



GOBIERNO DE
MÉXICO

TURISMO
SECRETARÍA DE TURISMO



COCINA
TRADICIONAL MEXICANA
Para el Turismo de Romance
PUEBLA



Secretaría
de Turismo

TERESA JAIMEZ HERNANDEZ

COCINA TRADICIONAL “DOÑA TERE”

La cocina tradicional de Tlatlauquitepec es una mezcla de prácticas prehispánicas y métodos traídos de otros países. Se destaca por poseer una de las identidades culinarias más diversas de la región, al contar con platillos como el mole ranchero, mole de hongos, los tlayoyos, el mole de guajolote, la torta de camarón, el chilpozontle y sus carnes ahumadas, mismos que se suelen servir durante la Semana Santa, fiestas de la comunidad o eventos especiales como bodas.

La técnica utilizada para elaborar la comida de Tlatlauquitepec es la cocina tradicional de humo que se compone por fogones de leña, comales, piezas de barro y muros de adobe. Nuestras tradiciones culinarias incluyen el uso de legumbres, quelites, maíz, frutos y carnes, así como métodos ancestrales que, hasta el día de hoy, se transmiten de generación en generación; a ello, se suma el hijo de Doña Tere quien es chef y ha incluido técnicas modernas en algunos platillos.





COCINERA TRADICIONAL Y CATERING

REGIÓN

Tlatlauquitepec, Sierra nororiental

TIPO DE COCINA

Cocina de Tlatlauquitepec

TIPO DE SERVICIO

Banquete tipo cóctel

Servicio de buffet

Bebidas

SERVICIOS ADICIONALES

Mobiliario

Meseros

Equipamiento de mesa

CAPACIDAD MÍNIMA

5 personas

CAPACIDAD MÁXIMA

60 personas

RESTRICCIONES ALIMENTICIAS

El servicio puede ser ajustado para restricciones alimenticias y/o alergias



TLAYOYOS

Tortilla de maíz gruesa ovalada rellena de alverjón, chile y hoja de aguacate que se cocina en el comal. Se sirven acompañados de salsa, cebolla y queso.

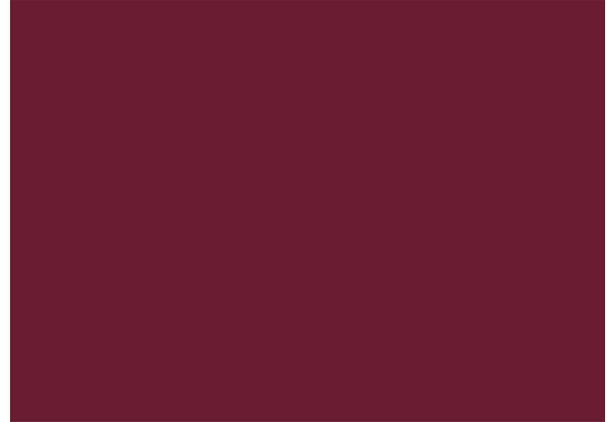
El tlayoyo, también conocido como “tlacoyo”, es un platillo típico del municipio de Tlatlauquitepec. Proviene de los vocablos náhuatl “Taol” que significa maíz y “Yotl” que significa corazón, o sea ‘corazón de maíz’ es por eso que hoy se conoce como “Bocado del Corazón”. Se cree que el origen de este antojito se remonta a la época prehispánica, donde se preparaban tortillas grandes y gruesas. Estas tortillas se cocinaban sobre comales de barro o piedra caliente.

Este antojito mexicano ha logrado mantenerse a lo largo de las generaciones gracias a su versatilidad y adaptabilidad. Además, se ha convertido en una parte importante de las tradiciones culinarias de muchas familias mexicanas y se sigue transmitiendo de generación en generación.

Este delicioso alimento se cocina en la familia de Doña Tere desde hace varias generaciones, por lo que hoy se le reconoce en su municipio por la elaboración de sus tlacoyos, los cuales también se pueden disfrutar en otros estados, ya que gracias al uso de técnicas de conservación, se pueden llevar sus sabores a distintos lugares del país.

Algunas familias suelen servir los tlacoyos como platillo de entrada en eventos sociales como cumpleaños.

TLACOYOS



TIPO DE COCINA

Cocina mexicana

REGIÓN

Sierra nororiental

TIEMPO DE PREPARACIÓN

3 horas



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

2 personas

NOTAS

Contiene lácteos

No contiene carne





MOLE Y ARROZ ROJO

Mezcla de chiles secos, especias, chocolate y plátano frito. Los chiles van tostados en comal para después hacer la pasta en el metate con el metlapil, actualmente conocido como mano de metate, especie de rodillo que sirve para moler. Este platillo se sirve con pollo o guajolote, se acompaña con arroz rojo y tortillas calientes hechas a mano, lo que hace que se disfrute plenamente la riqueza de su sabor.

