

GALLOPINTO

Símbolo de Identidad Costarricense

Región de origen:

- Todo el país (Variante caribeña con leche de coco).

Ingredientes principales:

- Arroz blanco, frijoles negros, cebolla, chile dulce, culantro, salsa Lizano®.

Breve historia:

- Raíces indígenas (base de maíz/frijol) + influencia africana (técnicas).
- Surgió en el siglo XIX como alimento económico y nutritivo.

¿Cuándo se consume?

- Desayuno diario en hogares.
- Fiestas patrias (15 de septiembre) y eventos culturales.

Valor cultural:

- Representa la esencia "tica": sencillez, fusión cultural y orgullo nacional.
- Frase popular: "¡Más tico que el gallo pinto!".