



RUTA GASTRONÓMICA EL MISTERIO Y EL ORIGEN DE LOS MAYAS

QUINTANA ROO, YUCATÁN
CAMPECHE, TABASCO Y CHIAPAS



CHIAPAS Y TABASCO • LA RUTA DEL CACAO

CAMPECHE, YUCATÁN Y QUINTANA ROO • LOS INGREDIENTES MESTIZOS DEL MAYAB

RECURSOS DE LA RUTA

SIMBOLOGÍA



PLATILLOS



BEBIDAS



MATERIA PRIMA



PRODUCTOS



RESTAURANTES



CHEFS



TALLERES Y CRIADEROS



EMPRESAS RELACIONADAS



HISTORIAS Y LEYENDAS



HOTELES



UTENSILIOS



ATRACTIVOS TURÍSTICOS



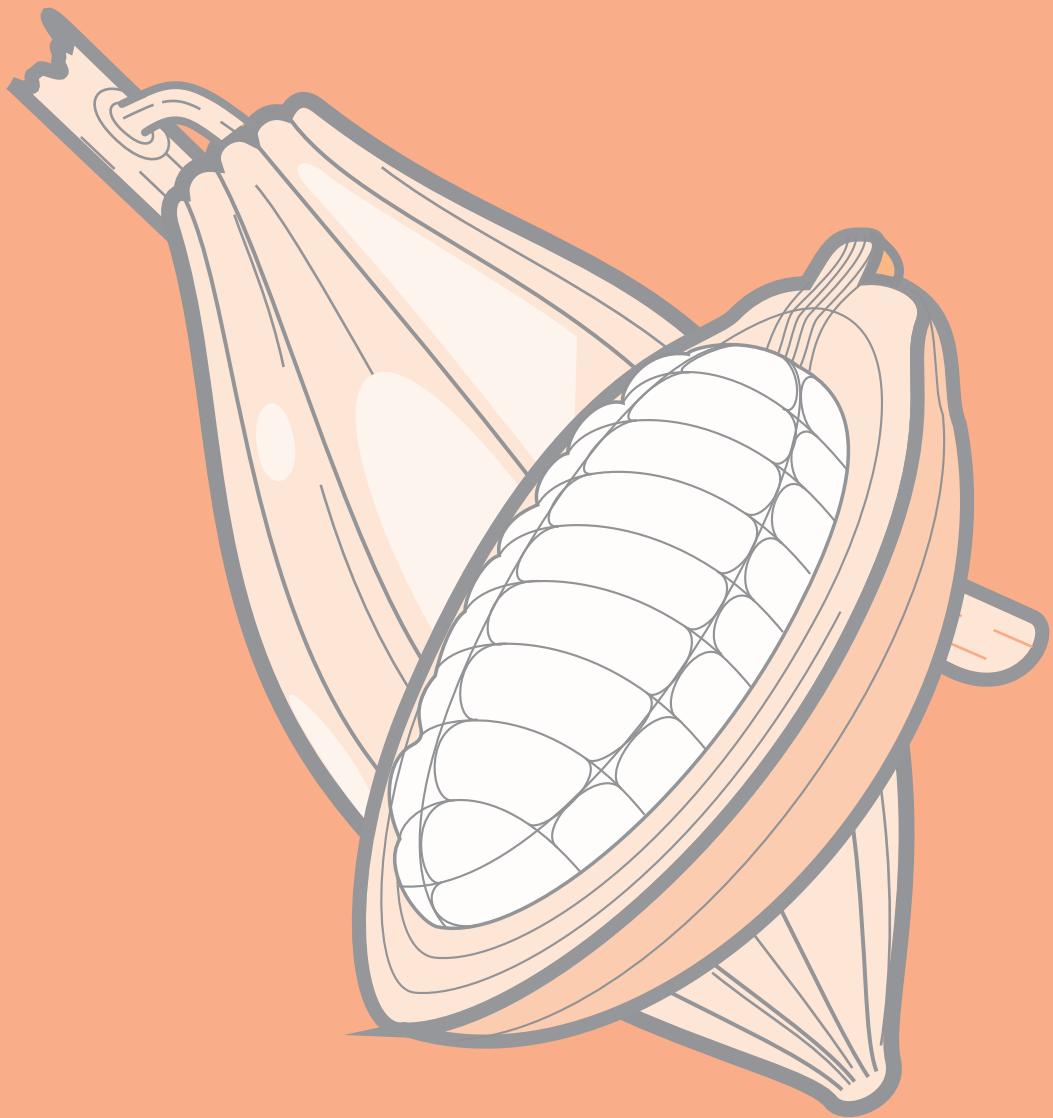
CERTIFICACIONES DE DENOMINACIÓN DE ORIGEN (D.O.)



TIENDAS Y MERCADOS



FERIAS Y EXPOSICIONES



CHIAPAS Y TABASCO

LA RUTA DEL CACAO

BIENVENIDOS A CHIAPAS

LA RUTA DEL CACAO

Situación Geográfica: Se localiza en la porción sureste de la República Mexicana

Extensión: 73 mil 311 km²

Clima: Mínima 17.5° C - Máxima 30° C

Población: 4 millones 796 mil 580 habitantes.

Chiapas, estado rico en flora y fauna, es reconocido mundialmente por sus milenarias y bellas tradiciones, así como por el éxito que se ha tenido en la preservación y difusión de sus costumbres.

Tendremos el placer de visitar Tuxtla Gutiérrez, la mayor ciudad chiapaneca, Chiapa de Corzo, una de las ciudades coloniales más bellas; San Cristóbal de Las Casas, Pueblo Mágico con un hermoso centro histórico; Zinacantán; Ocosingo, que se encuentra dentro de la Selva, llena de granja de lácteos que son las principales productoras del queso bola; Comitán de Domínguez, reconocida por su arquitectura tradicional y su infinita variedad gastronómica y, finalmente, Teopisca.



MUSEO DEL CAFÉ



SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS

LA RUTA DEL CACAO / RUTAS GASTRONÓMICAS



ACTIVIDADES Y SITIOS DE INTERÉS

ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS

Tuxtla Gutiérrez

1. Helados Tierra Maya
2. Museo del Café
3. Boutique del Café
4. Taller de cocina zoque
5. Tamales Doña Gloria

Chiapa de Corzo

1. Taller de elaboración de pepita con tasajo
2. Corredor de dulces de Chiapa de Corzo

San Cristóbal de Las Casas

1. Taller La sopa de pan
2. Taller Tamales chiapanecos
3. Mercado de Dulces y Artesanías de San Cristóbal de Las Casas
4. Jamonería El Engrane
5. Café Carajillo

Zinacantán

1. Cocina regional de Zinacantán

Ocosingo

1. Sociedad de Producción Rural de Responsabilidad Ilimitada Faruya la Candelaria de Ocosingo
2. Recorrido por el Rancho Laltic
3. Recorrido por el Rancho Bulush Bak
4. Macadamia Industria Derimac

Comitán de Domínguez

1. Pasaje Morales

ATRACTIVOS TURÍSTICOS

Tuxtla Gutiérrez

1. Cañón del Sumidero
2. Parque de la Marimba

Chiapa de Corzo

1. Centro Cultural y Ex Convento de Santo Domingo
2. Andador Real de Guadalupe
3. Zona Arqueológica de Toniná
4. Museo del Ámbar
5. Museo La Casa de los Murciélagos

Comitán de Domínguez

1. Lagos de Montebello
2. Museo Belisario

RECURSOS TURÍSTICOS

LUGARES A VISITAR

- Andador Real de Guadalupe.....Josefa Ortiz de Domínguez, San Cristóbal de las Casas, Chiapas.
- Cañón del Sumidero.....Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.
- Centro Cultural y Ex Convento de Santo Domingo.....Av. Mexicanidad Chiapaneca núm. 10,
Chiapa de Corzo, Chiapas.
- Lagos de Montebello.....Colinas del Sol, Comitán de Domínguez, Chiapas.
- Parque de la Marimba.....8^a Poniente Norte, Guadalupe, Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.
- Zona Arqueológica "Palenque".....Palenque, Chiapas.
- Zona Arqueológica Toniná.....A 10 km de la Ciudad de Ocosingo, por la Carretera 199, Toniná, Chiapas.

MUSEOS

- Museo del Café.....2^o Calle Oriente Norte núm. 236, Colonia Centro, Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. CP 29000
Martes a Viernes 10:00 horas a 18:00 horas.
Sábado y Domingo 11:00 horas a 15:00 horas.
- Centro Cultural Rosario Castellanos.....1^a Avenida Oriente Sur s/n esquina 1^a Sur Oriente,
Colonia Centro, CP 30000, Comitán de Domínguez, Chiapas.
Lunes a Viernes de 16:00 a 20:00 h.

- Casa Museo Dr. Belisario.....Avenida Doctor Belisario Domínguez Sur núm. 35,
CP 30000, Comitán de Domínguez, Chiapas,
Horario: Martes a Sábado de 10:00 a 18:45 h
- Museo del Ambar.....Diego de Mazariegos s/n, Parque de la Merced, San Cristóbal de las Casas, Chiapas

ALGUNAS FIESTAS TÍPICAS

- Carnaval Zoque Coiteco.....1 al 6 febrero, Tuxtla Gutiérrez
- Feria Gastronómica de la Flor de CuchunucFinales de febrero a principios de marzo, Tuxtla Gutiérrez
- Feria de San Sebastián.....12 al 20 de enero, Chiapa de Corzo
- Corpus Christi.....60 días después de Resurrección, San Cristóbal de Las Casas
- Fiesta de la Candelaria.....2 de febrero, Ocosingo
- Expo-Queso Feria Comercial.....Agosto en Ocosingo
- Día de Muertos.....31 de octubre, Comitán de Domínguez

RECURSOS GASTRONÓMICOS

QUESO BOLA DE OCOSINGO

Contiene alrededor de 3.2% de proteína y el 3.9% de grasa, la proporción de estos componentes propicia la distinción de la calidad sensorial de la leche y por consecuencia del queso. El queso de bola de Ocosingo es un producto de gran presencia, ya que su tamaño (redondo, esta recubierto por dos forros realizados con misma leche descremada en su totalidad de aproximadamente 750grs).

CHILE SIMOJOVEL

Chile picoso de tamaño pequeño, es de color rojo y tiene una forma cónica. Es más o menos de dos centímetros de largo y en promedio tiene uno y medio centímetro en su parte más ancha. Se ocupa principalmente para elaborar salsas, acompañar guisados, aderezar tamales y frijoles refritos.

Su origen es claramente de Simojovel, Chiapas. Al parecer, el origen de la palabra simojovel en la lengua maya Tzeltal es "hormiga arriba en la montaña".

CAFÉ DE CHIAPAS

Es de la especie Coffea Arábica cultivado en Chiapas. Las variedades principales que se cultivan de esta son: las de porte alto como: Typica, Maragogype, Bourbon y Mundo Novo. Esta variedad tiene un sabor inigualable, rico en perfume y sabor intenso. Se prepara un delicioso café de olla con éste singular tipo de café.

MUMU

Es una planta frondosa que alcanza gran altura sus hojas son grandes y en forma de corazón. Sus flores tienen forma de espiga de color verde pálido a tonos blancos. Es una especie originaria de México y Suramérica, habita en climas cálido, semicálido y semiárido. Se envuelven tamales con esta hoja, se cocina en guisados y caldos para aportar sabor.

DURAZNO PRENSADO

Son duraznos cortados en mitades que se endulzan y se dejan secar al sol unos días.

BUTIFARRAS

Cuando hablamos de antojitos y botanas, sobresalen los embutidos. Desde la fundación de la ciudad, los españoles elaboraban perniles cocidos en vino; más tarde, se reciben influencias de inmigrantes franceses, alemanes e italianos. Este es el origen de los jamones ahumados y planchados, jamoncillos, mortadelas, etc. Así como de la longaniza, la butifarra y el chorizo elaborados en forma casera hasta la actualidad. La butifarra es un embutido de carne de cerdo molido y aderezado con anís, pimienta, nuez moscada rallada, limón, brandy.



CHILE SIMOJOVEL



BUTIFARRAS



DURAZNO PRENSADO

RECURSOS GASTRONÓMICOS

PLATILLOS Y BEBIDAS TÍPICAS

CALDO SHUTI

Para elaborar este caldo se utilizan shutis, masa de maíz, jitomates, manteca o aceite, cebolla, chiles chamborotes, ajo, chile, hojas de hierba santa y sal. Es importante señalar la necesidad de alimentar al shuti con hojas de momo durante 3 días para limpiar su sistema digestivo; además de que deben ser despunktados para quitarles los desechos.