El mole poblano es una deliciosa y tradicional comida mexicana que se caracteriza por su incomparable sabor y su compleja preparación. Es considerado uno de los platillos más emblemáticos de la gastronomía mexicana y ha sido reconocido internacionalmente por su exquisito sabor.

Su apariencia es inconfundible, aparentemente simple, pero repleto de sabores profundos y complejos. El mole es un espeso y oscuro guiso, cuyo color marrón oscuro y brillante evoca la tierra de México y encierra en sí mismo una rica historia culinaria.

La fragancia que emana el mole poblano es cautivadora, aromas de especias tostadas y chiles asados se entrelazan y llenan el aire con una sensación cálida y reconfortante. Los ingredientes utilizados para su preparación son elegidos cuidadosamente de acuerdo a la receta familiar y nuestra sazón es única.

MOLE Y ARROZ ROJO

Al probarlo, la intensidad de los sabores inunda el paladar. El sabor dulce del chocolate se entremezcla con el picante de los chiles, creando una combinación única y equilibrada que explota en cada bocado. El mole poblano tiene una textura suave y aterciopelada, que se adhiere a las papilas gustativas y las envuelve en una explosión de sabores.

Se sirve en eventos especiales como bodas, ya que la preparación del mole significa unión familiar y contribuye para preservar la receta de su elaboración, la cual solo se comparte de generación en generación. El mole es preparado por las mujeres de la familia y se trabaja haciendo fiesta desde su comienzo.



TIPO DE COCINA

Cocina poblana

REGIÓN

Todo el estado de Puebla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

4 horas



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

3 personas

NOTAS

Contiene carne, nueces y cacahuates





CHILPOZONTE DE MENUDOS DE POLLO

Platillo a base de menudos de pollo (molleja, hígado, patas, huacal, rabadilla y alas) de consistencia caldosa y enchilado con una base de chile chipotle, canela y clavos.

El chilpozonte también puede ser acompañado por verduras o camarones.

Por su sabor, tradición familiar y/o significado cultural, es consumido durante la preparación de una fiesta, bodas o bien de plato fuerte en casa, pues al incluir el chilpozonte en eventos especiales, se fortalece el vínculo con las raíces culturales y se celebra la herencia culinaria.

CHILPOZONTE DE MENUDOS DE POLLO



TIPO DE COCINA

Tradicional de Tlatlauquitepec

REGIÓN

Tlatlauquitepec

TIEMPO DE PREPARACIÓN

1 hora

PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

1 persona

NOTAS

Contiene carne



GARNACHAS

Las garnachas poblanas están compuestas por diferentes elementos que se combinan a la perfección para crear una experiencia gustativa única. Estos ingredientes incluyen tortillas de maíz fritas en manteca de cerdo, carne de cerdo o res sazonada, salsa roja hecha a base de tomate y chiltepín, cebolla picada, queso fresco desmoronado, así como una variedad de especias y condimentos típicos.

Cada uno de estos elementos contribuye a la riqueza y complejidad de las garnachas poblanas, al igual que un autor cuidadosamente selecciona las palabras para transmitir un mensaje o contar una historia, las cocineras poblanas seleccionan los ingredientes y preparan cada elemento con cuidado para lograr un plato sabroso y atractivo visualmente.

Las garnachas poblanas también llevan consigo el legado histórico y cultural de Puebla. Sus sabores y técnicas de preparación han sido transmitidos a través de generaciones, lo que las convierte en un testimonio vivo de la tradición y la identidad de la región.

GARNACHAS

En resumen, las garnachas son una delicia culinaria que representa la esencia de la cocina tradicional de Puebla, México. En sentido literario, las garnachas poblanas podrían ser consideradas como una metáfora de la identidad y cultura de la región.

Las garnachas suelen ser elegidas para eventos o bodas por varias razones: tradición cultural, sabor distintivo y la capacidad de satisfacer a un grupo grande de personas, entre otras. Además, en muchos casos, fortalecen la conexión con la comunidad y respaldan la economía local.



TIPO DE COCINA

Cocina mexicana

REGIÓN

Tlatlauquitepec

TIEMPO DE PREPARACIÓN

20 minutos

PERSONAS QUE

INTERVIENEN EN SU
PREPARACIÓN

1 persona

NOTAS

Contiene carne



MOLE DE TORTA DE CAMARÓN

Torta de huevo mezclada con polvo de camarón deshidratado, se sirve en un adobo o mole básico de clavo, chipotle seco, canela y un poco de jitomate. De guarnición lleva papa, nopal, camarón seco, chícharos y habas tiernas. La salsa que se agrega a este platillo se prepara con una gran variedad de ingredientes y es conocida por ser compleja en su elaboración, requiriendo tiempo y cuidado para lograr el sabor perfecto. Este equilibrio de sabores solo lo logran nuestras cocineras tradicionales.

