre år har den kinesiske befolkningen satt sitt preg på Bangkok, og Chinatown er fortsatt en av de livligste markeds-plassene i byen.

Sampeng Lane, som går gjennom hele området, er et eneste stort marked, mens enkelte sidegater har spesialisert seg på én vare, det være seg urter, sko eller skytevåpen.

Blir du sulten så prøv en Dim Sum, Thailands ”svar” på tapas, på en av de små familierestaurantene.



## 19.

### Tut og kjør

Vil du vise dem hjemme hvordan trafikken i Bangkok virkelig ser ut? Ta SkyTrain til Chong Nonsi-stasjonen (S3 på Silom-linjen) og fortsett noen hundre meter fram til krysset Narathiwat Ratcha Nakarin og Sathorn, hvor fire åttefeltsveier møtes.

Kommer du i rushtiden i fem-seks-tiden på ettermiddagen er du garantert å få spennende bilder fra gangbrua som går over krysset.

## 20.

### Hele verden i én gate

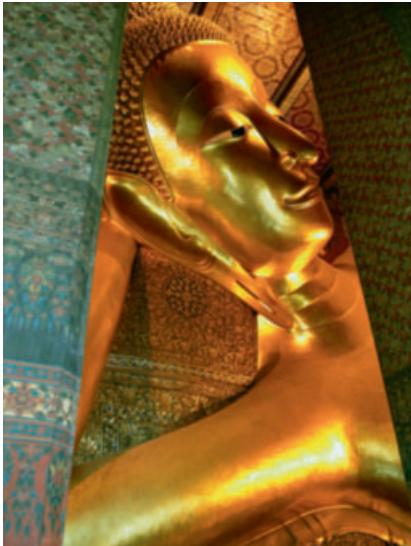
Sukhumvit Road soi 1 til soi 20 er Thailands lengste gate; den strekker seg faktisk helt til grensen mot Kambodsja. I sidegatene, "soi"-ene, ligger markeder, barer og spisesteder, hoteller og boligblokker. Dette er det mest "turistifiserte" området i hele byen, men også med mange bofaste fra hele verden. Européere, afrikanske, arabere og indere er med på å prege sin egen "soi" – noe som ikke minst gjør seg utslag i matveien. Her er dufter og smaker fra alle verdenshjørner representert.

## 21.

### Østens Venezia

Thonburi på vestsiden av Chao Phraya-elva er den eldste delen av Bangkok. Her går kanalene – klongene – på kryss og tvers, og ga i sin til opphavet til kjælenavnet.

Bli med på båttur gjennom området. Det gir et fint innblikk i hverdagslivet langs elva, og du passerer de kongelige elvebåtene og Morgenrødens tempel, før ankomsten i Grand Palace og besøket i Smaragdbuddhaens tempel.



## 22.

### Hvem bor i de små husene?

Du har sikkert sett dem – de små ”dukkehusene” som står i hagene, utenfor hotellene og politistasjonene. Mange thailendere setter ut et åndehus når de bygger seg et nytt hjem. Jo finere åndehus, jo mer fornøyd blir ånden og sjansen for hell og lykke i det nye huset desto større. For å holde ånden i godt lune setter man ut gaver; whisky, blomster, sigareetter, søtsaker og brus.

Hvis du vil se nærmere på fenomenet, så spør i resepsjonen hvor hotellets åndehus står.

## 23.

### Ryggsækkturistene

holder seg stort sett i Khao San Road når de er innom Bangkok. Khao San og smågatene rundt flankeres av spisested, barer, små hoteller og reisebyråer. Det var for øvrig her de innledende scenene i The Beach ble innspilt.

## 24.

### Det best besøkte åndehuset

er Erawan-altereter i Bangkok. Hit kommer både turister og fastboende med blomster og andre gaver – akkurat dette åndehuset har rykte på seg for å bringe ekstra mye lykke. Aktiviteten i området er stor hele dagen, blant annet med dansoppvisninger. Kjører du forbi i drosje, så ikke bli forbause om sjåføren slipper rattet et øyeblikk for å hilse mot alteret – han vil bare vise ånden sin respekt.

Finne fram: Ved Grand Hyatt Hotel. Ta Skytrain til Chit Lom-stasjonen.



