



**GOBIERNO DE
MÉXICO**

TURISMO
SECRETARÍA DE TURISMO



COCINA
TRADICIONAL MEXICANA
Para el Turismo de Romance



HIDALGO
PRIMERO EL PUEBLO
— 2022-2028 —

TURISMO
SECRETARÍA DE TURISMO

**OFELIA
MONROY
GACHUZ**

**“UN
RINCONCITO
CON SABOR”**

**COCINA
TRADICIONAL**



“Un rinconcito con Sabor. Cocina Tradicional” es un espacio lejos de la civilización, donde el turista se adentra a la naturaleza y a la gastronomía tradicional. Los platillos que preparamos son completamente libres de químicos, se utiliza principalmente lo que se siembra, como nopales, quelites, gualumbos, flor de palma, maíz, garambullo, verdolagas, flor de calabaza, entre otros; o bien, lo que nace en la región, por ejemplo, los insectos comestibles como los xamues, escamoles, chinicuiles y chicharras, por decir algunos. Todos los platillos son ancestrales, pues han sido herencia de nuestras abuelitas; del mismo modo, su valor cultural es amplio, ya

que la familia se apoya para recolectar los ingredientes en el campo y en la preparación de los alimentos. Además, al ser elaborados con ingredientes naturales, son ricos en vitaminas y proteínas.

La comida tradicional que se prepara en el Valle del Mezquital es única, diferenciándose de otros por su proceso de elaboración, que es completamente tradicional y ancestral; los ingredientes se muelen en el metate, las tortillas se elaboran a mano, se acostumbra cocinar en el fogón, ya que le da un sabor especial a la comida, y se sirve en platos de barro.



COCINERA TRADICIONAL

REGIÓN

Valle del Mezquital

TIPO DE COCINA

Cocina Tradicional Hidalguense

TIPO DE SERVICIO

Estación de alimentos

Servicio de buffet

Menús de tiempos o emplatado

Repostería

Bebidas

SERVICIOS ADICIONALES

Meseros

Equipamiento de mesa

Mobiliario

CAPACIDAD MÍNIMA

5 personas

CAPACIDAD MÁXIMA

250 personas

RESTRICCIONES ALIMENTICIAS

El servicio puede ser ajustado, en algunos casos, para restricciones alimenticias y/o alergias



CONEJO BORRACHO EN MIXIOTE

El conejo borracho es un platillo típico y tradicional del Municipio de Santiago de Anaya. Consiste en marinar las piezas del conejo con pulque de la región y prepararlo en forma de mixiote con nopales y salsa de chile mulato, guajillo y chile ancho; se le agregan algunas especies como comino, clavo y sal. Se acompaña de gorditas de quintonil (especie de hierba comestible) al vapor con un poco de manteca. Este platillo es rico en sabor y proteínas; se prepara generalmente en fiestas, cumpleaños o eventos de la comunidad por tradición que ha pasado de generación en generación.

CONEJO BORRACHO EN MIXIOTE



TIPO DE COCINA
Tradicional hñähñu

REGIÓN
Valle del Mezquital

TIEMPO DE PREPARACIÓN
1 hora con 30 minutos

**PERSONAS QUE INTERVIENEN
EN SU PREPARACIÓN**

2 personas

NOTAS

Contiene carne





TORTITAS DE GUALUMBOS EN SALSA DE NUEZ

Las tortitas de gualumbo se preparan principalmente en los meses de abril, mayo y junio, fechas en las que sale la flor del maguey. Las tortitas se cocinan en salsa de nuez, chile mulato, guajillo y se capean con huevo de rancho. Esta receta es ancestral, ya que desde nuestros antepasados la preparaban para comer; por su sabor, con el tiempo, se incluyó también en eventos festivos como parte del menú.

TORTITAS DE GUALUMBO EN SALSA DE NUEZ



TIPO DE COCINA

Valle del Mezquital

REGIÓN

Tradicional hñähñu

TIEMPO DE PREPARACIÓN

1 hora con 30 minutos



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

2 personas

NOTAS

Contiene nueces y cacahuates

No contiene carne



BARBACOA

La mejor barbacoa es la del estado de Hidalgo, principalmente la de Santiago de Anaya. Este platillo suele elaborarse en fiestas o eventos grandes, como bodas, bautizos, presentaciones, graduaciones, entre otros.

Es muy laborioso el modo de preparación, pues la carne se cuece en un horno bajo la tierra por 7 horas, aproximadamente.