Al ser un platillo típico de Tlatlauquitepec se ofrece en eventos importantes para destacar la importancia de preservar y compartir las tradiciones culinarias en la familia.

MOLE DE TORTA DE CAMARÓN



TIPO DE COCINA

Mexicana

REGIÓN

Sierra Nororiental

TIEMPO DE PREPARACIÓN

2 a 3 horas

PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

1 persona

NOTAS

Contiene carne

PRÁCTICAS

INCLUSIÓN

Nuestra cocina incorpora elementos de diversas tradiciones culinarias en el menú para reflejar la riqueza cultural del equipo, prioriza la adquisición de sus insumos con proveedores locales, favorece a pequeños productores locales y agricultores, contribuyendo así al desarrollo económico de la comunidad que participa en ferias o mercados locales para establecer conexiones directas con proveedores de la región.



SOSTENIBILIDAD

La mayoría de los insumos se adquieren con personas de comunidades que los días jueves de tianguis traen sus productos; de esa manera, incluimos a nuestros campesinos y personas que en el traspatio los producen; lo mejor de todo es que son orgánicos y frescos.



CONTACTO

TELÉFONO

233 106 2051

CORREO ELECTRÓNICO

jaimetzteresa@gmail.com

REDES SOCIALES

FB: Cocina Tradicional Doña Tere

DOMICILIO

Av. Revolución No. 49, Colonia Centro,
73900, Tlatlauquitepec, Puebla.

GRISEL CASTILLO DAMIÁN RESTAURANTE CASA FLORES

"LA CASA DE TODOS"

Los ingredientes que transformamos, para ser degustados, se basan en la cocina típica de Zacapoaxtla, Puebla; los platillos están elaborados con una estupenda mezcla de ingredientes utilizados por los indígenas, mismos que fueron traídos por los españoles durante la Colonia. La inigualable mezcla y fusión de condimentos y especias tales como el arroz, trigo, ajos, azúcar, cerdo, res, leche, queso, espinacas, zanahorias, perejil, cilantro, chícharo, pepino, lechugas, lentejas, habas, higo, melón, naranjas, limones, plátano, pimienta, canela, albahaca, anís, romero, orégano, caña de azúcar y el chile habanero, le dan esa sazón tan especial a la comida de esta región que alguna vez fue conocida como "Zaca-tlan-pohuatl", lugar donde se cuenta el zacate y Tetoxcac o Tatoxcac "Garganta de piedra" por utilizar el ingrediente principal que es el maíz.



Actualmente, se han agregado otros ingredientes que día con día se van distinguiendo por sus exclusivos sabores.

Una de las técnicas culinarias más utilizadas en esta región es la cocción en comal, una especie de disco de barro o metal que se coloca sobre el fuego para calentarse y se utiliza para cocinar tortillas, sopes y quesadillas. Esta técnica les da un sabor especial a los platillos y los hace únicos en la región.

Los platillos de la región nororiental de Puebla se sirven en festividades especiales como bodas, bautizos, fiestas patronales y otras celebraciones familiares.

En cuanto a ritos, se realizan ceremonias especiales para bendecir los alimentos antes de consumirlos, en agradecimiento a la tierra por su generosidad.



COCINERA TRADICIONAL Y CATERING

REGIÓN

Nororiental del estado de Puebla

TIPO DE COCINA

Cocina tradicional de Zacapoaxtla

TIPO DE SERVICIO

Banquete tipo cóctel

Servicio de buffet

Menús de tiempos emplatado

SERVICIOS ADICIONALES

Mobiliario

Meseros

Equipamiento de mesa

CAPACIDAD MÍNIMA

2 personas

CAPACIDAD MÁXIMA

50 personas

RESTRICCIONES ALIMENTICIAS

El servicio puede ser ajustado para restricciones alimenticias y/o alergias





CHILPOZONTLE DE RES

El chilpozontle es un caldo a base de proteínas de res con algunas verduras de temporada, como son zopitos, zanahoria y erizo; enchilado con un poco de jitomate y chile chipotle aromatizado con hierbabuena. Se sirve humeante en un tazón de porcelana, desprendiendo un aroma reconfortante y delicado. Su apariencia es translúcida, brillante y rojiza, donde se distinguen trozos tiernos de carne, verduras y hierbas aromáticas suspendidas en su líquido dorado. Es la perfecta unión de ingredientes frescos y cuidadosamente seleccionados, cocidos lentamente para extraer todo su sabor y nutrientes.