COCHITO HORNEADO

Para su preparación se necesita puerco, naranjas, pi- mienta molida y sal al gusto. El puerco es abierto para extraerle las vísceras, después de ser condimentado es metido al horno de leña una noche antes; al día siguiente está dorado como chicharrón.

SOPA DE PAN

Creada por primera vez en 1626 con el nombre de Sopa de Pan en caldo flotante , se le considera una delicia culinaria netamente coleta. Para realizar esta sopa se necesita caldo de pollo, rebanadas fritas de plátano macho, rebanadas de pan blanco tostado, huevo duro rebanado, pasas, jitomate, papas y zanahorias cocidas en rebanadas, chícharos cocidos, cebolla picada y un chile al gusto.

TAMAL DE BOLA

Son consumidos con frecuencia en eventos familiares y sociales, además de fines de semana en San Cristóbal de Las Casas. El tamal de bola está relleno de carne de cerdo que ha sido condimentada con jitomate, tomate verde, chiles anchos, tomillo, orégano, sal y comino.



CALDO SHUTI



SOPA DE PAN



COCHITO HORNEADO



TAMAL DE BOLA

OFERTA DE SERVICIOS



HOTELES FAMILIARES EN TUXTLA GUTIÉRREZ

Hotel Arecas Best Western

Boulevard Belisario Domínguez núm. 4120-2,
Colonia Jardines de Tuxtla,
Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. CP 29020
 (961) 617 0000

Hotel Holiday Inn

Doctor Belisario Domínguez núm. 1081,
Colonia Centro, Tuxtla Gutiérrez,
Chiapas. CP 29000
 (961) 617 1000
<http://www.holidayinn.com/hotels/us/es/tuxtla-gutierrez/tgzmx/hoteldetail>



HOTELES FAMILIARES EN SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS

Hotel Ciudad Real Centro

Plaza 31 de Marzo núm. 10, Colonia Centro,
San Cristóbal de las Casas, Chiapas. CP 29200
 (967) 678 4400
www.ciudadreal.com.mx

Hotel Posada Real de Chiapas

Francisco I. Madero núm. 10,
Colonia Centro,
San Cristóbal de las Casas, Chiapas. CP 29264
 (967) 678 0928
www.hpreal.com.mx/

Hotel Villa Mercedes

Diagonal Hermanos Paniagua núm. 32,
Colonia Fátima, San Cristóbal de
las Casas, Chiapas. CP 29260
 (967) 678 62 00
www.hotelesvillamercedes.com
reservesc@hotelesvillamercedes.com

Hotel Villas Casa Morada

Avenida Diego Dugelay núm. 45,
Barrio El Cerrillo, San Cristóbal de
Las Casas, Chiapas. CP 29220
 (967) 678 4440
www.casamorada.com.mx/



RESTAURANTES FAMILIARES EN TUXTLA GUTIERREZ

Restaurante Chía

1a Note Poniente núm. 944,
Colonia Centro, Tuxtla Gutiérrez. CP 29000
 (961) 612 5547
chiarestaurante.com

Restaurante La Calabaza Encantada Grill

Boulevard Belisario Domínguez
núm. 4210 Interior 2,
Colonia Jardines de Tuxtla,
Tuxtla Gutiérrez. CP 29020
 (961) 617 0000

Restaurante Los Helechos

Boulevard Belisario Domínguez km. 1081,
Jardines de Tuxtla, Tuxtla Gutiérrez, CP 29060
📞 (961) 617 1013

Las Pichanchas

Avenida Central Oriente núm. 837,
Colonia Centro, Tuxtla Gutiérrez, CP 3050
📞 (961) 612 5351
www.laspichanchas.com.mx

RESTAURANTE FAMILIAR EN TEOPISCA**Restaurante El Carmelito**

Carretera Teopisca-Comitán
entronque a Villa de las Rosas, Teopisca.
📞 (992) 655 4005

**RESTAURANTES FAMILIARES EN
SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS****Restaurante El Fogón de Jovel**

Av. 16 de Septiembre núm. 11,
San Cristóbal de las Casas, CP 29000
📞 (967) 678 1153
www.fogondejovel.com

Jardines de San Cristóbal

Carretera a San Juan Chamula Km 3,
Ampliación Cosmopolita,
San Cristóbal de las Casas. CP 29247
📞 (961) 616 0390
www.restaurantesjardines.com.mx

Restaurante Nuestras Raíces

Calle Diego de Mazariegos núm. 43,
Barrio de la Merced,
San Cristóbal de las Casas.
📞 (967) 678 1538
www.nuestras-raices.com

Maya'e Restaurante

Avenida 20 de Noviembre núm. 12-C,
Colonia Centro,
San Cristóbal de las Casas. CP 29200
📞 (967) 678 9146
www.mayaе.com.mx

Restaurante Tierra y Cielo

Benito Juárez núm. 1,
Colonia Centro,
San Cristóbal de Las Casas. CP 29200
📞 (967) 678 1053
www.tierraycielo.com.mx

OFERTA DE SERVICIOS



RESTAURANTES FAMILIARES EN CHIAPA DE CORZO

Restaurante El Campanario

Avenida Coronel Urbina núm. 5,
Colonia Centro,
Chiapa de Corzo. CP 29160
 (961) 616 0390

Restaurante El Colonial

Angel Albino Corzo,
Chiapa de Corzo.
 (961) 184 8245

Restaurante La Casa del Patrón

Calzada Victórico Grajales núm. 1300,
Colonia Rivera Nanambua 2^a Sección,
Chiapa de Corzo. CP 29160
www.restaurantlacasadelpatron.com
reservas@restaurantlacasadelpatron.com



RESTAURANTES FAMILIARES EN COMITÁN DE DOMÍNGUEZ

Cafetería Quip-Tik

Avenida Rosario Castellanos Sur s/n,
Colonia Centro,
Comitán de Domínguez. CP 30000
 (963) 632 0400

Restaurante Camino Secreto

Primera Calle Norte Poniente núm. 48,
Colonia Centro,
Comitán de Domínguez. CP 30000
 (963) 632 7436

Restaurante Comitán Lindo y Que Rico

km 1,258 de la Carretera Internacional,
Colonia Belisario Domínguez,
Comitán de Domínguez. CP 30040

ACTIVIDADES DE LA RUTA

En Chiapas encontraremos una extensa variedad de platillos, cada uno de ellos de diferente cultura. El recorrido inicia en Tuxtla Gutiérrez, donde degustarás las tradicionales butifarras, embutidos de carne blanca, o los famosos shutis, caracoles de río que no puedes perderte. Conoceremos el proceso de elaboración de la famosa sopa de chipilín, del cochito y del picté en la escuela culinaria Centro de Estudios Cocina + Arte, en donde nos explicarán la preparación de estos platillos. A la hora de comer no dudes en visitar el restaurante Las Pichanchas, uno de los más conocidos y con una atmósfera totalmente chiapaneca.

Por ser el café uno de los recursos más importantes de la zona, visitaremos el Museo del Café, en donde podremos experimentar una cata de este producto chiapaneco. No puedes irte de Tuxtla sin probar los deliciosos Helados Tierra Maya, con una gran variedad de sabores elaborados con productos regionales. Una de las sugerencias máspreciadas es la visita a los tamales Doña Gloria donde podrás consumir los diferentes tipos que se elaboran en Chiapas, como juacan, chipilín, de bola, de camarón y por su puesto de hoja santa.

Luego, en Chiapa de Corzo, visitaremos El Campanario, uno de los restaurantes que ha luchado por preservar su tradición y gastronomía. Allí se ofrece un curso de

cocina regional en el que participarás en la elaboración de pepita con tasajo. Endulza tu día visitando el corredor de dulces típicos cerca de la Plaza central. Continuando hacia el Pueblo Mágico de San Cristóbal de Las Casas y resaltando la tradición zoque, aprenderemos a elaborar tamales con distintos ingredientes entre uno y otro en un tesoro de México que es el Hotel Villa Las Casas Morada que con la presencia de la Chef Martha Zepeda en el Restaurante Tierra y Cielo, nos darán recetas como sopa de pan y mole coleto que engalanará el momento.

El Engrane es una tienda de embutidos y quesos de la región, donde seguramente comprarás algún producto culinario. Zinacantán, es otro de los puntos del recorrido y cuenta con talleres sumamente apreciados para vivir la experiencia de aprender diversas técnicas, ingredientes y platillos que te permitirán abrir tu panorama de la mano de experimentadas cocineras que imparten antiguas enseñanzas.

En Ocosingo podremos saborear uno de los quesos oriundos con mayor prestigio regional, el queso bola, y en los ranchos Laltic o Bulush Bak aprenderemos sobre sus cualidades y su proceso de elaboración. Una experiencia única será la visita a una productora de conejo que destaca por elaborar 31 derivados alimenticios de la carne de este animal.

El poblado de Ocosingo está lleno de sorpresas, hay una variedad de ecosistemas que permiten el desarrollo de una gran variedad de especies, lo que se ve reflejado es la procesadora de nuez de macadamia que ofrece 17 variantes de este producto.

En Teopisca, otro pintoresco poblado encontraremos pequeños establecimientos de productos autóctonos, donde podrás adquirir quesos, chiles y carnes. Como sugerencia visita el Pasaje Morales donde encontrarás dulces tradicionales. Hablar de Teopisca es hablar de artesanías y de bellos manteles tejidos. Trasladándonos a Comitán de Domínguez podrás admirar la incomparable belleza de los Lagos de Montebello, un espectáculo que no te debes perder.



MUSEO DEL CAFÉ

ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS



TALLER DE COCINA ZOQUE

Cocina + Arte es una escuela de gastronomía ubicada en Tuxtla Gutiérrez, nos abren las puertas para maravillarnos y enseñarnos con sus técnicas culinarias al preparar platillos tradicionales. Observaremos la realización detallada de la sopa de chipilín, platillo imprescindible de la cocina chiapaneca, cochito horneado guisado elaborado con chiles y carne de cerdo y picté de elote.

Estudios Cocina + Arte

Campus Azucenas: Avenida Azucenas núm. 103, Fraccionamiento Los Laureles, Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.

📞 (961) 671 6908

www.cocinarte.edu.mx/



TALLER DE ELABORACIÓN DE PEPITA CON TASajo

La pepita con tasajo es un platillo tradicional a base de tiras de carne seca a la que se le añade una salsa de pepitas de calabaza entre otros condimentos. Este taller te permitirá aprender los procesos y apreciar la tradición que hay detrás de este platillo.

Restaurante El Campanario

Av. Coronel Urbina núm. 5,
Chiapa de Corzo, Chiapas.

📞 (961) 616 0390



CATA DE CAFÉ_MUSEO DEL CAFÉ_..

Con el fin de recuperar y conservar el patrimonio cultural de la cafeicultura chiapaneca el museo del café ha desarrollado tanto visitas como talleres para difundir y concientizar al turista sobre los procesos y cuidados que debe llevar este legендario producto. Se realizará una cata para que puedan degustar la calidad.

2^a Oriente Norte núm. 236,
San Marcos, Tuxtla Gutiérrez.

📞 (961) 611 1478

www.museodelcafe.chiapas.gob.mx/

Horario: Martes - Viernes 10:00 a 18:00 h y
sábados y domingos de 11:00 horas a 15:00 h.



TALLER "LA SOPA DE PAN"

La sopa de pan está elaborada con pan blanco, plátanos machos fríos, huevos cocidos y en el restaurante Nuestras Raíces donde se indicará el procedimiento a seguir para conseguir los sabores adecuados.

Restaurante Nuestras Raíces,
Calle Diego de Mazariegos núm. 43,
Barrio de la Merced, San Cristóbal de las Casas, Chiapas. CP 29200

📞 (967) 678 1538

www.nuestras-raices.com



TALLER DE COCINA ZOQUE



TALLER DE ELABORACIÓN DE PEPITA CON TASAJO



TALLER DE COCINA ZOQUE

ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS



COCINA REGIONAL EN CASA DEL ARTESANO, CASA DOÑA MARÍA Y CASA PETRONA ZINACANTÁN.

Podrán disfrutar de alimentos elaborados con ingredientes totalmente regionales acompañados de tortillas a mano y frijoles de olla en casas de locales que ofrecen sus servicios a los visitantes para conocer la cultura que hay detrás de la gastronomía chiapaneca
Contacto SECTUR Chiapas. Lic. Ángel Ortiz
☎ (961) 691 4700 ext 66350



SOCIEDAD PRODUCTORA RURAL DE RESPONSABILIDAD ILIMITADA DE FARUYA LA CANDELARIA DE OCOSINGO

La carne de conejo es conocida por sus valiosos aportes nutricionales ya que contiene muy poco colesterol y alto contenido vitamínico. En esta productora se darán a conocer la elaboración de 31 derivados alimenticios a partir de la carne de conejo como embutidos tradicionales y carnes sazonadas.
6a Avenida Norte Poniente núm. 155,
Barrio Candelaria, Ocosingo,
Chiapas. CP 29950
☎ (919) 673 0079



TALLER DE COCINA REGIONAL "TAMALES CHIAPANESES" CHEF MARTHA ZEPEDA

Los tamales en sus diferentes variaciones chiapanecas plasman en los paladares los ingredientes que han trascendido y que sin duda alguna han adquirido una gran importancia tanto gastronómica como cultural. La Chef Martha Zepeda nos ayudará a explorar las raíces y conocer los pasos a seguir para cocinar los tamales tradicionales chiapanecos en el bellísimo restaurante Tierra y Cielo que actualmente es uno de los Tesoros de México.