Se lava y prepara el borrego, los ingredientes para el consomé son garbanzo, zanahoria, ajo, cebolla, arroz y sal. Se coloca el cazo del consomé en el horno bajo tierra, encima se pone una parrilla para colocar la carne, se tapa con costales, penca y tierra. Después de 7 horas, se destapa el horno y se sirve. Este platillo en la época prehispánica se preparaba con carne de venado; después de la conquista, fue sustituido por la carne de borrego y consumido por los españoles en sus festividades. Con el tiempo y por su costo, solo se preparaba en celebraciones como cumpleaños, bodas, entre otros.

BARBACOA



TIPO DE COCINA
Tradicional hñähñu

REGIÓN
Valle del Mezquital

TIEMPO DE PREPARACIÓN
10 horas



**PERSONAS QUE INTERVIENEN
EN SU PREPARACIÓN**

5 personas

NOTAS

Contiene carne



MOLE VERDE

El mole verde es un platillo muy típico y tradicional del Estado de Hidalgo. Nosotros lo elaboramos desde cero, moliendo todos los ingredientes, como son lechuga, tomate, chile verde y cilantro; además, se le agrega comino, ajonjolí, sal y caldo de pollo. Todo se sazona hasta lograr la consistencia del mole. Es un platillo de sabor muy rico, se acompaña con arroz rojo y frijoles. En las comunidades aún se acostumbra que en las festividades se ofrezca no solo barbacoa, como plato fuerte, si no también mole y carnitas.

MOLE VERDE



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

2 personas

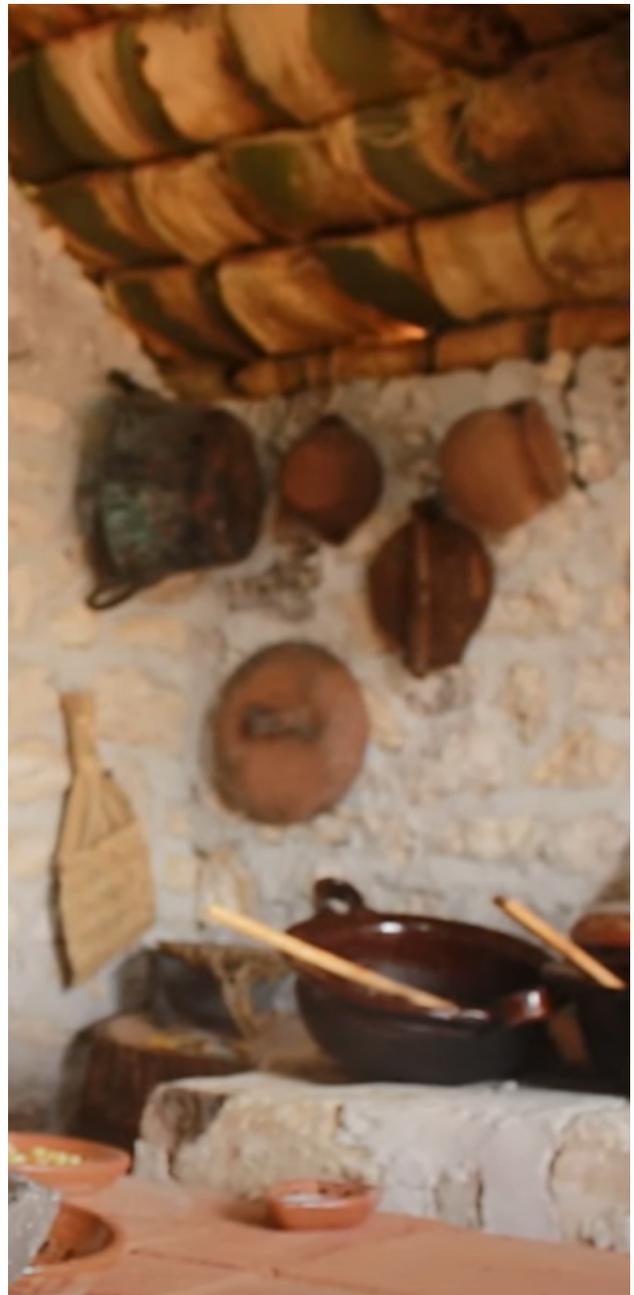
NOTAS

Contiene carne

TIPO DE COCINA
Tradicional hñähñu

REGIÓN
Valle del Mezquital

TIEMPO DE PREPARACIÓN
2 horas



PRÁCTICAS

INCLUSIÓN

Los insumos que se utilizan para la elaboración de la mayoría de los platillos, se adquieren con personas del mismo municipio, con el fin de fomentar el crecimiento económico local, además de que obtenemos productos de calidad.