## 25. Bangkok i fugleperspektiv

Det er flere steder du kan dra for å få utsikt over metropolen. På dagtid anbefaler vi et besøk i Thailands høyeste hus, det roterende utsiktstårnet i Baiyoke Sky Tower. Herfra har du panoramautsikt og får et inntrykk av hvor stor byen faktisk er. Vil du kombinere utsikten med kveldens

middag eller en drink, så passer det enten med "Vertigo" på Banyan Tree eller "Sirocco" i State Tower. Har mørket falt på, så er utsikten over elva fra "360 Bar" på Hilton Millennium meget vakker. Pent antrekk; priser i den øvre enden av skalaen.

# 26.

## What's a Wat?

"Wat" er et hellig lærested for den som vil gå inn i en munke- eller nonneorden. I praksis fungerer det som et tempel for buddhistiske høytider, for daglige sammenkomster, som bolig for munkene og nonnene, for oppbevaring av hellige skrifter, osv.

Det arrangeres festivaler på tempelområdet; noen ganger er der også en skole hvor munkene underviser, og ofte vil det også være mulig å overnatte der. I Thailand har gjerne hver lille by minst ett "wat", og det er ofte mer interessant å besøke ett av de mindre, enn de store, velkjente.

### Godt å vite:

- \* Det koster som oftest ikke noe å komme inn i templet, men en donasjon er velkommen – 20-50 baht er vanlig.
- \* Ta av deg på bena før du går inn. Ikke tråkk på terskelen; det anses som upassende.

- \* Kle deg med omtanke. Skjørt/shorts bør gå til knærne, dekk skuldrene.







## 27.

### Thailand på ordentlig

Dra dit folk i Hua Hin selv handler, på Chat Chai-markedet. Kjøtt og fisk, frukt og krydder, klær og sko, og amuleetter, blomster og enda mer er til salgs, som alltid i en salig blanding. Gå hit tidlig på formiddagen, før det blir for varmt.

Finn fram:  
I sentrum, i Petchkasem Road

## 28.

### Morgenfrisk?

Da anbefaler vi en spasertur i sentrum av Hua Hin i de tidlige morgentimene, sånn mellom seks og åtte.

Munkene går sin daglige runde for å ta i mot donasjoner i form av mat og blomster, barna er på vei til skolen og folk sitter og spiser fro-kost på de små spisestedene langs fortauene. Avslutt gjerne med en tur ned på stranda i den herlige morgensola – hvorfor ikke ta et morgenbad? Sjeldent smaker fro-kosten så godt som etter en slik runde.



## 29.

### Å bære en amulett er en rotfestet tradisjon

og de fleste thailendere har flere. Den skal beskytte mot sykdom, ulykke, onde ånder og liketil pistolkuler. Den kommer i flere størrelser og materialer; det kan være stein, tre eller dyreknokler, men leire er det vanligste. Amulettene forestiller som oftest Buddha eller kjente munker. Den livligste handelen med amulettene skjer ved Wat Mahatat. Søndager er det mest folk her, men det er besøket verdt også på ukedagene.

Finne fram:

Ta elvebåt til Chang Pier og sving til venstre når du ser Grand Palace foran deg.

Fortsett langs Mahatat Road; her treffer du etter hvert på enkelte selgere, mens selve markedet ligger noen hundre meter lengre framme. Sving til venstre når du kommer så langt.



## 30.

### Ved Wat Huay Mongkol

står en enorm statue av Luang Phor Tuad, en av landets mest kjente buddhist-munker. Det sies at han utførte flere mirakler i sin levetid, og amulettene som forestiller ham skal være meget kraftfulle. Templet er et populært utflyktsmål for thailandske familier i helgene, så vær forberedt på at det kan være mye folk her om du kommer på en lørdag eller søndag.

Finne fram:

Ca. 15 kilometer fra Hua Hin. Det er lettest å ta seg hit i taxi.

## 31.

### Kjenn historiens vingesus

i "The Railway Hotel" i Hua Hin; i dag Sofitel Resort. Det ble oppført i kolonistil på 1920-tallet som det første hotellet i Hua Hin, og man aner fortsatt en duft av forgagne tider når man kommer inn her. Ta gjerne en tur i den vakre hagen også; her har man formklipt buskene til fugler, kaniner og elefanter.

"The Railway Hotel" var først kulisje i filmen "Killing Fields".