Se prepara especialmente cuando las personas se sienten débiles, con el fin de que puedan retomar fuerzas y ánimos para continuar con sus actividades.

Al probarlo, el consomé despierta un estallido de sabores en el paladar. Su sabor es suave y reconfortante, con una ligera nota salada que se equilibra con la dulzura suave de las verduras. La carne, tierna y jugosa, se deshace en la boca, aportando un sabor suave, pero reconfortante. Cada sorbo de este delicioso platillo es una experiencia cálida, como un abrazo en un día frío.

Se sirve en eventos o bodas ya que las personas asocian el chilpozontle con comodidad. Es un plato reconfortante que evoca sensaciones de hogar y bienestar, lo que lo convierte en una opción popular para eventos en donde se busca crear un ambiente acogedor; además, es fácil de preparar en grandes cantidades.

CHILPOZONTLE DE RES



TIPO DE COCINA

Indígena

REGIÓN

Zacapoaxtla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

3 horas



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

2 personas

NOTAS

Contiene carne



TORTILLAS DE MANO



Las tortillas hechas a mano constituyen una de las deliciosas maravillas artesanales de la gastronomía de México. Su elaboración requiere dedicación y habilidad, donde las manos de las cocineras se convierten en arte para moldear la masa de maíz para una creación perfecta.

El aroma que desprenden al cocinarse es único, una combinación de maíz recién molido y el calor de la cocina, que despiertan los sentidos y el apetito.

Al deleitarse con una tortilla hecha a mano, se descubre su maravilloso sabor. Las tortillas de mano son preparadas a base de maíz que puede ser blanco, azul, amarillo o rojo; lleva un proceso de nixtamalización en donde se ponen los granos de maíz en agua caliente con cal para obtener un nixtamal que pueda convertirse en masa y posteriormente poder elaborar las tortillas y demás antojitos.

Son una opción que generalmente agrada a los asistentes en eventos, debido a su versatilidad y se pueden utilizar para acompañar diferentes platillos tradicionales.

TORTILLAS DE MANO



TIPO DE COCINA

Indígena

REGIÓN

Zacapoaxtla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

3 horas

PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

2 personas

NOTAS

Contiene gluten



ATOLE DE MASA CON PANELA

El atole es una bebida ancestral, casi mágica, que emana aromas dulces y reconfortantes. Despierta los sentidos con su apariencia cremosa y su color, recordando a la suavidad del amanecer. Su consistencia es espesa al gusto.

Al acercarlo a la nariz, se desprenden notas de canela y vainilla, que transportan a lugares remotos y evocan recuerdos de abuelas amorosas preparando esta delicia en fogones antiguos. Su fragancia trae consigo una sensación de calidez y bienestar.

Cuando finalmente toca los labios, su sabor dulce y acogedor despliega una mezcla de sabores, fusionando el suave sabor a maíz con el dulzor de azúcar morena y aromáticas especias. Cada sorbo trae consigo una experiencia llena de comodidad.

El atole es mucho más que una simple bebida, es una experiencia que conecta con las raíces culturales. Es el abrazo de una tradición ancestral que ha sobrevivido al paso del tiempo, llevando con cada sorbo un pedacito de historia y de identidad. Es el goce de lo sencillo y lo auténtico, que nos recuerda la importancia de disfrutar el presente y valorar las tradiciones que nos han dado forma.

ATOLE DE MASA CON PANELA

Su elaboración generalmente se lleva a cabo en una olla de barro, se hace utilizando la masa de maíz y se endulza con azúcar o piloncillo (panela). Su preparación y consumo a menudo están vinculados a eventos y momentos festivos, contribuyendo a la identidad cultural de la región.

Al ofrecer este atole en eventos especiales o bodas destino, los anfitriones expresan su deseo de recibir y atender bien a sus invitados, creando un ambiente tanto acogedor como festivo; también se destaca y se celebra la riqueza de la herencia gastronómica de la región.