Restaurante Tierra y Cielo

Benito Juárez núm. 1
San Cristóbal de Las Casas, Chiapas
☎ (967) 678 1053
www.tierraycielo.com.mx
Todos los días de 16:00 horas a 19:00 horas



RECORRIDO EN RANCHOS DE QUESO BOLA EN OCOSINGO RANCHO LALTIC

El Queso de Bola de Ocosingo es un lácteo originario del municipio de Ocosingo, principalmente conocido por este queso que no podrás encontrar en otra parte. El Rancho Laltic nos ofrece un recorrido a través de sus instalaciones con el objetivo de conocer la producción del queso de bola, veremos desde el momento en que se ordeña hasta el producto final. Carretera Ocosingo-Tonina Km1.5
Ocosingo, Chiapas, CP 29950
☎ (919) 673 0231



TALLER DE COCINA REGIONAL TAMALES CHIAPANECON, CHEF MARTHA ZEPEDA

ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS



RANCHO BULUSH BAK OCOSINGO

Conoceremos los principales Ranchos de Queso Bola en donde nos guiarán por todas las instalaciones mostrándonos el proceso y los estándares de calidad que requiere la producción del queso tradicional de Ocosingo.

Rancho Bulush Bak, Carretera Ocosingo – Toniná, Ocosingo, Chiapas. CP 29950
📞 (919) 673 0380



MACADAMIA INDUSTRIA DERIMAC

Viviremos la experiencia de visitar una fábrica donde es procesada la Nuez de Macadamia donde se nos será explicado el procedimiento para la obtención de esta deliciosa nuez.

Calle Popizte Barrio Flamboyant, Manzana 5, Ocosingo, Chiapas. CP 29950
📞 044 (919) 110 1179



HELADOS TIERRA MAYA

Como sugerencia no te puedes perder de estos helados elaborados completamente de productos naturales, sin duda son una delicia y que mejor que degustarlos como un buen postre.

Frente al Parque de la Marimba sobre la 9a poniente, Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.



CORREDOR DE DULCES

Ubicados en los portales de Chiapa de Corzo, nos encontramos con este corredor de dulces típicos recientemente inaugurado; ¡Prueba estas delicias típicas!

Plaza principal, Colonia Centro, Chiapa de Corzo, Chiapas.



MERCADO DE ARTESANÍAS _ EN ZINACANTAN

Visita el mercado donde apreciaras el sin fin de textiles en manteles.

Plaza Principal, Colonia Centro, Zinacantán, Chiapas.



MERCADO DE DULCES Y ARTESANÍAS DE SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS.

Este mercado ofrece la más amplia variedad de dulces típicos al igual que vestimentas y artículos decorativos elaborados por la comunidad de esta región.

Plaza Principal, Colonia Centro, San Cristóbal de las Casas, Chiapas.



JAMONERÍA EL ENGRANE

Tradicional tienda de embutidos donde podremos adquirir diferentes quesos, jamones y butifarras, que deberás degustar ya que son productos de gran tradición y calidad en Chiapas.

Avenida San Crescencio Rosas núm. 13, Colonia Centro, San Cristóbal de las Casas. CP 29200



CAFÉ CARAJILLO

Una de las recomendaciones más representativas de Chiapas es el café Carajillo, en donde podrás disfrutar de un rico café preparado a tu gusto, desde el grano que elijas para que sea molido, hasta algún ingrediente extra de tu preferencia.

Andador Real de Guadalupe núm. 24,
San Cristóbal de Las Casas, Chiapas. CP
29200
 (967) 678 5010
www.carajillo.mx



PASAJE MORALES

Como propuesta visita el Pasaje Morales, uno de los lugares con mayor tradición de la zona, y deja que sus pintorescos muros te rodeen mientras encuentras los dulces tradicionales de Comitán de Domínguez.
Pasaje Morales núm. 8 Altos, Centro Histórico, Comitán, Chiapas. CP 30000
 (967) 632-6407



SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS

TELÉFONOS DE INTERÉS

Cruz Roja Mexicana.....	065
Emergencias.....	066
Protección Civil	066
Seguridad Pública.....	060
Ángeles Verdes.....	078
Secretaría de Turismo Estatal.....	(967) 626 0337

BIENVENIDOS TABASCO

LA RUTA DEL CACAO

Situación geográfica: Se localiza en el sureste de México.

Extensión: 24 mil 731 km².

Clima: Máxima 36°C - mínima 18.5°C.

Población: 2 millones 238 mil 603 habitantes.

Este estado se caracteriza por las tradiciones milenarias del cacao, la lucha por la preservación de los métodos de producción artesanal y los cuidados con los ingredientes para garantizar la mejor calidad en sus productos. Todo ello se complementa con los sabores de los platillos que distinguen a cada uno de los municipios tocados en esta ruta, donde podrás indagar y sentir la dedicación con la que estas delicias se crean.

Tabasco es la cuna del cacao y cuenta con lugares maravillosos.

El Pueblo Mágico de Tapijulapa, lleno de experiencias, enamora con la belleza de sus alrededores; Villahermosa, la ciudad capital, es rica en cultura y tradición y tiene su toque de modernidad; Nacajuca y Jalpa de Méndez nos deleitaran con los famosos coquitos gastronómicos; Comalcalco, cuna del cacao criollo, se distingue por sus haciendas productoras

llenas de flora y fauna que nos impresionarán con la variedad de actividades y conocimientos que ofrecen y Paraíso, tal cual lo describe su nombre, es una conexión con las playas, gracias a los embarcaderos que te brindan un servicio de primera al pasearte por el Río Grijalva.

TABASCO



CACAO CRIOLLO

LA RUTA DEL CACAO / RUTAS GASTRONÓMICAS



ACTIVIDADES Y SITIOS DE INTERÉS

ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS

Comalcalco

1. Museo del Chocolate
2. Taller de producción y cultivo del cacao criollo
3. Taller de procesos de fermentado y secado
4. Taller de industrialización del chocolate
5. Taller de procesos de fabricación de chocolates y derivados del cacao
6. Taller y demostración del proceso del chocolate CACEP
7. Visita guiada a la Hacienda de la Luz, Comalcalco
8. Visita guiada a la Hacienda Cholula, Comalcalco

Villahermosa

1. La Catedral del Sabor
2. Paletas La Polar
3. Pozol

Tenosique

1. Quesos Don Rodo

Jalpa de Méndez

1. Jícaras labradas

Tapijulapa

1. Restaurante El Sabor de la Sierra

ATRACTIVOS TURÍSTICOS

Villahermosa

1. Parque La Venta
2. Casa Museo Carlos Pellicer
3. Museo de Cultura Popular
4. Zona Luz
5. Catedral del Señor de Tabasco

Comalcalco

1. Zona Arqueológica de Comalcalco
2. Museo de Sitio de Comalcalco

Tenosique

1. Museo de Sitio de Pomoná

RECURSOS TURÍSTICOS

LUGARES A VISITAR

- Parque La Venta....Boulevard Ruiz Cortines s/n, Villahermosa, Tabasco, Martes a Domingo de 8:00 horas a 16:00 h.
- Zona Arqueológica de Comalcalco.....Comalcalco Tabasco
- Zona LuzCentro, Villahermosa.
- Catedral del Señor de Tabasco.....Centro, Villahermosa.
- Parque Tabasco.....Paseo Usumacinta s/n.
- Rancharía Emiliano Zapata.....Villahermosa.
- Yumka'Centro de Interpretación y Convivencia con la Naturaleza.....Las Barrancas s/n, Junto al aeropuerto, Villahermosa.

MUSEOS

- Museo de Historia de Tabasco.....Av. 27 de Febrero esq. Juárez, Centro, Villahermosa, CP 86000
- Museo de Sitio Pomoná.....Zona Arqueológica de Pomoná, Tenosique, CP 86900
- Casa Museo de Carlos Pellicer.....Narciso Sáenz núm. 203, Centro, Villahermosa, CP 86000, Tel. (993) 352 10 22
- Museo de Cultura Popular Ángel Enrique Gil Hermida.....Zaragoza núm. 810, Centro, Villahermosa, CP 86000
- Museo de Sitio de Comalcalco.....Zona Arqueológica de Comalcalco, Comalcalco, C.P. 86300, Tel. (993) 352 1022, Lunes a Domingo de 10:00 a.m. a 4:00 pm

ALGUNAS FIESTAS TÍPICAS

- Carnaval de Villahermosa.....antes del Miércoles de Ceniza. Villahermosa
- Feria de Tabasco.....Finales de Abril,Villahermosa.
- Feria de Chocolate.....24 al 27 de Noviembre,Villahermosa.
- Carnaval de Tenosique.....No cuenta con fecha fija ,Tenosique.
- Feria de los Tabasqueños.....Expo Tabasco,Villahermosa.

RECURSOS GASTRONÓMICOS

CACAO CRIOLLO

Se le llama criollo a la variedad de cacao nativo de México (*Theobroma cacao*), el cual es el más antiguo en cultivo y el más solicitado hoy en día por su calidad. En el estado es ampliamente utilizado para la elaboración de bebidas y dulces como pozol, polvillo, chorote, xochistle, tascalate, agua de cacao, agua de coco con cacao, chocolate, conserva de corazón de cacao y nieve de cacao entre otros. Existe otro tipo de cacao llamado pataste (*Theobroma bicolor*) el cual tiene un sabor diferente y se utiliza para hacer bebidas y dulces.

PEJELAGARTO

Es un pez de agua dulce de la época de los dinosaurios, el cual es tradicional en la cocina de Tabasco; es de sabor fuerte y se prepara asado al carbón, en tamales, en verde, en chirmol, en chiltepín, en ensalada y en mone.

PIGUA

Es un tipo de langostino o acamaya que vive en los ríos de Tabasco y se prepara en caldo, al mojo de ajo, asadas, en chiltepín y en chirmol entre otras.

PLATILLOS Y BEBIDAS TÍPICAS

VERDE

Es una guisado que se hace con diferentes hierbas como chipilín, chaya, momo (yerbasanta), hojas de chile amashito; chile dulce y chile amashito, el cual se espesa con masa de maíz. En esta salsa se guisan carnes como puerco y pejelagarto entre otras.

MONE

Ese pescado aderezado con limón el cual se envuelven en hojas de momo (yerbasanta) junto con chiles dulces, chiles serrano, jitomate, ajo y cebolla, para después envolverlos en hojas de plátano y ponerlos a cocer al vapor.

POTSE

Son una capa de tortillas de maíz a las que encima se les pone una mezcla de carne de puerco con un sofrito de ajo, cebolla, chile dulce y jitomate; y encima se pone otra capa igual, las cuales se envuelven en hojas de té y se hornean.

CHIRMOL

Es una guisado cuyo principal ingrediente son tortillas de maíz tostadas a las que se le agrega un sofrito de ajo, cebolla, chile dulce y chile ancho para hacer una salsa. En esta se incluyen carnes como pato, guajolote, pejelagarto, pigua y cangrejo azul entre otros.

TAMALES DE CHIPILÍN

Son tamales pequeños de masa colada de maíz revuelta con hojas de chipilín, los cuales se envuelven en hojas de plátano y se acompañan con salsa de jitomate con chile amashito.

POZOL

Esta bebida se prepara con maíz cocido el cual se muele para después diluirlo en agua. Esta bebida tiene muchas variantes como el blanco (puro maíz), chorote (con cacao), con pixte (huevos de mamey), con pataste, con coco, con chile habanero y con cacao fermentado. Se sirve frío en jicara y con cuchara para poder comer el asiento.

AGUA DE MATALÍ

Es un agua fresca típica de Tabasco, la cual se prepara con la planta de matalí, limón y azúcar, la cual toma un color violeta.