## 32.

### Bor du på Koh Chang

finner du områdets største marked i provinshovedstaden Trat. Du kommer neppe hjem med fulle handleposer, men du har helt sikkert fått mange nye inntrykk og en større innsikt i thailendernes hverdagsliv. På markedet finner du alt og ingenting; lokalbefolkningen kommer hit for å handle kjøtt og krydder, grønnsaker og frukt, t-skjorter og belter, kjøkkenutstyr og mye, mye mer...

## 33.

### Best utsikt over Hua Hin

får du fra Khao Lek Fai-høyden utenfor byen. Du kan gå opp til toppen – det er bare drøyt 160 meter, men det er forholdsvis bratt.

## 34.

### Se solnedgangen fra orkesterplass

– og det er over nesten hele Koh Chang. Sett deg ned på en av strandbarene, bestill noe kaldt å drikke og bare nyt stemningen. Enkelte barer legger ut tepper på stranden; der kan du sitte og vente på at sola skal forsvinne under horisonten.



# MAT OG DRIKKE



## 35.

### Mezzaluna i Bangkok

er en av Thailands topprestauranter. Kokkene er i verdensklasse og maten deretter – men prisene er en brøkdel av det vi skulle betalt hjemme. Servicen overgår det meste, fiolinmusikk akkompagnerer måltidet, og utsikten over Chao Phraya er riktig vakker.

Pent antrekk; bordbestilling.

<http://www.lebua.com/mezzaluna>

Finne fram:

State Tower 65. etg. 105 Silom Road  
Skytrain til Saphan Taksin-stasjonen,  
tuktuk eller drosje de siste fem minuttene.

## 36.

### God mat i hyggelige omgivelser

får du på Kinnarree Gourmet Thai Restaurant ø Bar i Bangkok. Tradisjonell thaimat, både innen- og utendørs. Prøv gjerne pomelosalaten med reker og kylling, en "Yam Som Ooch", og kylling i karri- og peanøttsaus, "Panang Kai".

Finne fram:

43 Sukhumvit Road, Soi 8  
SkyTrain til Nana-stasjonen, gå drøyt 100 meter inn i soi 8, så ligger den på venstre side.

# 37.

## Massaman Curry, please!

Liker du mat basert på kokosmelk, så prøv Massaman – en fyldig rett som spises med eller uten ris. Den har sin opprinnelse i Sør-Thailand, men finnes nå overalt.



# 38. Tom Yam Goong – Thailands beste suppe?

Ingredienser som sitrongress, sopp, limejuice, fiskesaus og chili gir den en distinkt smak av sterkt og syrlig. Den vanligste hovedingrediensen er reker, men prøv gjerne med kylling (Tom Yam Gai) eller fisk (Tom Yam Plaa).

Suppen serveres som oftest i en kinesisk ”hot pot” og kan med fordel spises sammen med ris eller kanskje en omelettbit. Den aller beste varianten får du for øvrig på gatekjøkkenet.

# 39.

## Øltørst?

Singha, løveølet – en av de eldste ølsortene og den mest ”ekte”, sies det. Litt syrlig i smaken, en utmerket tørstedrikk.

Den største konkurrenten er Chang, elefantølet – fyldig smak og en alkoholprosent på 6,4.

Leo – drikkes når man vil stirre leoparden i øynene... Selges hovedsakelig på landsbygda og er noe billigere enn Singha og Chang. Smaken? Sånn passe.

Verdt å vite:

\* På lokale restauranter serveres øl som oftest med isbiter. Si fra, dersom du ikke vil ha is.

\* De fleste ølsortene kommer i to størrelser: 33 og 63–64 cl.





## 40.

### Ekte thaimat

får du på den lille strøkskaféen P Kitchen. Her serveres ingen bleke ”turistvarianter”, her er maten krydret på lokal manér. Prøv Kra Pao Gai (finhakket kylling) med Khai Dao (stekt egg) og ris.

Finne fram:

Sukhumvit soi 18.

Dersom du kommer fra Sky Train, så ligger den på venstre side, omrent halvveis nede i gaten.

## 41.

### Klar for 15 retter?

Restaurant Maya på Hilton Millennium Bangkok er et spisested litt utenom det vanlige: der serveres det 15-retters thaimeny på tapas-manér. Hygg deg med god mat og folkedans. Stengt søndag; pent antrekk.