TIPO DE COCINA

Indígena tradicional

REGIÓN

Zacapoaxtla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

2 horas



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

1 persona

NOTAS

Contiene gluten





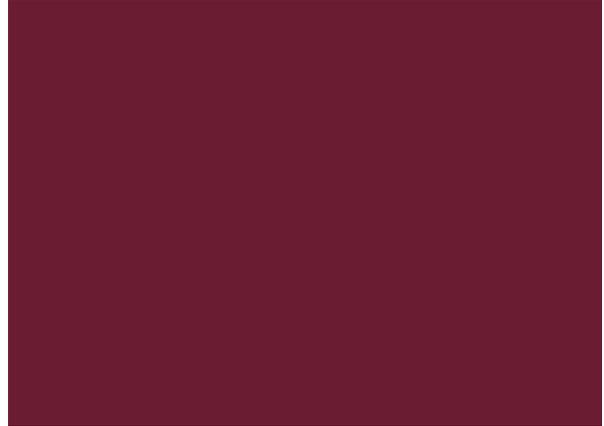
MIXIOTES DE POLLO

Los mixiotes son un platillo originario de la cocina mexicana, consiste en una preparación de pollo o carnero tierno y jugoso, marinado con un adobo especial, preparado con especias como laurel, tomillo, orégano, ajo y cebolla, un poco de clavo, canela, chiles secos como guajillo y un poco de chipotle, podemos disminuir el picor agregando un poco de jitomate; se utilizan hojas de maguey para envolver el pollo o, en su defecto, hojas especiales para mixiotes. Esta técnica ayuda a mantener todo el sabor y jugosidad del pollo dentro de los mixiotes.

Los mixiotes son muy populares en México y se suelen acompañar con arroz, frijoles, tortillas hechas a mano bien calientes y salsa picante verde con trozos de aguacate. Su característico sabor y presentación hacen de este platillo una delicia única y auténtica de la gastronomía mexicana.

Los mixiotes tienen un sabor característico apreciado por muchas personas y son relativamente fáciles de preparar en grandes cantidades, lo que los hace prácticos para eventos con un gran número de invitados, como puede ser una boda o primera comunión.

MIXIOTES DE POLLO



TIPO DE COCINA
Indígena tradicional

REGIÓN
Sierra Nororiental de Puebla

TIEMPO DE PREPARACIÓN
5 horas



**PERSONAS QUE INTERVIENEN
EN SU PREPARACIÓN**
5 personas

NOTAS
Contiene carne, nueces y
cacahuates





CHILES EN NOGADA

Los chiles en nogada son un platillo emblemático y tradicional poblano; se caracteriza por sus bellos colores y sabores que se concentran en él. Cada cocina lo hace de manera tan especial como lo siente en su corazón; en mi cocina lo elaboro con ingredientes locales como la nuez de castilla, manzana xipona, pera piedra, plátano macho, chile poblano, durazno criollo, carne molida, granada roja, perejil, ajo y cebolla. La nogada se realiza a base de nuez de castilla y brandy, se sazona para brindarle mayor sabor y consistencia; se decora con granada roja y perejil por los colores de la bandera.

Este platillo se elabora especialmente en el mes de agosto y mediados de septiembre en honor a Agustín de Iturbide quien, junto con Vicente Guerrero, firmó los Tratados de Córdoba que reconocían la independencia de México. La creación de este platillo se habría llevado a cabo en el marco de las festividades para conmemorar la santidad de Iturbide, proclamado emperador en 1822.

La temporada de este platillo une a Puebla, ya que cada año se realiza la feria del chile en nogada, enriqueciendo el turismo y compartiendo nuestra tradición.

Se sirve en bodas o en eventos porque, aunque su preparación es meticulosa, la combinación de sabores hace que estos chiles sean considerados un platillo especial, muy apreciado por los invitados.

CHILES EN NOGADA



TIPO DE COCINA

Tradicional mexicana

REGIÓN

Puebla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

3 a 4 días



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

6 personas

NOTAS

Contiene lácteos, carne, nueces y cacahuates





MOLE RANCHERO

Es uno de los platillos preferidos de la región. Para elaborarlo, se reúne la mayoría de la familia, festejando a lo grande alguna ceremonia con algún motivo sacramental; se dice que éste es uno de los platillos para los dioses.

Se elabora a base de chiles secos como el chile chipotle, chile ancho, chiles mulatos, canela y clavo. Las semillas de los chiles se tuestan en comal de barro, prácticamente con puro humo para que no se quemen y el mole tenga ese sabor que lo hace tan especial; se complementa con jitomate, manteca de cerdo y la proteína principal puede ser guajolote, pollo de rancho o cerdo. Todo a cocina de humo.

Su origen se remonta a las zonas rurales del país, donde se prepara de manera artesanal y con ingredientes frescos y locales. Al momento de probarlo, se percibe una combinación perfecta de ingredientes que resulta en un equilibrio entre lo picante y lo terroso. Sus sabores son complejos y ricos en matices, gracias a la mezcla de especias y chiles. Estos elementos se fusionan en una danza de sabores que se complementan entre sí.

El aroma del mole de rancho es sumamente cautivador y evocador e incita al apetito. Es un aroma tan reconfortante que nos transporta directamente a las cocinas de las abuelas y a los recuerdos de los tiempos en que las recetas se pasaban de generación en generación.

El mole de rancho no solo alimenta el cuerpo, sino también el alma. Es un plato que hace honor a las tradiciones y a la riqueza cultural.