CACAO PATAXTE

OFERTA DE SERVICIOS



HOTELES FAMILIARES EN VILLAHERMOSA

Hotel Graham Villahermosa
Rosendo Taracena s/n,
Colonia Magisterial,
Villahermosa, Tabasco. CP 86040
 (993) 312 7744
www.hotelgraham.com.mx

Hotel Quality Inn Villahermosa
Juárez núm. 105,
Colonia Linda Vista,
Villahermosa, Tabasco. CP 86050
 (993) 313 6611
www.quialityinnvillahermosa.com

Hotel Quinta Real
Paseo Usumacinta núm. 1402,
Fraccionamiento La Choca,
Villahermosa, Tabasco. CP 86035
 (993) 310 1300
www.quintareal.com

Hotel Olmeca Plaza
Avenida Francisco I. Madero núm. 418,
Colonia Centro,
Villahermosa, Tabasco. CP 86000
 (993) 358 01 94
www.hotelolmecaplaza.com



RESTAURANTES FAMILIARES EN VILLAHERMOSA

Ló Restaurante
Avenida Paseo Tabasco núm. 715,
Colonia Gil y Saenz,
Villahermosa. CP 86000
 (993) 315 9760

Capitán Beulo 2
Malecón Carlos A. Madrazo,
Kiosco núm. 1,
Centro, Villahermosa.
 (993) 358 0102

El Edén
Paseo de la Choca núm. 126,
Tabasco 2000,
Villahermosa. CP 86035
 (993) 316 8148

Los Tulipanes
Carlos Pellicer Cámara núm. 511,
Conjunto Cicom,
Villahermosa. CP 86100
 (993) 112 929

La Lupita
Morelos y Buenavista núm. 202,
Colonia Atasta, Villahermosa. CP 86100
 (993) 354 3255

El Tovar

Ignacio Allende núm. 444,
Centro, Villahermosa.

📞 (993) 335 60 89

El Teapaneco

Calle Quintín Arauz
Villahermosa, Tabasco.

📞 (993) 315 13 95

**RESTAURANTES FAMILIARES
EN NACAJUCA****Restaurante La Malinche**

Km 6.7 de la Carretera Villahermosa-
Nacajuca, Nacajuca.

📞 (993) 169 44 42

EL Güero de Saloya

Km 6.7 Carretera Villahermosa-Nacajuca,
Nacajuca.

📞 (993) 340 64 20

La Palapa de Polo

La Isla la Reforma km. 5.5 s/n,
2 Montes, Nacajuca.

📞 (993) 108 02 83

**RESTAURANTES FAMILIARES
EN PARAÍSO****Restaurante El Chivero**

Carretera Paraíso-Nicolás Bravo,
Ranchería Libertad
Primera Sección, Paraíso.

📞 (993) 122 27 66

Las Palapas de Chablé

Ranchería Libertad Primera Sección,
Paraíso.

📞 (993) 335 60 89

Restaurante Costa del Mar

Km 10 dela Carretera Estatal
Paraíso-Achiltepec,
José María Morelos, Paraíso.

📞 (993) 335 40 27

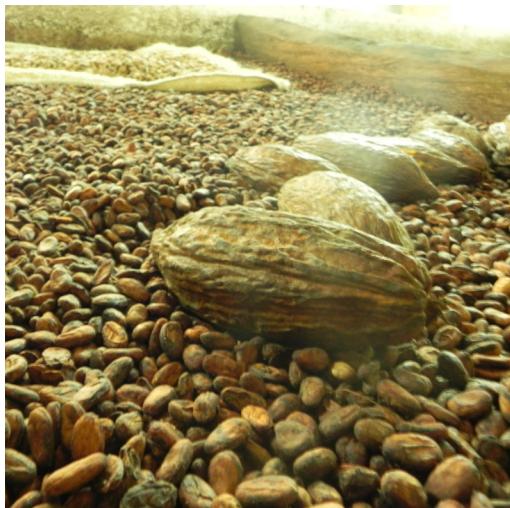
ACTIVIDADES DE LA RUTA

Forman parte de la Ruta del Cacao, los estados de Tabasco y Chiapas, con sus riquezas naturales, culturales y con su deliciosa gastronomía, dentro de la que destacan el cacao y el café, productos reconocidos mundialmente por la calidad en su producción y riqueza en el sabor. En Villahermosa, la capital tabasqueña, apreciarás el contraste entre lo moderno y lo tradicional en sus platillos, en sus bebidas como el pozol o el agua de matalí, mismas que debes probar para experimentar su singular sabor. En Nacajuca encontraremos artesanías hechas con jícaras que se utilizaban para beber pozol, también butifarra, uno de los embutidos más comunes de la localidad y, por supuesto, el tradicional pescado de la región, el pejelagarto.

Como recomendación, hay en Jalpa de Méndez un corredor gastronómico, llamado Biji Yoko'tan, donde podemos degustar la cocina regional, en tanto que en Comalcalco, además de apreciar la caprichosa arquitectura de su zona arqueológica, vivirás la experiencia de ser todo un chocolatero en la Hacienda Cacaotera San Jesús María, donde verás el proceso del cacao desde su cultivo hasta que es convertido en chocolate de primera calidad.

Después de la visita, y dentro de la misma Hacienda, participaremos en un taller de cocina con ingredientes de su propia producción; luego recorreremos el

Museo del Chocolate. Hay otras dos haciendas cacaoteras que merecen conocerse: la de La Luz, donde apreciaremos los cacaotales, y la de Cholula, que nos sorprenderá con su diversidad en cuanto a flora y de fauna, ya que entre los diversos animales que alberga se encuentra un grupo de monos que habita en los plantíos. Hacia la costa vale la pena visitar el poblado de Paraíso y podemos cerrar con broche de oro pasando por el corredor gastronómico frente al río y subirnos a un tour en barco que nos llevará hasta la playa.



CACAO

TABASCO



CHOCOLATE

ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS



TALLER DE PRODUCCIÓN Y CULTIVO DEL CACAO CRIOLLO

En la Hacienda Cacaotera Jesús María se encuentran cultivos de cacao criollo, apreciamos la naturaleza y disfrutaremos del cálido clima durante la explicación detallada del cultivo del cacao y su producción utilizando el método de injerto que les ha dado éxito a lo largo de su trayectoria.

Hacienda Cacaotera Jesús María

Río. Sur 5ta Sección,
Camino_Vecinal, Comalcalco.

📞 (933) 337 6176

www.haciendacacaoterajesusmaria.com/
Horario: Lunes a sábados, 8:00 a 15:00 h;
domingos, 9:00 a 15:00 h



TALLER DE PROCESOS DE FERMENTADO Y SECADO

El fermentado y el secado son pasos fundamentales para la obtención del chocolate. En la Hacienda Cacaotera Jesús María podremos observar cómo se realizan estos procesos con grandes cantidades de cacao, tomando todas las precauciones necesarias y en instalaciones adecuadas.

Hacienda Cacaotera Jesús María

Río. Sur 5ta Sección,
Camino_Vecinal, Comalcalco.

📞 (933)-337-6176

www.haciendacacaoterajesusmaria.com/
Horario: Lunes a sábados de 8:00 a 15:00 h y
domingos de 9:00 a 15:00 h



TALLER DE INDUSTRIALIZACIÓN DEL CHOCOLATE

Hacienda Cacaotera Jesús María

En este Taller veremos las complejas máquinas que se utilizan para la extracción de la mantequilla de cacao, y se nos explicará brevemente las propiedades del cacao y sus principales componentes, información que ayuda a comprender mejor la elaboración del chocolate.

Hacienda Cacaotera Jesús María

Río. Sur 5ta Sección,
Camino Vecinal,
Comalcalco.

📞 (933)-337-6176

www.haciendacacaoterajesusmaria.com/
Horario: Lunes a sábados de 8:00 a 15:00 h y
domingos de 9:00 a 15:00 h



TALLER DE PROCESOS DE FABRICACIÓN DE CHOCOLATES Y DERIVADOS DEL CACAO

Se observarán todos los derivados que se fabrican en la Hacienda Jesús María, con sus variantes y sus características en cuanto a composición.

Hacienda Cacaotera Jesús María

Río. Sur 5ta Sección,
Camino_Vecinal, Comalcalco.

📞 (933)-337-6176

www.haciendacacaoterajesusmaria.com/
Horario: Lunes a sábados de 8:00 a 15:00 h y
domingos de 9:00 a 15:00 h



TALLER Y DEMOSTRACIÓN DEL PROCESO DEL CHOCOLATE CACEP

Dentro de la Hacienda Jesús María existe una pequeña fábrica de chocolate de la marca CACEP, donde observaremos el proceso de fabricación del chocolate. Aprenderemos sobre el temperado tanto de los chocolates amargo, con leche y blanco. Veremos las variedades del producto final.

Hacienda Cacaotera Jesús María,

Río. Sur 5ta Sección,
Camino Vecinal, Comalcalco.

📞 (933)-337-6176

www.haciendacacaoterajesusmaria.com/

Horario: Lunes a sábados de 8:00 a 15:00 h y
domingos de 9:00 a 15:00 h



VISITA GUIADA HACIENDA DE LA LUZ COMALCALCO

En la Hacienda de la Luz conoceremos el procedimiento y la producción del cacao. En las instalaciones encontraremos plantíos de cacao al igual que de muchas otras heliconas.

Hacienda de la Luz

Calle Leandro Rovirosa Wade s/n,
Centro, Comalcalco.

📞 (933) 334 1129

Horario: Lunes a Domingo de 10:00 horas. a
16:00 h



MUSEO DEL CHOCOLATE

En el Museo del Cacao y el Chocolate "Dr. Otto Wolter Hayer" pueden verse las máquinas antiguas que se utilizaban para la manufactura del chocolate. Conoceremos la historia de la Hacienda de la Luz y se nos dará una explicación detallada del cacao y su producción.

Hacienda de la Luz

Calle Leandro Rovirosa Wade s/n,
Colonia Centro, Comalcalco.

📞 (933) 334 1129

Horario: Lunes a Domingo de 10:00 h. a 16:00 h.



VISITA GUIADA HACIENDA CHOLULA COMALCALCO.

Esta Hacienda, situada a 250 m de la entrada a la zona arqueológica de Comalcalco, ofrece recorridos turísticos para conocer la diversidad de plantas y animales con que cuenta la finca, así como los procesos de elaboración del chocolate. Además podrás visitar la fábrica de productos "El Chontal" para degustar el chocolate que aquí se produce.

Km. 5 de la Carretera Fed. Comalcalco- Paraíso,
Comalcalco.

📞 (933) 334-3815

fcholula_tabasco@yahoo.com.mx

Horario: Martes a Domingo de 9:00 h. a 16:00 h

ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS



HORCHATAS LA CATEDRAL

Te sugerimos ir a este lugar donde te podrás mitigar el calor con una deliciosa bebida refrescante: la horchata de arroz o los esquimos en punto de frappé.

Avenida Paseo de Tabasco Villahermosa en frente de la Catedral Señor de Tabasco
Horario: Todos los días 08:00 h. a 21:00 horas



PALETAS LA POLAR

Nevería con cincuenta años de tradición en Tabasco, en épocas calurosas cuenta con gran variedad de productos de temporada como helados y nieves, de sabores diversos y deliciosos.

Calle Hidalgo núm. 313, Colonia Centro,
Villahermosa.

(993) 312 8150



POZOL

Puesto de pozol tradicional, uno de los más famosos de la zona, donde te sentirás como todo un tabasqueño tomando esta deliciosa bebida.

Calle Usumacinta por la Fuente del Chorro
Villahermosa.

Horarios: Todos los días de 8:00 a 12:00 h



QUESOS DON RODO EN TENOSIQUE

Como recomendación, te sugerimos visitar los quesos Don Rodo en donde encontrarás lácteos típicos de la región elaborados por él mismo con ingredientes y procedimientos de alta calidad.

Finca Los Álvarez a 1 km de la Central de Autobuses. Tenosique.

(934) 342 06 20

fincalosalvarez@hotmail.com



JÍCARAS LABRADAS DE JALPA DE MENDEZ

Las jícaras son la corteza desecada de medias calabazas o guajes, antiguamente se utilizaban para tomar pozol y están labradas por artesanos tabasqueños; tus miradas se maravillarán al apreciar los diferentes diseños.

Parque Central del Municipio Jalpa de Méndez
Jalpa de Méndez, Tabasco



RESTAURANTE EL SABOR DE LA SIERRA

Cocina cooperativa integrada por mayoritariamente por mujeres donde podrás degustar diversos platillos tradicionales.

Av. José López Portillo, Centro,

Villa Tapijulapa, Tacotalpa

A un costado del Parque Central de Tapijulapa.