Por otra parte, recolectamos por nuestra cuenta otros ingredientes como insectos, maíz, entre otros; esta actividad la hacemos en familia, ya que nosotros conocemos el proceso de recolección o extracción, cuidando siempre de la flora y fauna que tenemos en la región.



SOSTENIBILIDAD

Como originarios del municipio, nos preocupamos por la estabilidad ecológica que tenemos, es por ello que nos capacitamos para mantener viva la flora y fauna, para no llegar en algún momento a tener problemas de extinción; por lo cual, sembramos y cuidamos magueyes, garambullos, mezquites, etc. Cuando extraemos un nido de escamol, tapamos nuevamente el nido para que éstos no se mueran.

En el caso de los animales silvestres no los cazamos, todos los animalitos los compramos en las Unidades de Manejo para la Conservación de la vida silvestre (UMA´s). Las UMA´s son predios de propietarios o poseedores que voluntariamente los destinan al aprovechamiento sustentable de las especies silvestres que ahí habitan. Asimismo, dan respuesta a la necesidad de conservar la biodiversidad y dar impulso a la producción y el desarrollo socioeconómico del país. De igual manera, contamos con criaderos de gallinas de rancho, conejos, borregos y guajolotes.



CONTACTO

TELÉFONO

772 134 9222

CORREO ELECTRÓNICO

ofeliamonroygachuz@gmail.com

REDES SOCIALES

FB: Ofe Monroy

DOMICILIO

Manzana 1, Sección Norte, Carretera el
Vixtha, 42620, Santiago de Anaya, Hidalgo.

LUISA ANAYA PÉREZ "COCINA DE LUISA. COCINANDO CON AMOR"

La comida tradicional del Valle del Mezquital, en especial la de Santiago de Anaya, es única en el proceso de preparación; en lo personal, quien me enseñó a cocinar estos platillos fue mi mamá. La técnica que se utiliza es el horneado en la tierra; el moler en el metate los ingredientes para la salsa; moler en el nixtamal; hacer tortillas a mano y cocinar en el fogón con leña, todo esto le da otro sabor a la comida. Los ingredientes que utilizo siempre son de temporada y endémicos de mi municipio, como es el gualumbo, flor de sábila, nopales, quintoniles, maíz, calabaza, malvas, entre otros.

Por lo que respecta a la carne que utilizo en mis platillos, el conejo es uno de los más representativos. Para mí, cocinar conejo me recuerda a mi niñez; cada que mis papás llegaban del pastoreo y por suerte



encontraban un conejo, con mis hermanos nos poníamos felices, porque sabíamos que íbamos a comer un manjar. Desde mis antepasados era habitual que, de manera periódica, se consumiera conejo, mismo que se cazaba en el monte por mi padre. Posteriormente, ante la escasez, de manera natural, solo se preparaba en eventos especiales y celebraciones sociales. Costumbre que continúa actualmente.

No es muy común asistir a una fiesta grande y que nos sirvan conejo, es por ello que mis platillos son únicos, desde el modo de su preparación, hasta el momento de degustar.



COCINERA TRADICIONAL

REGIÓN

Valle del Mezquital

TIPO DE COCINA

Cocina Tradicional

TIPO DE SERVICIO

Estación de alimentos

Servicio de buffet

Menús de tiempos o emplatado

Repostería

Bebidas

SERVICIOS ADICIONALES

Meseros

CAPACIDAD MÍNIMA

3 personas

CAPACIDAD MÁXIMA

300 personas

RESTRICCIONES ALIMENTICIAS

El servicio puede ser ajustado, en algunos casos, para restricciones alimenticias y/o alergias



CONejo HORNEADO RELLENO CON FLORES SILVESTRES

Este platillo es ancestral y muy rico en sabor, al estar preparado con las flores silvestres que nos regala el campo como lo es la flor de gualumbo, la flor de palma, quelites, nopales y flor de sábila. El conejo se baña con una salsa preparada con tres diferentes chiles. Su proceso de elaboración es artesanal, pues los chiles se muelen en el metate.

Una vez relleno el conejo con la mezcla de flores, se entierra en el horno caliente, con suficiente leña.

Nuestros antepasados cocinaban este platillo cuando hacían fiestas grandes e importantes, muchas veces por su costo o por su disponibilidad en el mercado.

Al no ser muy común cocinar este platillo, las personas tienden a celebrar sus eventos con ricos manjares como es el conejo, borrego, chivo o puerco.