MOLE RANCHERO

El mole a menudo se asocia con ocasiones festivas y celebraciones. Su preparación puede ser laboriosa, lo que lo convierte en una opción especial para eventos importantes como bodas, fiestas y reuniones familiares. Además, tiene un sabor rico y distintivo debido a la combinación de chiles, chocolate y otras especias.

TIPO DE COCINA

Tradicional

REGIÓN

Sierra Nororiental del estado de Puebla, Zacapoaxtla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

15 días

PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

10 personas

NOTAS

No apto para personas alérgicas a especias
Contiene carne

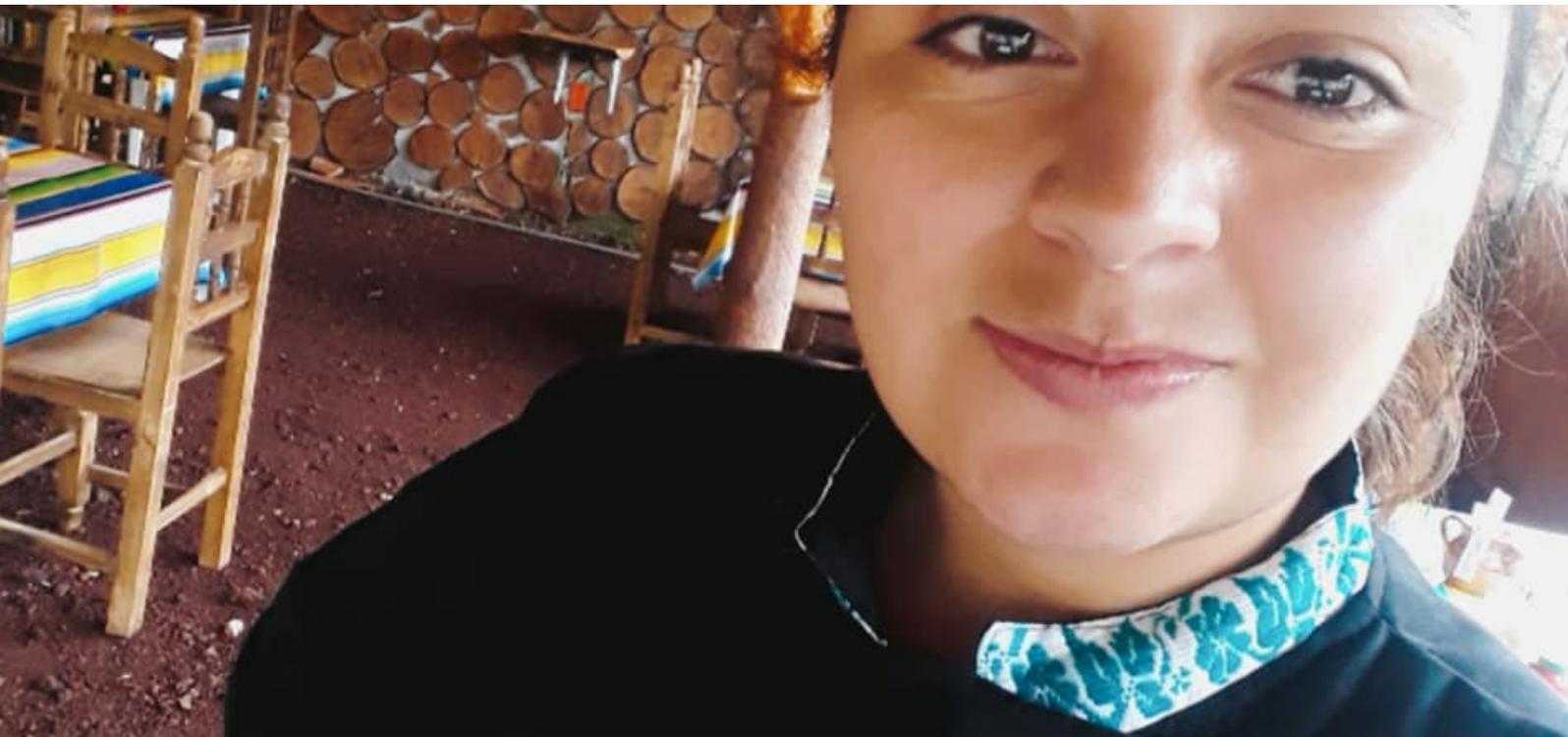


PRÁCTICAS

INCLUSIÓN

Los insumos que adquirimos para poder preparar nuestros alimentos los conseguimos con productores locales, ya sea del mismo Tatoxcac o de las comunidades que conforman a todo Zacapoaxtla, pues nos proporcionan elementos frescos y de excelente calidad como son los propietarios de maizales, frutales, ganaderos y hortalizas.