Contacto: SECTUR Tabasco

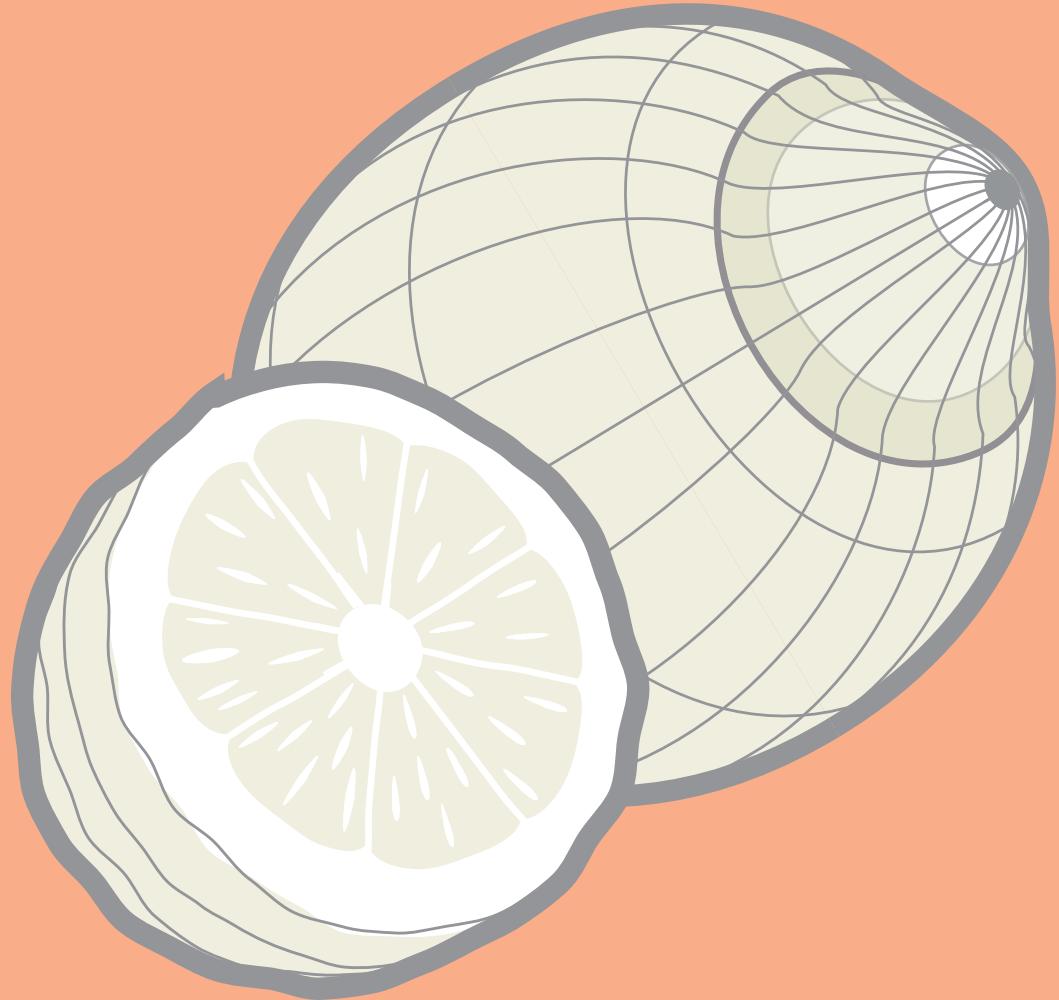
📞 (993) 310 97 00



DULCES TÍPICOS

TELÉFONOS DE INTERÉS

Bomberos.....	(993) 358 12 71
Cruz Roja Mexicana.....	(993) 315 55 55
Policía Federal de Caminos.....	(993) 315 31 10
Seguridad Pública.....	(993) 315 26 33
Emergencias.....	066
Ángeles Verdes	078
Secretaría de Turismo Estatal.....	(993) 310 97 00



CAMPECHE, YUCATAN Y QUINTANA ROO

LOS INGREDIENTES MESTIZOS DEL MAYAB

BIENVENIDOS A CAMPECHE

LOS INGREDIENTES MESTIZOS DEL MAYAB

Situación geográfica: Se localiza en la Península de Yucatán, al sureste de México.

Extensión: 822 mil 441 km²

Clima: Mínima 18°C - máxima 30°C.

Población: 822 mil 441 habitantes.

En esta Ruta podrás degustar el sinfín de sabores y olores de su casi interminable variedad de platillos. En Campeche, estado con una gran variedad de bellezas naturales, conoceremos tradiciones mayas que se distinguen de las del resto de la Península. La tranquilidad que se respira en las calles de la ciudad capital del mismo nombre, reflejo del estilo de vida de sus habitantes, es única.

El Baluarte de San Carlos te impactará con su historia; cuando nos transporte al pasado, tu mente quedará cautivada por la dramatización nocturna con luz y sonido que allí se ofrece.

En Champotón gozarás en las hermosas playas de Punta Xen y Chekán, donde se encuentra un campamento tortuguero. Visitaremos también importantes haciendas con arquitectura civil de los siglos XIX y XX.

El centro histórico del Pueblo Mágico de Palizada nos cautivará con sus pintorescas casas de mampostería y disfrutaremos de un fantástico paseo por el Río para admirar las maravillas que lo rodean.



CENTRO CULTURAL CASA 6



PAN DE CAZÓN

LOS INGREDIENTES MESTIZOS DEL MAYAB / RUTAS GASTRONÓMICAS



ACTIVIDADES Y SITIOS DE INTERÉS

ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS

Campeche

1. Taller de cocina regional en el restaurante El Bastión
2. Taller de comida de ritual maya
3. Taller de cocina regional Casa Vieja
4. Taller de cocina regional Iguana Azul

Palizada

1. Taller de cocina regional en barco

ACTIVIDADES TURÍSTICAS

Campeche

1. Baluarte de San Carlos
2. Centro Histórico
3. Zona Arqueológica de Xcalumkín
4. Centro Cultural Casa 6
5. Museo de Arquitectura Maya
6. Museo Histórico Fuerte de San Miguel
7. Museo Regional de Campeche Casa Teniente del Rey

Ciudad del Carmen

1. Cocodrilario
2. Jardín Botánico

RECURSOS TURÍSTICOS

LUGARES A VISITAR

- Baluarte San Carlos.....Calle 8 s/n, Centro, Campeche, Campeche. CP 24000
- Centro Histórico.....Campeche, Campeche.
- Zona Arqueológica Xcalumkin.....Carretera Federal 261 a 11km, de Hecelchakán, Hecelchakán, Campeche.
- Jardín Botánico Regional del Carmen.....Calle 56 núm. 4, Avenida Concordia, Ciudad del Carmen, Campeche. CP 24180
- Sociedad de Producción de Bienes y Servicios, Cocodrilos Maya.....Km 19.5 Carretera Ciudad del Carmen - Puerto Real, Ciudad del Carmen, CP 24100, cocomaya@prodigy.net.com

MUSEOS

- Centro Cultural Casa 6.....Calle 57 entre 8 y 10, Centro Histórico, Campeche, Campeche.
Horario: Todos los días, 9:00 horas a 21:00 horas
- Museo de Arquitectura Maya.....Calle 8 s/n, Colonia Centro, Campeche, Campeche.
CP 24000. Horario: Lunes a domingo de 09:00 a 17:45 h
- Museo Histórico Fuerte San Miguel.....Av. Escénica s/n, Colonia Resurgimiento, Campeche, Campeche. CP 24020, Horarios: Martes a Domingo, 08:00 a 19:30 h
- Museo Regional de Campeche Casa Teniente de Rey.....Calle 59 entre 14 y 16, Campeche, Campeche. CP 24000

ALGUNAS FIESTAS TÍPICAS

- Carnaval.....Febrero en fecha móvil, Campeche
- Fiesta de la Candelaria2 de febrero, Champotón
- Fiesta en honor a la Virgen del Carmen.....15 al 30 de julio, Ciudad del Carmen
- Feria en honor de San Joaquín.....Septiembre 14 al 30 de septiembre, Palizada

RECURSOS GASTRONÓMICOS

CAZÓN

Es un tipo de tiburón pequeño el cual es muy apreciado dentro de la gastronomía tradicional del estado; este se prepara de diversas maneras como en pan de cazón, en taquitos, en empanadas, en joroches, en tamalitos, asado, en tikinpac, entomatado, en croquetas y en chiles xkatic rellenos entre otros mas.

PULPO

Campeche es el principal productor de pulpo del país, en donde es muy apreciado y se prepara en cocteles, ceviches, al ajillo, al mojo de ajo, en su tinta, asados, enchilados, en ensaladas, en sopas y en arroz entre otros.

CHAYA

Es una planta nativa de la península, la cual es cultivada en los hogares y de la cual se comen sus hojas y con las que se preparan todo tipo de platillos como tamales dzotobichai, brazo de reina y chai wah; en sopas, pucheros, sancochada, con huevo, en taquitos, en pipián, e incluso en agua fresca con limón.

MARAÑON

Este es un fruto jugoso y astringente que se da en la península y cuya característica principal es que tiene la semilla afuera de la fruta. Con ella se preparan aguas frescas, nieves, dulces en almíbar y pasas de marañón. La semilla de esta fruta es lo que se conoce como nuez de la india, la cual se come tostada como botana.

PLATILLOS Y BEBIDAS TÍPICAS

PAN DE CAZÓN

Son tortillas de maíz untadas con frijoles y encima cazón guisado; estas tortillas se van apilando una sobre otra hasta formar tres capas y luego se bañan con una salsa de jitomate y epazote. Se acompaña con aguacate y salsa de chile habanero tamulado.

QUESO RELLENO

Este platillo se prepara con queso de bola edam holandés, el cual se rellena con un picadillo de cerdo guisado con recado de especie, jitomate, chile dulce, chile xkatic, aceitunas, pasitas y alcaparras, para ponerlo a cocer en baño maría. El queso se sirve en rebanadas que contienen el relleno, sobre un kol blanco (salsa espesa) con azafrán y se baña con un sofrito de jitomate, cebolla, chile dulce y chile xkatic.

PUCHERO

Esta es una caldosa que se elabora con res, puerco y gallina, los cuales se cocen con especias y verduras como plátano macho, yuca, camote, fruta de pan, macal, chayote, calabaza, chaya y elote. Para comerlo se sirve el caldo en un tazón con lima agria, y en otro plato las carnes y las verduras; se acompaña con salpicón de rabanitos y kut de chile habanero.



CAMARONES EMPANIZADOS DE COCO

RECURSOS GASTRONÓMICOS

MACUM

Son postas de pescado untadas con un adobo de recazo rojo y limón, las cuales se envuelven en hojas de plátano junto con chiles dulces, chiles xkatic, jitomate y cebolla, para ponerlas a cocer a fuego lento en una olla.

FRIJOL CON PUERCO

Es carne de puerco que se pone a cocer junto con frijoles negros y epazote. Para comerlo se sirve el caldo de frijol en un tazón, y en otro plato la carne de puerco y los frijoles; se acompaña con salpicón de rabanitos y salsa de tomate tamlulado.

DULCES

En la península es tradicional la elaboración de dulces con frutas y raíces de la región; con ellos se elaboran cocadas, tamarindos, arepas de yuca, cremita de coco, buñuelos de yuca; o toda una gama de frutas en almibar de azúcar, miel o panela (piloncillo) como: ciricote, grosella amarilla, pepino blanco, ciruela tuxpana, camote, nance, papaya, cocoyol, calabaza, papaya, yuca, icaco, marañón, sidra, raíz de papaya y mas.

PAPADZULES

Son tortillas de maíz rellenas de huevo cocido y enrolladas, las cuales se bañan completamente con una salsa de pepita de calabaza con chile verde y epazote, y se adornan con un poco de chiltomate y aceite de pepita.



ESCULTURA DE PESCADOR



DULCES TÍPICOS



DZIC DE VENADO



FRIJOL CON PUERCO

OFERTA DE SERVICIOS

HOTELES PREMIUM EN CAMPECHE



Hacienda Uayamon

Km. 20 Carretera Uayamón-China-Edzna,
Uayamón, Campeche
📞 (981) 813 0530
www.haciendauayamon.com

Hacienda Puerta Campeche

Calle 59 núm. 71 por 16 y 18,
Campeche, Campeche. CP 24000
📞 (981) 816 7508
<http://www.starwoodhotels.com/luxury/property/overview/index.html?propertyID=1507>

Hotel Casa Don Gustavo

Calle 59 núm. 4, Centro
Histórico, Campeche, Campeche. CP 24000
📞 (981) 811 23 50
info@casadongustavo.com

HOTELES FAMILIARES EN CAMPECHE



Hotel Ocean View Hotel Spa Resort

Avenida Pedro Sainz de Baranda,
Campeche, Campeche. CP 24010
📞 (981) 811 99 91
www.oceanview.com.mx

HOTELES FAMILIARES EN PALIZADA



Cabañas San Román

Carretera Palizada-Santa Adelaida,
Palizada, Campeche. CP 24200
📞 (913) 596 3307
ranchosanroman@yahoo.com.mx

RESTAURANTES PREMIUM EN CAMPECHE



Restaurante de Hacienda Uayamon

Km 20 de Carretera Uayamon-China-Edzná,
Uayamon.
📞 (981) 813 0530
www.haciendauayamon.com

Restaurante de Puerta Campeche

Calle 59 núm. 71 por 16 y 18,
Campeche, Campeche. CP 24000
📞 (981) 816 7508
<http://www.starwoodhotels.com/luxury/property/overview/index.html?propertyID=1507>

Restaurante El Faro del Morro

Avenida Resurgimiento núm. 120,
Campeche. CP 24030
📞 (981) 816 1990
www.elfarodelmorro.com.mx

El Bastión de Campeche

Calle 57 núm. 2^a, Centro,
Campeche. CP 24000

📞 (981) 816 2128
www.elbastion.mx

Restaurante Marganzo

Calle 8 núm. 267, Centro,
Campeche. CP 24000

📞 (981) 811 3899
www.marganzo.com

Restaurante Casa Vieja

Calle 10 núm. 310 Altos
Centro, Campeche. CP 24000

📞 (981) 100 5522
<http://casaviejacampeche.blogspot.com/>

**RESTAURANTES FAMILIARES
EN CAMPECHE****Cenaduría lo Portales**

Calle 10 Plazuela de San Francisco,
Plazuela de San Francisco, Campeche.