Finne fram:

123 Charoennakorn Road  
Klong san

## 42.

### Er du glad i vin

så skal du legge inn et besøk på V9 Wine Bar i 37. etasje på Hotel Sofitel. I tillegg til flott utsikt har de et omfattende vinkart til gode priser; vinen selges også i glass, om du skulle ønske å prøve flere merker. Baren ligger i tilknytning til hotellets franske restaurant. Pent antrekk.

Finne fram:

188 Silom Road



## 43.

### **Slukk tørsten med melon**

Den beste tørsteslukkeren i Thailand er helt klart ”Water Melon Shake”; vannmelon, is og en liten teskje sukker eller salt. Deilig etter en lang dag i sola!

## 44.

### **”No ice, please!”**

Man skjønner fort at vinkulturens vugge ikke har stått i Thailand. Is-biter i rødvinen er ikke uvanlig, og prisene på ganske ordinære viner er foreløpig svært høye – selv sett med norske øyne.

Men det begynner å bli vanlig også blant thailenderne å nyte et glass vin, og man har sågar startet forsøk med vinproduksjon i enkelte provinser. Prisene er lavere enn på importerte merker, men om smaken er verdt det, må du selv avgjøre.

PB Valley produseres i Khao Yai-området nordøst for Bangkok, mens det arrangeres daglige omvisninger i Hua Hin Hills Vineyard. De har også restaurant med

# **45.**

## **Coco 51 i Hua Hin**

byr på herlig havutsikt og rolig atmosfære, i tillegg til thaimat og internasjonale retter. Menyene oppdateres stadig; passer best for middag. Levende musikk, oftest i helgene. Bordbestilling anbefales.

Finne fram:

Soi 51

Telefon: +66 (0) 32 515 597

# **46.**

## **Seaside – et sikkert kort**

Denne familiedrevne restauranten er en av de mest populære i Hua Hin; god mat, og levende musikk når det faller seg sånn. Stekt ris med ananas, cashewnøtter og reker er verdt å prøve!

Finne fram:

31/4 Naresdamri Road

Telefon: +66 (0) 32 533 673



# 47.

## Kanom Krok

- en slags kokospudding som fås kjøpt på gatekjøkken. En porsjon (ca. ti stykker) koster 15-20 baht. De lages i meget spesielle former; ta gjerne bilder av den interessante fremstilingsprosessen.



# 48. Byens beste tigerreker

får du sannsynligvis på Baan Itsara i Hua Hin – favoritten blant lokalbefolkingen og tilreisende fra Bangkok. En gammel trevilla er omgjort til restaurant; herlig havutsikt og forfriskende bris! Prøv tigerreker med söt basilikumsaus, og avslutt

med is eller sorbet. Her er nesten alltid fullt i helgene; bordbestilling anbefales.

Finne fram:  
7 Naebkhehardt Road  
Telefon: +66 (0) 32 530 574/511 673



## 49.

### **Let's Sea i Hua Hin**

serverer tradisjonsmat med moderne vri. Menyen endres stadig, så selv om du har vært her tidligere vil du fortsatt ha nye kulinariske overraskelser i vente. Topp service, og hyggelig terrasse som passer for en leskende drikk etter en tur langs strandpromenaden. Vårt forslag til en treretters middag:

Forrett: Deep Fried Minced Pork

Hovedrett: Sautéed Crab Meat

Dessert: Blueberry Cheese Pie

Finne fram:

83/188 Soi Talay 12,

Khaotekieb Hua Hin Road

Telefon: +66 (0) 32 536 888

## 50.

### **Whisky eller...?**

Mehkong whisky er svært populært blant lokalbefolkningen, og etter hvert også tilreisende.

Satsen lages på 95% rørsukker og 5% ris, mens krydderblandingen som tilsettes etter gjæringen er en hemmelig blanding av krydder og urter. Resultatet er 35% sprit, som i smak minner mer om rom enn om whisky og som gjerne drikkes med is og soda, eller cola.

# 51.

## Kylling til lunsj?

Gå opp til jernbanestasjonen i Hua Hin, sving til venstre og du er i en gate hvor de lokale spisestedene ligger på rad og rekke. Her spiser man både billig og godt, men etter mange mening er lunsjrestauranten Koson det aller beste stedet når du vil spise kylling.