La cocina la conformamos 10 personas; gracias a esta fuente de empleo, contamos con una excelente opción para beneficio propio y de nuestros familiares.



SOSTENIBILIDAD

La gastronomía sostenible es muy importante, ya que repercute en todo el planeta, teniendo como origen los alimentos, su cultivo y su transformación hasta llegar al plato; además, debemos ser más conscientes de nuestras compras por lo que apoyamos a productores locales, con esto ayudamos a la biodiversidad y la preservación de nuestras costumbres, tradiciones y cultura de nuestra hermosa región.

La mayoría de nuestros ingredientes son productos orgánicos que además de ser más saludables, son manejados higiénicamente con un método conocido como CHATTO (Comida, humedad, acidez, temperatura, tiempo y oxígeno), apoyando con esto a la salud del suelo, el agua y las plantas.



CONTACTO

TELÉFONO

233 118 95 32 / 233 103 2842

CORREO ELECTRÓNICO

cheffgrisa@gmail.com

REDES SOCIALES

FB: Restaurante Casa de las Flores

DOMICILIO

Carretera Federal Zacapoaxtla -

Tlatlauquitepec,

Primera Sección Tatoxcac N° 42, 73693,

Zacapoaxtla, Puebla.

TERESA ICHANTE CÁRDENAS “CAFÉ DE MAÍZ ICHANTE”

El café de maíz es un producto basado en la cocina tradicional poblana. La historia de este producto es sobre el grano de maíz para sustituir el grano de café. Los granos de maíz son tostados y molidos, de manera artesanal, en un comal de barro convirtiéndose en un ritual gastronómico debido al proceso de su elaboración; la técnica utilizada es la misma que se utiliza para el café de olla. El valor diferenciador del producto es que no afecta la salud de las personas, es la sustitución de la cafeína por un producto completamente natural.

Al tostar el café, el o la cocinera persigna su comal y, durante el proceso de preparación de la primera tostada, reza un padrenuestro para pedir que su producción salga bien. Cuando hay un evento, antes de comenzar a montar y servir, se realiza una cruz en la mesa y se reza junto con su equipo de trabajo para pedirle a Dios que la comida sea abundante.



En los años ochenta se acostumbraba acompañar el café con galletas de maíz; por ello, se sirve café de maíz en las bodas o eventos, porque expresa tradición y unión. Además, suele ser una opción económica para grandes grupos de personas en eventos masivos.

También en nuestra cocina se sirve comida poblana, usando ingredientes locales como el huauzontle, a flor de izote, maíz, etc., siguiendo técnicas antiguas como el fogón. Además, los platillos son servidos en ocasiones especiales como lo son los cumpleaños, bodas, en semana santa, algunos solo son en temporada y otros pueden servirse en cualquier época del año.



COCINERA TRADICIONAL Y CATERING

REGIÓN

Puebla

TIPO DE COCINA

Cocina Tradicional poblana

TIPO DE SERVICIO

Banquete tipo cóctel
Menús de tiempos emplatado
Bebidas

CAPACIDAD MÍNIMA

50 personas

CAPACIDAD MÁXIMA

300 personas

RESTRICCIONES ALIMENTICIAS

El servicio NO puede ser ajustado para restricciones alimenticias y/o alergias



OREJITAS DE PIPIÁN

El pipián poblano es un mole típico de la región de Puebla, en México. Se caracteriza por su sabor rico y ligeramente picante, así como por su color rojo brillante, el cual se utiliza como acompañamiento para diversos platillos.

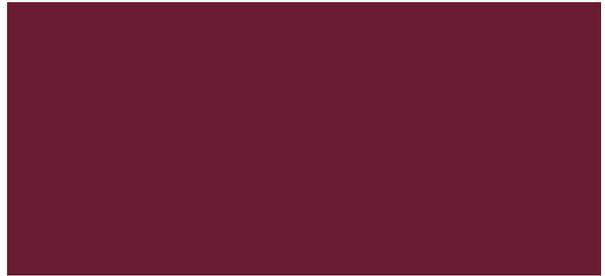
El color del pipián o salsa tiene un color rojo intenso debido a los chiles que se utilizan en su preparación. El principal ingrediente del pipián rojo es el chile guajillo, un chile seco que se puede encontrar en muchos mercados mexicanos. También se pueden agregar otros tipos de chiles como el chile pulla para darle más sabor y picante. Además del chile, el pipián rojo lleva cacahuete y ajonjolí, que se tuestan y muelen para luego agregarlas a la salsa. Estas semillas le dan una textura y sabor característicos al plato.

Al pipián también se le agregan pepitas de calabaza (semillas), las cuales se muelen para extraer el aceite y obtener una pasta moldeable; el aceite obtenido se incorpora en un caldo de verduras con chicharrón, en vez de utilizar masa para espesar la preparación, se utiliza la pepita. Otra variante podría ser prepararlas con camarón seco o pollo.

