

GANGHWA GOURMET 3D2N

江华健康美食之旅（3天2夜）

Incheon

(Ganghwa)

在地风味 · 健康食材 · 传统美食 · 市场体验



Itinerary



DAY 1 | 初遇江华风味 TASTE OF GANGHWA

◆江华风物市场 (Ganghwa Pungmul Market)

走进充满在地生活气息的传统市场，探索江华特色农产品，品尝顺萝卜泡菜及各种地方小吃，感受最真实的江华饮食文化。

◆江华人参中心 (Ganghwa Ginseng Center)

了解江华人参的种植历史与养生价值，品尝红参产品及人参茶，体验韩国代表性的传统健康食材文化。

◆晚餐享用江华代表乡土料理——酱汤排骨 (Jeotguk Galbi)

品尝江华最具代表性的传统乡土料理，以鲜美汤底搭配炖煮排骨，体验独具地方特色的经典风味。



DAY 2 | 健康食材探索 HEALTHY INGREDIENTS

◆江华艾草体验农场 (Ganghwa Mugwort Experience Farm)

体验江华著名的艾草文化，亲手制作艾草茶、体验艾草足浴，并制作天然艾草香皂，感受韩国传统草本养生方式。

◆江华岛米体验农场 (Ganghwa Island Rice Experience Farm)

了解江华优质岛米的种植文化，并亲手制作韩式年糕或体验传统韩国家常美食，感受韩国饮食文化的魅力。

◆晚餐享用江华时令海鲜料理

品尝当季花蟹或新鲜海鲜料理，体验江华丰富的海洋饮食文化，享受兼具鲜味与健康的地美食。



DAY 3 | 慢享江华美食生活 LOCAL FOOD & LIFESTYLE

◆朝阳纺织 (Joyang Bangjik)

走进由旧纺织工厂改造而成的复合文化空间，在复古工业风咖啡馆中悠闲休憩，并选购特色文创商品。

◆江华 Local Food 直营店

(Ganghwa Local Food Market)

选购江华代表性特色农产品，包括人参、顺萝卜泡菜、艾草制品及江华岛米，将健康美味带回家。



JOURNEY HIGHLIGHTS

 品味江华特色健康食材 |  体验艾草养生文化
 亲手制作传统韩式美食 |  享用海鲜与乡土料理

旅程说明:

项目	内容
行程天数	3天2夜
成团人数	2人起
出发日期	全年运营
酒店安排	四星级酒店
用餐安排	早餐2次
交通方式	全程专属旅游车辆 或 司兼导
导游服务	中 / 英 / 日文等（可选）
预约方式	实时在线预约
电子凭证	QR Code电子确认单
产品价格	全行程统一

温馨提示 Travel Notes :

- 行程顺序可能因天气、交通或景点开放情况进行适当调整。
- 图片仅供参考，实际安排以当地接待为准。
- 酒店将安排同级住宿，如遇满房将更换同等级酒店。
- 请妥善保管个人证件及贵重物品。