# 53.



## Jordbær med piggsveis?

Neppe. Du har nok kommet borti en rambutan eller "n  a". Trykk med tomlene midt på frukten s  p åpner den seg; skallet spiser man ikke. Fruktkj  ttet har en behagelig smak av s  tt og syrlig.

# 52.

## Billig og godt

spiser du på Jekpea i Hua Hin. Hit kommer lokalbefolkningen, og kanskje én og annen reiseleder.   pent for frokost, lunsj og middag.

Finne fram: Hjørnet Naebkhehart/Dechanuchit, 20 meter fra Apollos servicekontor.

# 54.

## Litt s  tt etter maten?

Mango and Sticky Rice – fersk mango med ris og kokosn  ttsaus – er en klassisk dessert som smaker herlig. Du får kjøpt den på gatekjøkkenet også; be om "Khao Niaw Mamuang".

# 55.

## **Pad Thai - nasjonalretten**

som er like ukomplisert som den er god.  
Stekte nudler med egg, fiskesaus, chili-pepper, tamarindjuice, bønnespirer og  
tofu - og valget mellom kylling og reker.

# 56.

## **Lyst på en fest?**

To etasjer, levende musikk og utendørs bar. En av de første barene på Koh Chang - Sabay Bar på White Sand Beach - er blitt øyas partysted nr. 1.

Kommer du fra veien kan du ikke unngå å se det; det er det eneste huset med en fasade som ser ut som en scene fra Familien Flint-filmene. Det legges ut tepper, puter og bord på stranden i femtiden om ettermiddagen; fra ca. 22.00 er det fakirshow én gang i timen.





# 57.

## Thailands fire smaker i én salat

Papaya-salaten "Som tam" kombinerer de fire hovedingrediensene: syrlig lime, sterk chili, salt fiskesaus og sott palmesukker. Ingrediensene er alltid de samme, du bestemmer selv hvor mye du vil ha av hver.

Enkelte restauranter har den på menyen, men den kan med fordel også bestilles på et gatekjøkken. Den smaker spesielt godt sammen med grillkylling og "sticky rice".

### Som Tam i Bangkok:

Prøv på "Hai" – Som Tam Convent, et lite sted like ved BTS-stasjonen Sala Daeng. Gå ca. 50 meter nedover veien så ser du skiltet på høyre side.

### Som Tam i Hua Hin:

"Ruam Sab" er populær blant de fastboende. Ligger ut mot hovedveien Phetkasem Road, soi 88/1, like ved Market Village.



## 58.

### Frukt er godt

- særlig i Thailand. Frisk frukt selges fra små vogner som finnes nesten overalt: melon, ananas, mango og papaya er bare noe av det som tilbys. Frukten selges i små poser til 10-20 baht for stykket; oppskåret og klar til å spises. Til enkelte fruktslag får du også med en blanding av sukker, salt og chili.

## 59.

### Fin middag på stranden

får du på Hotel Cookies på White Sand Beach på Koh Chang. Hotellet kan skryte av å ha en av øyas beste restauranter, som først og fremst er kjent for sin fantastiske sjømat. Bordservering på stranden.

## 60.

### Thor's Place på Koh Chang

er blitt en institusjon, ikke minst takket være sin fargerike eier, Thor. Har du ikke prøvd Massaman før, så gjør det her – du vil ikke angre.

# 61.

## Skalldyrelskere

vil alltid finne noe å glede seg over – svært mange restauranter har ferske delikatesser på menyen. Spør gjerne reiselederen om et insider-tips!



# 62.

## Kaffetørst i varmen?

Prøv den lokale iskaffen. Den serveres fra små vogner på gata, på kaffebarer og enkelte lokale restauranter. Sterk svart kaffe blandes med litt sukker, boksemelk og kardemomme og serveres i store glass eller krus som fylles til randen med is.

# 63.

## Det går rundt og rundt

i restaurantene mellom 52. og 54. etasje i Pattaya Park Tower. Du får panoramautsikt til lunsj- eller middagsbuffeten din, og entré til utsiktstårnet i 55. etasje. Maten er ok, men hit kommer man først og fremst for utsiktens skyld.

Finne fram:

I badelandet Pattaya Park, mellom Jomtien og Pattaya.

# 64.

## Tacos på thailandsk manér

Kanom Buang kan nok se ut som tacos, men smaker definitivt ikke sånn. Det er små, sprø pannekaker av rismel, som enten er fylt med kokos og eggeplomme, eller kokos og salatløk. Kjøpes på gatekjøkken.