📞 (981) 811 1491

Restaurante La Palapa del Tío Fito

Avenida Resurgimiento s/n,
Colonia Lazareto,
Campeche. CP 24040

📞 (981) 816 5918

Restaurante Kiosko del

Parque "El Principal" Centro del Parque
Principal, Campeche. CP 24000

📞 (981) 811 1311

Restaurante La Iguana Azul

Calle 55 núm.11,
Centro. CP 24000, Campeche

📞 (981) 816 3978

OFERTA DE SERVICIOS



RESTAURANTES FAMILIARES EN CHAMPOTÓN

Restaurante "El Timón"

Avenida Carlos Sansores Pérez núm. 34,
Colonia ISSSTE, Champotón. CP 24400
📞 (981) 828 1863

Restaurante La Palapa

Avenida Carlos Sensores Pérez s/n,
Champotón. CP 24400
📞 (982) 110 2964

Restaurante Las Brisas del Boxito

Avenida Carlos Sandores Pérez s/n,
entre 1 y 3, Col. Venustiano Carranza
Champotón. CP 24400
📞 (982) 108 3906



RESTAURANTES FAMILIARES EN PALIZADA

Restaurante Mi Viejo Palizada

Km 1 Carretera Palizada-Jonuta,
Palizada. CP 24200
📞 (913) 365 0586

Restaurante El Grillo Marino

Calle Miguel Hidalgo núm.17,
Centro, Palizada. CP 24200
📞 (913) 365 0296
www.grillomarino.com



HACIENDA UAYAMON

ACTIVIDADES DE LA RUTA

Viajando hacia el Sur, llegamos al estado de Campeche, donde la visita obliga a vivir una experiencia en la ciudad de Campeche, Patrimonio de la Humanidad, y ahí conocer la Casa 6 dónde podrás ver la estructura de las casas antiguas con sus grandes cocinas. Visitaremos Casa Vieja donde podrás aprender cocina maya de la mano de una de las más sabias gastrónomas del lugar, que compartirá técnicas e historias ligadas con los platillos. También tendremos la oportunidad de participar en uno de los rituales de cocina maya. Otro de los talleres de cocina se lleva a cabo en el restaurante El Bastión, donde nos enseñarán los platillos estelares de la hermosa ciudad de Campeche.

Rumbo a Champotón, te deleitarás con su incomparable vista al mar y al llegar podrás degustar, en uno de los establecimientos que se encuentran junto a la playa, los deliciosos ceviches con camarón champotonero; también puedes visitar la empacadora de este crustáceo y conocer todo lo que hay detrás de un sencillo coctel. Digna de recordar es la visita a un cocodrilario en Ciudad del Carmen donde podrás conocer la forma de vida de estos reptiles o, si prefieres, puedes ir al famoso parque botánico donde apreciarás las distintas especies de flora y fauna de esta región.

Trasladándonos al Pueblo Mágico de Palizada encontraremos una actividad única: un recorrido en barco durante el cual, mientras admiramos un paisaje paradisíaco, pescaremos y con la captura cocinaremos un platillo típico de la región. Desembarcaremos en una zona de cultivo para recolectar ingredientes que complementen la exquisita comida que terminaremos de preparar y disfrutaremos durante el regreso en el barco.



HACIENDA PUERTA CAMPECHE



BOTES PESQUEROS © CPTM 7 Foto: Ricardo Espinosa - reo

ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS



TALLER DE COCINA REGIONAL

Para nuestro deleite nos enseñarán recetas características de la tradición culinaria campechanas. En el restaurante El Bastión de Campeche, ubicado en pleno Centro Histórico, se nos demostrará porqué ha tenido éxito desde 1939 gracias a su peculiar sabor y a las recetas que nos serán compartidas.

El Bastión de Campeche

Calle 57 núm. 2^a, Centro, Campeche. CP 24000

📞 (981) 816 2128

www.elbastion.mx

Requiere reservación previa

Cupo máximo: 5 personas



TALLER DE COMIDA DE RITUAL MAYA

Descubre la cocina y los alimentos de un ritual maya que será mostrado en las afueras de la ciudad, con ayuda de campechanas conocedoras sobre sus propia cultura. Se adentrarán en un evento que reavivará tus sentidos y te maravillará con toda la historia que lleva atrás esta hermosa cultura.

Contacto para reservaciones:

Restaurante Casa Vieja,

Calle 10 núm. 310 Altos, Centro,
Campeche. CP 24000

📞 (981) 100 5522

Reservación previa de una semana

Máximo 10 personas mínimo 5 personas.



TALLER DE COCINA REGIONAL

Las clases de cocina siempre nos ayudan a entender el proceso y el trabajo que hay detrás de cada platillo. Conoceremos la cultura de Campeche elaborando platillos tradicionales con ayuda maestra de los encargados de este bellísimo restaurante donde podremos disfrutar al igual la vista del Centro Histórico.

Restaurante Casa Vieja,

Calle 10 núm. 310 Altos,
Centro, Campeche. CP 24000

📞 (981) 100 5522



TALLER DE COCINA REGIONAL

La cocina de Campeche se caracteriza por los pescados y mariscos que se reproducen con mucha facilidad. En el restaurante la Iguana Azul degustaremos platillos tradicionales no sin antes aprender el proceso de cada uno de ellos.

Restaurante La Iguana Azul

Calle 55 núm.11, Centro,
Campeche. CP 24000

📞 (981) 816 3978



TALLER DE COCINA REGIONAL

Cosecha, preparación y elaboración de diferentes recetas típicas de la región recoriendo los huertos propios de la hacienda y asistidos por el chef de su restaurante.

Hacienda Uayamon

Km 20 Carretera Uayamon-China-Edzna,
Uayamon, Campeche.

📞 (981) 813 0530

www.hacienda uayamon.com



TALLER DE COCINA REGIONAL

Taller de Cocina Regional en Barco_En Palizada podremos vivir la experiencia de crear nuestros propios platillos cosechados por nosotros mismos en este pueblo mágico. El taller inicia desde un paseo en barco a lo largo del río Palizada, donde pescaremos nuestros alimentos, llegaremos a una zona de cultivos donde podremos recolectar los ingredientes para finalmente cocinar y degustar.

Contacto:

Dirección de Turismo Municipal en Palizada

Luis Eduardo Garrido

📞 (913) 3650185

TELÉFONOS DE INTERÉS

Emergencias.....066

Cruz Roja Mexicana.....065, (981) 815 2411

Bomberos.....(981) 816 4978

Policía.....(981) 811 9110

Ángeles Verdes078

Secretaría de Turismo Estatal.....(981) 811 9191

BIENVENIDOS A YUCATÁN

LOS INGREDIENTES MESTIZOS DEL MAYAB

Situación geográfica: Se localiza en la porción sureste de México.

Extensión: 39 mil 524 km².

Clima: Máxima 36° C-mínima 16° C.

Población: 1 millón 955 mil 577 habitantes.

Tierra legendaria que ofrece un sinfín de impresionantes sitios arqueológicos, con ciudades coloniales y pueblos mágicos al igual que una infinidad de platillos característicos de la región. Cada municipio destaca por su propia belleza pero une a todos el común denominador de la simpatía y hospitalidad de sus habitantes.

Mérida, tierra noble y leal, rodeada de haciendas llenas de historia, cuyos propietarios cuidan el entorno con conciencia ecológica y siembran frutos como la lima perfumada. La Ciudad Blanca, como también se conoce a la capital yucateca, emana belleza: transitar por el Paseo de Montejo, con su arquitectura francesa y la fusión entre lo maya y lo europeo es un verdadero deleite.

El Pueblo Mágico de Izamal, con sus muros de colores amarillo y blanco y sus calles empedradas, deja sentir la tradición a flor de piel. En la llamada "ciudad de las

tres culturas" es muy fácil dejarse maravillar por el Ex Convento de San Antonio de Padua que comparte el entorno con la zona arqueológica de Izamal, cuyo templo de Kinich Kak Moo se caracteriza por su altura. Su vasta y rica gastronomía enamora los paladares sus visitantes invitándolos a permanecer más tiempo en este hermoso pueblo.

En Maní podremos conocer las casas tradicionales mayas y ver a los habitantes con vestimenta típica, ya que muchos aún conservan sus antiguas costumbres. Hacia Pisté nos acercamos a la imponente zona arqueológica de Chichen Itzá.



MERCADO OTZCUXCAB

LOS INGREDIENTES MESTIZOS DEL MAYAB / RUTAS GASTRONÓMICAS



ACTIVIDADES Y SITIOS DE INTERÉS

ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS

Izamal

1. Taller de cocina en el Restaurante "El Kinich"
2. Apiario de miel melipona de la Hacienda San José Poniente

Mérida

1. Asociación Mexicana especializada en cerdos
2. Hacienda Uayamón
3. Destilería D'Aristi

Maní

1. Mercado Otzcuxcab

ACTIVIDADES TURÍSTICAS

Pisté

1. Zona Arqueológica de Chichén Itzá

Izamal

1. Convento de San Antonio de Padua
2. Centro Cultural y Artesanal Izamal

Mérida

1. Paseo Montejo
2. Centro Histórico
3. Museo de Culturas Populares
4. Museo de Arte Contemporáneo Ateneo de Yucatán
5. Museo de Historia Natural

RECURSOS TURÍSTICOS

LUGARES A VISITAR

- Chichén Itzá.....Domicilio conocido. Zona Arqueológica de Chichén Itzá, Pisté, Tinum, Yucatán.
- Convento de San Antonio de Padua.....Calle 31 núm. 292, Izamal, Yucatán
- Paseo Montejo.....Centro Histórico, Mérida, Yucatán

MUSEOS

- Centro Cultural y Artesanal de Izamal.....Calle 31 núm 201, Centro, Izamal, Yucatán.
Horarios: Martes a Sábado de 10:00 a 20:00 h. Domingo 10:00 a 17:00h
- Museo de las Culturas Populares.....Calle 59, Centro, Izamal, Yucatán.
- Museo de Arte Contemporáneo Ateneo de Yucatán.....Pasaje de la Revolución entre 58 y 60,
Mérida, Yucatán. CP 97000, Horarios: Lunes a Domingo 10:00 a 18:00 h. Cerrado los Martes
- Museo de Historia Natural.....Calle 57 núm. 648, Centro
Mérida, Yucatán. Horarios: Martes a Domingo de 9:00 a 15:00 h.

ALGUNAS FIESTAS TÍPICAS

- Equinoccio..... Dos veces al año, 21 de Marzo y 23 de Septiembre
- Otoño Cultural..... Octubre
- Primavera Cultural del Mayab..... 19 de Marzo al 19 de Abril
- Hanal-Pixan..... 1 y 2 de Noviembre

RECURSOS GASTRONÓMICOS

MIEL DE ABEJA MELIPONA

La miel de Yucatán es muy apreciada por su sabor y calidad, pues es producida por abejas meliponas, que son nativas de la península, y cuya principal característica es que carecen de agujón. Estas abejas se alimentan principalmente de flores de tahonal y dzidzilché, así como de flores de xtabentún, las que le proporcionan su sabor excepcional a esta miel.

NARANJA AGRIA Y LIMA AGRIA FOTO 32

En la península existen dos tipos de cítricos que son muy usados dentro de la preparación de alimentos tradicionales; una es la naranja agria, que es de sabor ácido y se utiliza para disolver recados con los que se adoban carnes, para marinar carnes como el poc chuc, para hacer todo tipo de salsas, ensaladas como el xol chon, y para aderezar platillos como si fuera limón; la segunda es la lima agria, que es de sabor ácido y de cáscara muy perfumada, la cual se utiliza para hacer aguas frescas, para perfumar platillos como la sopa de lima, e incluso para aderezar platillos como si fuera limón.