CONEJO HORNEADO RELLENO CON FLORES SILVESTRES



TIPO DE COCINA

Tradicional

REGIÓN

Valle del Mezquital

TIEMPO DE PREPARACIÓN

5 horas



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

2 personas

NOTAS

Contiene carne



CONEJO EN SALSA DE XOCONOSTLE

El conejo en salsa de xoconostle es un platillo típico, ancestral y muy rico en sabor.

El principal ingrediente es el conejo, el cual se sazona en una salsa de xoconostle (fruto que se da en los nopales, principalmente en el mes de julio, similar a una tuna), con chile guajillo y chile morita.

Este platillo es otra opción para degustar en eventos especiales.

TIPO DE COCINA

Tradicional

REGIÓN

Valle del Mezquital

TIEMPO DE PREPARACIÓN

5 horas

PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

2 personas

NOTAS

Contiene carne

PRÁCTICAS

INCLUSIÓN

Los platillos que realizamos en la cocina tradicional ayudan a mejorar las condiciones de salud de quien lo consume, ya que están elaborados con la flora natural que se cosecha por los mismos productores de la región. De este modo, estamos creando que la economía local aumente, no comprando en tiendas departamentales o foráneas.

Cuando acudimos por la recolección de la flora, lo hacemos en familia; de esta forma, preservamos nuestras tradiciones y cultura, para que las nuevas generaciones como son nuestros hijos, nietos y sobrinos, conozcan el modo de recolección de insectos como los escamoles y los chinicuiles, o la extracción del aguamiel desde el fondo del corazón del maguey para, posteriormente, ser procesado en los tinacales y obtener pulque.



SOSTENIBILIDAD

Los ingredientes e insumos que utilizamos para la preparación de los platillos son naturales, propios del campo, que se adquieren con productores locales; del mismo modo, tenemos la responsabilidad social y ambiental por conservar la flora, por lo que nos encargamos de sembrar y plantar algunos de nuestros insumos.

Los animalitos no los cazamos, siempre los compramos en las UMAs (unidades de Manejo Ambiental). Éstas son espacios de producción de ciertas especies de flora y/o fauna, compatibles con la conservación de la vida silvestre, que se dedican a criar animales y plantas para vender y evitar la explotación ilegal.



CONTACTO

TELÉFONO

772 131 8355

REDES SOCIALES

FB: Luisa Anaya Pérez

DOMICILIO

Calle Venustiano Carranza 280, Mz. DECA
2, Loc. Yolotepec, 42630, Municipio
Santiago de Anaya, Hidalgo.

El contenido y las fotos publicadas en este documento fueron proporcionadas por las empresas y proveedores que integran el presente catálogo. Todos los contenidos de este documento están sujetos a derecho de autor.

AÑO DE ELABORACIÓN 2024



**GOBIERNO DE
MÉXICO**

TURISMO
SECRETARÍA DE TURISMO

La edición, diseño y desarrollo de este catálogo se realizó con el apoyo de:

Secretaría de Turismo del Gobierno de México

Lic. Miguel Torruco Marqués

Secretario de Turismo del Gobierno de México

Mtro. Humberto Hernández Haddad

Subsecretario de Turismo

Mtro. Mauricio Aarón Reyna Guerrero

Titular de la Unidad de Innovación y Política Turística

Ing. Jorge Vázquez Valdés

Director General de Innovación del Producto Turístico

Lcda. Paulina Domínguez Aguilar

Directora de Segmentos Especializados y Apoyo a la Comercialización

pdominguez@sectur.gob.mx

5530026300 Ext 6325

Lcda. Claudia Patricia Girón Ortíz

Subdirectora de Segmentos Especializados

cpgirono@sectur.gob.mx

5530026300 Ext 6308

Lcda. Adriana Aguilar Gallardo

Directora de Desarrollo de Turismo Cultural y de Salud

aaguilar@sectur.gob.mx

5530026300 Ext 6307

Lcda. Mónica Rebeca Martínez Fuentes

Jefe de Departamento de Turismo Cultural

mrmartinezf@sectur.gob.mx

5530026300 Ext 6318

www.sectur.gob.mx

Secretaría de Turismo del Estado de Hidalgo

Mtro. Jorge Alejandro Vega Moctezuma

Subdirector de Impulso a Programas Turísticos Especiales

alejandrov@hidalgo.gob.mx

s-turismo.hidalgo.gob.mx

(771) 718 4489

Destination Wedding Specialist Association

info@dwspecialistassn.com

www.dwspecialistassn.com



HIDALGO
PRIMERO EL PUEBLO
— 2022-2028 —

TURISMO
SECRETARÍA DE TURISMO



Destination
Wedding
Specialist
Association