# HELSE OG AVKOBLING



## 65.

### Blendende smil

Tannbleking? Rutinekontroll eller fylling? Tannhelsetjenesten i Thailand holder høy standard og prisene er betydelig lavere enn hjemme. I Bangkok og Hua Hin finnes det et stort utvalg tannklinikker.

## 66.

### Nuad Bo'Ran

er en urgammel thailandsk tradisjon som har som formål å lege både kropp og sjel ved dypmassasje, strekking og trykkpunkter. En thai-massasje i tråd med tradisjonene skal være langsom – ofte bruker massøren to timer for å bearbeide hele kroppen.

Nuad Bo'Ran omfatter, i tillegg til massasjen, også yoga og meditasjon, samt innslag av kinesiske og indiske legeplanter.

# SHOPPING



**67.**

## Shoppingraid i varehusene

Om du vil, så kan du bruke hele ferien – og mere til – på shopping i de mange varehusene i Bangkok. Vi kan ikke nevne alle, men her får du en kort omtale av hva noen av dem har å by på:

Siam Paragon (ved BTS-stasjonen Siam, egen gangbro): Merkekjær i alle prisklasser, kinoforestillinger hele dagen, topp moderne gym, flere Starbucks, akvarium i kjelleren. Noe mer? Javisst, du kan kjøpe deg en Ferrari i 2. etasje.

MBK (ved BTS-stasjonen National Stadium, egen gangbro): Markedsfølelse med småbutikker og trange ganger. Mobil-telefoner, klær og sko sammen med thaigull og møbler.

Central World (ved Ratchaprasongkrysset midt i shoppingstrøket): Thailands største varehus, sågar blant verdens største. Merkevarer, restauranter og mye, mye, mye mer.



## 68.

### Datanerder

finner alt hva hjertet måtte begjære i Panthip Plaza eller Fortune Town.

Panthip Plaza ligger i Petchburi Road; et godt stykke å gå fra Central World. Fortune Town er noe lettere tilgjengelig – ta tunnelbanen til Rama IX-stasjonen så havner du midt foran varehuset.

## 69.

### Gjør et kupp

Uansett når på året du måtte være i Bangkok, så er der alltid et salg på gang i ett eller flere av de store varehusene rundt Siam Square (Cm2). Her kan du gjøre et kupp; de fleste merkevarene fås kjøpt her.

## 70.

### Loppemarked med stil

Ett av de nyeste tilskuddene til Hua Hins markedsflora er Cicada Market, oppkalt etter sikadene som holder kveldskonsert i området. Markedet er delt i fire: Art à la Mode, Art Indoor, Art of Act og Art of Eating. På de to første stiller man ut fotos og malerier; du kan bli portrettert, om du så ønsker. Art of Act har mange forestillinger, de fleste med nasjonalt tilsnitt, mens Art of Eating er restaurantområdet med såvel nasjonale som internasjonale retter på menyene.

Åpent lørdager kl. 15.00–21.00

Finn fram: Noen kilometer utenfor Hua Hin mot Khao Takiab (Apeberget); like ved innkjørselen fra hovedveien til Hyatt Regency Hotel. Tuk-tuksjåførene vet hvor det ligger.



## 71.

### Hua Hin Batik Shop

er stedet for den som liker batikk. Vakre klesplagg, sengetøy, duker og mye annet med lokalt tilsnitt kan du med fordel kjøpe her.

Finn fram:

I Petchkasem Road mellom soi 98 og 100,  
vis à vis Hotel Casa del Mare.

## 72.

### Sjekk prisen på briller

Har du behov for nye, eller vil du ha litt å variere med, så kjøp dem nå. Topp kvalitet og priser som ligger langt under de norske, også på solbriller med styrke.



Lik oss på [facebook.com/ApolloNorge!](https://facebook.com/ApolloNorge)  
Her får du reisetips og mange gode reisetilbud.

Følg oss på [instagram.com/apolloreiser](https://instagram.com/apolloreiser).  
Vi skaper reiselyst og inspirasjon med  
flotte bilder fra reisemål og hoteller.

Del feriebildene dine med  
[#apolloreiser](#) og [#apollocruise](#)!

Velkommen til Apollo.