CHILE HABANERO

Esta variedad de chile es nativa y fue desarrollada en la Península de Yucatán desde la antigüedad; se usa fresco y puede ser de color verde, amarillo, anaranjado o rojo, y es considerado como el chile más picante que existe. Hoy en día cuenta con denominación de

origen chile habanero de la Península de Yucatán y es de uso tradicional en la cocina de la región en salsas y preparaciones como chiltomate, salpicones, toro capón, tamulado, k'utbi p'ak, halachó, sikil pák, kut y xnipec entre otras.

ACHIOTE

Es un árbol pequeño nativo de la península, que produce unas bayas con semillas rojas en el interior que son utilizadas como especia para dar sabor, consistencia y color a las comidas; con estas se elaboran diferentes recados como el rojo y el negro, que son mezclas de especias para adobar carnes y platillos como cochinita pibil, tikinxiic', relleno negro, tamales, chilaquil de frijol o de calabaza, macal en recado, kabic de venado y pato adobado entre otros.



MIEL DE ABEJA MIELPONA



ACHIOTE



LIMA AGRIA

RECURSOS GASTRONÓMICOS

PLATILLOS Y BEBIDAS TÍPICAS

SOPA DE LIMA

Es uno de los platillos mas conocidos de la región y consta de un caldo de pollo aderezado con un sofrito de jitomate, cebolla morada, chile dulce y especias; la cual se adorna con tortilla frita en tiritas y se perfuma con lima agria que es el sabor característico de esta sopa.

COCHINITA PIBIL

Este es el platillo ícono de la región, el cual utiliza uno de los métodos de cocción mas antiguos y tradicionales de México. Consta de carne de puerco adobada con jugo de naranja agria y recado rojo (achiote y especias), y envuelta en hojas de plátano con jitomate y cebolla picada, para después ponerla a cocer dentro de un pib u horno de tierra durante varias horas. Se come en tacos de tortilla de maíz con salsa xnipec u otra.

RELLENO NEGRO

Este es un platillo tradicional que se hace con guajolote, el cual se rellena con carne de cerdo molida y se pone a cocer en un caldillo de recado negro (chile colorado quemado, especias y achiote) con jitomate y epazote, para después servirlo en rebanadas (con los dos tipos de carne) y el kol negro (salsa espesa) que se forma al cocinarlo.

LOMITOS DE VALLADOLID

Es lomo de cerdo el cual se frie y se deja a cocer en su propio jugo con jitomate, oregano, chile seco y chiles habaneros, para después servirlo en rebanadas.

POC CHUC

Son bisteces de cerdo marinados en naranja agria con pimienta, ajo y sal, y luego asados al carbón. Se acompaña con cebolla morada y chiles habaneros asados, jitomate tamulado, frijol colado y tortillas de maíz.

DZIC DE VENADO

Es un salpicón de carne de venado deshebrada con cebolla morada, cilantro, rabanitos, chile verde y naranja agria, el cual se come con tostadas.

XTABENTUN

Este es un licor nativo de la región, el cual se elabora con la planta de xtabentún la cual tiene un sabor anisado, y se endulza con miel de abeja melipona, la cual produce su miel con el nectar de las mismas flores de xtabentún. Se acostumbra tomarlo como digestivo.



COCHINITA PIBIL © CPTM 7 Foto: Ricardo Espinosa - reo

OTROS SERVICIOS



HOTELES PREMIUM EN YUCATÁN

Hacienda Xcanatún

Calle s/n, Comisaría Xcanatún en el km. 12 de la Carretera Mérida, Mérida, Yucatán. CP 97302
📞 (999) 9302140
www.xcanatun.com

Hacienda Misné

Calle 19 núm.172, Fraccionamiento Misné, Mérida, Yucatán. CP 97173
📞 (999) 940 7150
www.haciendamisne.com.mx

Hacienda Temozón

Carretera Mérida-Uxmal Km 182, Temozon Sur, Yucatán. CP 97825
📞 (999) 923 8089
<http://www.starwoodhotels.com/luxury/property/overview/index.html?propertyID=1378>

Hacienda San José

Carr. Tixkokob – Tekanto Yucatán Km 30, Tixkokob, Yucatán. CP 97470
📞 (999) 924 1333
<http://www.starwoodhotels.com/luxury/property/overview/index.html?propertyID=1377>

Hacienda Santa Rosa

Km 129 carretera Mérida Campeche , Santa Rosa, Yucatán. CP 97800
📞 (999) 923 1923
<http://www.starwoodhotels.com/luxury/property/overview/index.html?propertyID=1381>

Hotel The Villa Mérida

Calle 59 núm. 615 A, Centro, Mérida, Yucatán.
📞 (999) 928 8466
www.villamerida.com



RESTAURANTES FAMILIARES EN YUCATÁN

Restaurante El Príncipe Tutul Xiu

Calle 26 núm. 208,
Col. Centro Maní, Maní
📞 (997) 978 4257
www.restaurantetutulxiu.com

Los Almendros

Parque La Mejorada,
Centro Histórico, Mérida.
📞 (999) 923 8135
www.losalmendros.com.mx

Restaurante Kinich de Izamal

Calle 27 núm. 299, Izamal, Yucatán.
📞 (998) 954 0489
www.kinichizamal.com

Restaurante de la Hacienda Xcanatún

Calle s/n, Comisaría Xcanatún
en el km. 12 de la
Carretera a Mérida, Mérida.
📞 (999) 930 2140
www.xcanatun.com

Restaurante de la Hacienda

San José Km. 30 de la Carretera
Tixkokob – Tekanto, Tixkokob.
📞 (999) 924 1333

Restaurante de Hacienda Santa Rosa

Km. 129 de la Carretera Mérida-Campeche,
Santa Rosa.
📞 (999) 923 1923

Restaurante de Hacienda Misné

Calle 19 núm. 172,
Fraccionamiento Misné, Mérida.
📞 (999) 940 7150
www.haciendamisne.com.mx



HACIENDA TEMOZÓN

ACTIVIDADES DE LA RUTA

Continuando el camino hacia la capital de Yucatán, en pos del afamado sazón de su cocina, podrás degustar los deliciosos panuchos y los papadzules en uno de los restaurantes más reconocidos por su tradición y buen sazón: Los Almendros, ubicado en el Centro Histórico de Mérida. Ya que estamos en el centro, es recomendable visitar la Catedral, sin lugar a dudas una de las bellezas de esta impresionante ciudad. Puedes tomar el postre en uno de los negocios más antiguos de Yucatán, los Helados Colón, donde saborearás una exquisita champola con helado artesanal que ellos mismos elaboran. Da una vuelta por el Paseo Montejo, una de las avenidas más hermosas, donde resalta la antigua arquitectura afrancesada de elegantes y preciosas casas. Para incrementar tu acervo de conocimientos gastronómicos te recomendamos tomar una visita guiada a una de las granjas de cerdo pelón dónde verás el sistema que se usa para su producción y cuidado.

D'Aristi es una de las destilerías más famosas de Xtabentún de Yucatán, ofrecen una degustación de sus productos y una visita guiada por las instalaciones donde se elabora esta célebre bebida.

Tierra adentro de la Península nos trasladamos a Maní, dónde el platillo más memorable, el PocChuc, cobra cuerpo en el restaurante El Príncipe TutulXiu; acompañaalo con salsa de habanero, cebollitas marinadas

en naranja agria y lima y tortillas hechas a mano. A veinte minutos de ahí se encuentra el Mercado de Oxutzcab donde verás destacar a las mujeres con su huipiles y rebozos rodeadas de perfumadas flores e ingredientes que sólo aquí encontrarás.

En el Pueblo Mágico de Izamal podrás visitar la Parroquia franciscana y su convento de color amarillo tan representativo y con vitrales esplendorosos, difíciles de olvidar. De ese pueblo puedes llevar un inolvidable recuerdo participando en el taller de cocina del restaurante Kinich, en una extensa palapa con ambiente yucateco y decorada con esculturas, donde aprenderás a elaborar platillos originarios de esta localidad. Allí podrás probar la miel melipona entre otros productos nativos. Una visita más puede ser al apíario de miel melipona en la Hacienda San José para aprender acerca de la producción de miel de esta singular abeja sin aguijón. Luego continuaremos nuestro recorrido, ahora rumbo a Pisté, pueblo pintoresco que da entrada a la zona arqueológica de Chichen Itzá y el cenote Ikil, en cuyas aguas transparentes podrás sumergirte.



TAMALES YUCATECOS © CPTM 7 Foto: Ricardo Espinosa - reo

RECURSOS GASTRONÓMICOS



TALLER DE COCINA

El pueblo mágico de Izamal sin duda es un magnífico lugar en donde encontraremos un restaurante de gran tradición, no se podrán perder de platillos yucatecos los cuales podremos elaborar con la ayuda de la encargada de este magnífico restaurante.

Restaurante "El Kinich"

Calle 27 núm 299 entre las calles
28 y 30, Izamal.
☎ (998) 954 04 89

APIARIO MIEL MELIPONA

La Hacienda de San José es un lugar para disfrutar en un ambiente muy relajado del hermoso clima yucateco. Aquí conoceremos el procedimiento para la extracción de miel melipona, una de las más ricas y raras ya que la abeja que la produce no tiene aguijón. La hacienda, aledaña a la zona arqueológica de Chichén Itzá, está a tan sólo treinta minutos de la ciudad de Mérida y a veinte de Izamal.

Hacienda San José Poniente, Izamal

☎ (998) 954 0489



DESTILERÍA D'ARISTI

Vive la experiencia de una visita guiada por las instalaciones de una destilería de gran tradición, donde podrás observar los procesos que llevan a la creación de Xtabentún, la tradicional bebida yucateca.

Calle 16 núm. 240,
Colonia Vista Alegre, Mérida.
☎ (998) 943 0218
☎ (998) 943 0219
www.xtabentun.com



ASOCIACIÓN MEXICANA ESPECIALIZADA EN CERDOS CRIOLLOS

El cerdo criollo mexicano o cerdo pelón es uno de los animales autóctonos que se han intentado preservar en nuestro país. En Mérida visitaremos una granja que ha tenido éxito en la reproducción de este animal y en la difusión de las bondades de su carne.

Calle 31 entre las calles 78 y 80,
Ciudad Caucel Las Torres, Mérida.
☎ (999) 143 91 12



MERCADO DE OTZCUX CAB

Visita este mercado ancestral en la región de Otxcuxcab donde verás un sinfín de productos gastronómicos y serás atendido por comerciantes locales vestidos con sus trajes tradicionales. Se encuentra en el centro de Otxcuxcab, rumbo a Maní. Otxcuxcab, Yucatán.

TELÉFONOS DE INTERÉS

Policía Municipal.....(999) 942 0060

Protección Civil.....(999) 928 8311

Policía Turística.....(999) 942 0060

Cruz Roja Mexicana.....065

Ángeles Verdes.....(999) 983 1184

Bomberos.....(999) 924 9242

Secretaría de Turismo Estatal.....(999) 930 37 65

BIENVENIDOS A QUINTANA ROO

LOS INGREDIENTES MESTIZOS DEL MAYAB

Situación geográfica: Se localiza en la porción sureste de México.

Extensión: 44 mil 705 km²

Clima: Máxima 33°C- mínima 17°C.

Población: 1 millón 325 mil 578 habitantes.

Reconocido por sus hermosas playas y paisajes que reflejan tranquilidad, Quintana Roo es un estado el que floreció la cultura maya, reflejada en su arquitectura, historia y tradiciones. El Caribe Mexicano, del que Quintana Roo forma parte, tiene mucho que ofrecer gracias a la riqueza de sus ecosistemas; Cancún es el principal destino de elección de muchos turistas y desde aquí puede conectarse con el paraíso terrenal de Isla Mujeres. Los encantos de esta bella isla revelan la pasión y el orgullo de los lugareños por sus raíces, que se caracterizan por su gran calidez y su auténtico sabor caribeño. Lugar de arrecifes y ruinas mayas con gran historia, como el Templo de Ixchel dedicado a esa diosa maya en Playa Garrafón, donde también se encuentra un área especial para buceo y bellísimos arrecifes con actividades que te contactarán con la naturaleza. Encontraremos Punta Sur justo en la parte más alta de la isla, en donde tocan los primeros rayos del sol. Aquí te maravillará la belleza de la bahía de Isla Mujeres y te conmoverán las leyendas de sus sitios arqueológicos.



PUNTA SUR



CHICOZAPOTE

LOS INGREDIENTES MESTIZOS DEL MAYAB / RUTAS GASTRONÓMICAS



ACTIVIDADES Y SITIOS DE INTERÉS

ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS

Cancún – Isla Mujeres

1. Taller de cocina tradicional
2. Tortugranja
3. La Casa del Tikin-Xic

ACTIVIDADES TURÍSTICAS

Isla Mujeres

1. Punta Sur
2. Museo Capitán Dulché
3. Museo de Arte Popular Mexicano
4. Casa del Buceo

RECURSOS TURÍSTICOS

LUGARES A VISITAR

- Granja de Tortugas.....Km. 5 de la Carretera Sac-Bajo Fraccionamiento Mar Turquesa,
Isla Mujeres, Quintana Roo. CP 74000
- Punta Sur.....Avenida Rueda Medina núm. 130, Isla Mujeres, Quintana Roo

MUSEOS

- Museo.....Km. 4.5 de la Carretera El Garrafón Lote 12, Isla Mujeres, Quintana Roo.
- Museo de Arte Popular Mexicano.....Km 4 Boulevard Kikucan, Cancún, Quintana Roo

ALGUNAS FIESTAS TÍPICAS

- Regata de Sol a Sol (Isla Mujeres).....Último Jueves de Abril
- Fiesta del Tiburón Ballena15 al 19 de Julio
- Carnaval.....Primer Domingo anterior al primer Miércoles de ceniza

QUINTANA ROO



PUNTA SUR

RECURSOS GASTRONÓMICOS

PLATILLOS Y BEBIDAS TÍPICAS

CARACOL DE MAR

Uno de los alimentos mas tradicionales de las costas de Quintana Roo es el caracol de mar, de los que hay muchas variedades como caracol rosado, blanco, rojo, negro y chivitas. Estos se preparan generalmente en ceviche y también en buut' negro.

LANGOSTA

La langosta es otro de los productos del mar muy apreciados en la zona, la cual se prepara en ceviche, en dzacol, en tacos y asada.

PESCADOS

Las costas de Quinta Roo cuentan con toda una gama de pescados como cazones, jureles, rayas, bagres, boquinetes, marlin blanco, barracudas, lisas meros, picudas y rayadas entre otros, los cuales se preparan de diversas formas como en machuc, dzic, empanadas, chilmole, albondigas, tikinxíic', chechac, pooc chuuc, ceviche y pipián.

CHICLE Y CHICOZAPOTE

El chicle o goma de mascar es un producto nativo de México desde épocas prehispánicas, es la resina del árbol de chicozapote, y fue Thomas Adams quién lo industrializó y lo dió a conocer fuera de nuestro país

en 1869. Es así, que el chicle natural fue uno de los recursos mas explotados de Quintana Roo, hasta que con el tiempo fue sustituido por gomas sintéticas; aunque hoy en día se ha vuelto a explotar como un producto orgánico, y esta al alcance del público bajo la marca Chicza en diferentes tiendas de Quintana Roo. Otro producto de este mismo árbol es el chicozapote (fruto), de color café y sabor dulce, el cual es muy apreciado en la región.

FRUTAS

Otro de los atractivos gastronómicos de Quintana Roo es la gran diversidad de frutas típicas que en el estado se producen como guayas, nanches, sac pah (nanche agrio), saramullo, pox, caimito, marañón, fruta de pan, pitahaya, sircote, lima agria, naranja agria, cocoyol, grosella amarilla, coco, piñuelas, chicozapote, ramón, uvas de mar y papayitas de monte entre muchas otras, las cuales están al acceso en los mercados tradicionales.

TIKINXIIC'

Esta es una técnica para preparar pescado, en la cual este se abre en forma de mariposa y se adoba con recado rojo (achiote, naranja agria y especias), para después ponerlo a asar a las brasas sobre una hoja de platano.



PITAHAYA



SARAMULLO



NANCHE COLORADO



TZACOL DE LANGOSTA

RECURSOS GASTRONÓMICOS

CEVICHE

Es pescado crudo cocido con jugo de limón al que se le agrega jitomate, cebolla morada, chile habanero y cilantro picados. Este también se acostumbra hacerlo con pulpo, camarón, langosta y caracol, y se come acompañado con tostadas.

TAMALES COLADOS

Son tamales de masa de maíz, la cual se cuela en una manta de cielo lo cual hace que la masa sea muy blanca y tersa, y al momento de cocerlos los tamales envueltos en hojas de platano, se esponjen y queden con una textura muy delicada. A estos tamales aveces se les agrega carne, y se bañan con salsa de chilito-mate.

SAK PAH

Son nanches silvestres los cuales son de color blanco y sabor acido, los cuales se preparan curados en salmuera con chile seco y se comen como botana.

POZOL CON COCO

Esta bebida se prepara con maíz cocido el cual se muele con coco para después diluirlo en agua. Se sirve frio en jicara y con cuchara para poder comer el asiento.



SAK PAH



MARAÑÓN

QUINTANA ROO



TIKIN XIC

OFERTA DE SERVICIOS



HOTELES PREMIUM EN ISLA MUJERES

Hotel Secreto

Sección Rocas Lote 11,
Punta Norte, Isla Mujeres,
Quintana Roo. CP 77400
 (998) 877 1039
www.hotelsecreto.com

Beach Hotel Na Balam

Calle Zazil Ha núm. 118,
Playa Norte, Isla Mujeres,
Quintana Roo. CP 77400
 (998) 881 4770
www.nabalam.com

Villa Rolandi

Fraccionamiento Laguna Mar,
Manzana 75 Lotes 15 y 16 ,
Carretera Sac-Bajo, Isla Mujeres,
Quintana Roo. CP 77400
 (988) 999 2000
www.villarolandi.com/es/

Hotel Playa La Media Luna

Sección Rocas lote 9 y 10,
Punta Norte, Isla Mujeres, Quintana Roo.
 (988) 877 0759
www.playamedialuna.com



Casa Ixchel

Avenida Jesús Martinez Ross,
Manzana 98 Lote-05,
Isla Mujeres , Quintana Roo.
 (988) 888 0170
www.casaixchelisla.com

HOTELES PREMIUM CANCÚN

Hotel Casa Turquesa

Km. 13.5 del Blvd. Kukulkan,
Zona Hotelera, Cancún,
Quintana Roo. CP 77500
 (998) 193 2260
home.casaturquesa.com/

Le Blanc

Kukulkan núm. 10, Zona Hotelera,
Cancún, Quintana Roo.
 (998) 881 4740
www.leblancsparesort.com

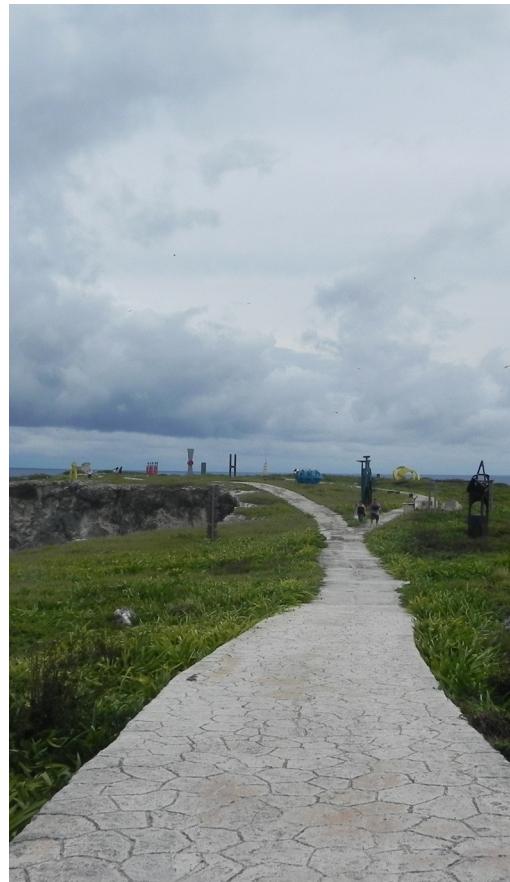


RESTAURANTES FAMILIARES ISLA MUJERES

Hacienda Gomar
Playa Indios,
Isla Mujeres.

Restaurante Tortilla Real Maya
Avenida Rueda Medina sm-001,
Manzana 5 Lote-013,
Isla Mujeres. CP 77400
📞 (998) 877 1842

Zama Beach & Lounge
Carretera Zac Bajo s/n,
Colonia Puerto de Abrigo,
Isla Mujeres. CP 77400
📞 (998) 877 07 39
eventos@islamujeres.com



PUNTA SUR

ACTIVIDADES DE LA RUTA

La ruta de los Ingredientes Mestizos del Mayab tiene una diversidad en ecosistemas, cultura y arqueología, que marca la diferencia. La experiencia inicia en Cancún, Quintana Roo, en un taller de cocina en compañía del chef Federico López quien lo impartirá y nos deleitará con recetas tradicionales de la región.

Después nos trasladaremos en ferry o catamarán a Isla Mujeres en la que podrás apreciar la gama de los distintos tonos azules del mar, paseando confortablemente en un carro de golf. Tras un encantador paseo, podrás degustar el platillo típico de Quintana Roo, el "pescado a la Tikin Xic", en el restaurante tradicional La Casa del TikinXi" que tiene su propia playa. Allí, en su cocina abierta, admirarás como se elabora este plato lleno de sabor y tradición.

Después de la deliciosa comida, no puedes perderte la granja de tortugas, en donde conocerás las características de estos admirables animales que hoy en día se encuentran en peligro de extinción. Posteriormente conocerás el Museo de Marina "Capitán Dulché" y luego Punta Sur, el punto más lejano al sur de la República Mexicana. Si quieras relajarte, vale la pena ir a "Zama", un club de playa alejado del centro, que te ofrece toda la tranquilidad y paz que necesitas degustando los platillos típicos de la región. Por cierto no dejes de visitar la zona arqueológica dedicada a la diosa maya Ixchel en Punta Sur.



HAMACAS © CPTM 7 Foto: Ricardo Espinosa - reo



NADO CON DELFINES © CPTM 7 Foto: Ricardo Espinosa - reo

ACTIVIDADES DE LA RUTA



TALLER DE COCINA TRADICIONAL

En este taller viviremos la experiencia de cocinar junto al chef Federico López platillos tradicionales de la gastronomía quintanarroense, que ampliará nuestra perspectiva cultural.

Gourmands & Gourmets

Sunyachén 64-B, esquina Yaxchilán
Manzana 6, SM 25, Cancún. CP 77500

📞 (998) 898 4613



LA CASA DEL TIKIN-XIC

Palapa frente a la playa donde podremos degustar el platillo más representativo de la isla, el pescado a la tikin-xic. Su cocina se encuentra apartada del restaurante y tiene grandes ventanas para observar la elaboración y cocción de este platillo, ya que cuenta con un horno de piedra donde se colocan las piezas de pescado marinadas.

Km 4.6 Playa Lancheros, Isla Mujeres. CP 77400
📞 (998) 274 0018

<http://www.playalancheros.blogspot.com/>
playalancheros@gmail.com



AH CACAO

En esta tienda gourmet encontrarás toda una gama de productos elaborados con cacao criollo, vainilla y café mexicanos de la más alta calidad: chocolates 70% cacao, cocoa, cacao tostado, chocolate caliente, chocolate picante en agua, cafés, helados, vainilla natural, extracto de vainilla; almendras, pasitas y café cubiertos de chocolate; molinillos para pre-

parar chocolate tradicional maya y muchos productos más.

Km. 4 de la Carretera a Garrafón
Fraccionamiento Laguna Macax Sac Bajo,
Isla Mujeres. CP 77400
📞 (998) 888 0705



CASA DEL BUCEO

Como actividad sugerida se encuentra la Casa del Buceo, dónde podrás realizar diferentes actividades como snorquelear, observarás la vida silvestre y marina, acuarios y practicarás diferentes actividades que te permitirán identificarte con la fauna del lugar.

Prolongación del Aeropuerto,
Colonia Electricistas,
Isla Mujeres. CP 77400
📞 (998) 201 8924
www.casadelbuceo.com
info@casadelbuceo.com



TORTUGRANJA

Criadero en donde será explicado el desarrollo y crecimiento de las tortugas con lujo de detalles. También encontrarás otras especies marinas que te maravillarán con sus colores y estilo de vida.

Km. 4 de la Carretera a Garrafón
Fraccionamiento Laguna Macax Sac Bajo,
Isla Mujeres.
CP 77400
📞 (998) 888 0705

TELÉFONOS DE INTERÉS

Seguridad publica.....(998) 999 00 51

Seguridad Pública.....(998) 999 0051

Bomberos.....(998) 877 0098

Cruz Roja Mexicana.....(998) 877 0280

Secretaría de Turismo Estatal.....(998) 881 90 00

Fideicomiso de Promoción Turística Isla Mujeres....(998) 877 17 95