El nombre se debe a la pepita de calabaza, ya que a ésta entre los totonacos de la zona norte de Puebla se le conoce como pipián.

OREJITAS DE PIPIÁN

Servir orejitas de pipián en eventos no solo es una cuestión de sabor, sino también de compartir tradiciones y fomentar la conexión social alrededor de la mesa. Se puede preparar en cualquier época del año o para bodas y/o eventos.



TIPO DE COCINA

Cocina tradicional poblana

REGIÓN

Zona norte de Puebla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

2 horas



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

2 a 5 personas

NOTAS

Contiene carne





MOLE POBLANO

El mole poblano es un platillo tradicional de la gastronomía mexicana, originario de la ciudad de Puebla. Es considerado uno de los platillos más representativos de la cultura gastronómica de México y ha ganado reconocimiento a nivel internacional.

Conocido como una salsa espesa y rica en sabores, el mole es elaborado a base de chiles, chocolate y una combinación de especias e ingredientes que le dan su característico sabor. Los chiles utilizados varían, aunque típicamente se emplean chiles anchos, mulatos y pasilla que se tuestan y se muelen junto con otros ingredientes como especias, semillas, nueces, almendras, pan tostado y tortillas.

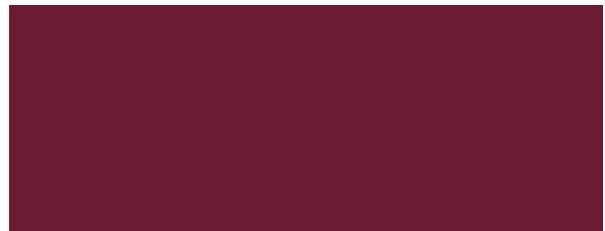
La combinación de estos ingredientes, junto con el chocolate, le da al mole poblano su sabor único y complejo. El chocolate utilizado es chocolate oscuro y amargo, que se añade al final de la preparación para darle un toque dulce y a la vez amargo.

El mole poblano se suele servir sobre pollo o guajolote, aunque también se puede encontrar en otros platillos como enmoladas y tamales. Suele acompañarse con arroz rojo y tortillas calientes.

MOLE POBLANO

Es una receta que influye mucho en la familia, ya que es un platillo con raíces profundas en la cultura mexicana, especialmente en la región de Puebla. Preparar y disfrutar de este platillo puede ser parte de la transmisión de tradiciones culturales de generación en generación.

Se sirve en eventos o festividades debido a que preparar mole poblano lleva tiempo y esfuerzo, lo que hace que sea un plato característico de Puebla que se reserva para ocasiones especiales y festivas.



TIPO DE COCINA

Cocina tradicional poblana

REGIÓN

Puebla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

3 horas



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

7 personas

NOTAS

Contiene carne





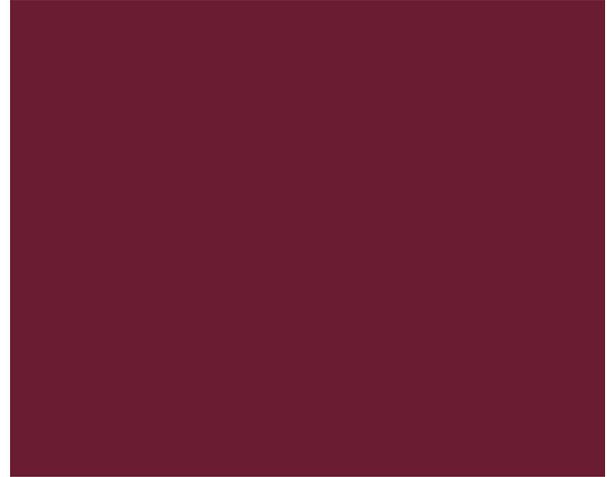
FLOR DE IZOTE

Es una flor blanca, verdosa, brillante, vistosa y crece agrupada en racimos grandes de forma cónica. Su uso se remonta a la época prehispánica.

La flor, completamente limpia, se prepara hirviendo para posteriormente complementar con un guisado rojo de chipotles tatemados, agregando especias y acompañadas de carne, que puede ser conejo, cerdo, res o gallina criolla. En semana santa puede elaborarse con huevo.

Se prepara en ciertos eventos porque su cosecha es estacional; de igual manera, en Puebla se cocina en eventos especiales, cuando la flor está en su mejor momento y ofrece un sabor más fresco y auténtico.

FLOR DE IZOTE



TIPO DE COCINA

Indígena tradicional poblana

REGIÓN

Puebla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

2 horas



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

1 a 2 personas

NOTAS

Contiene carne



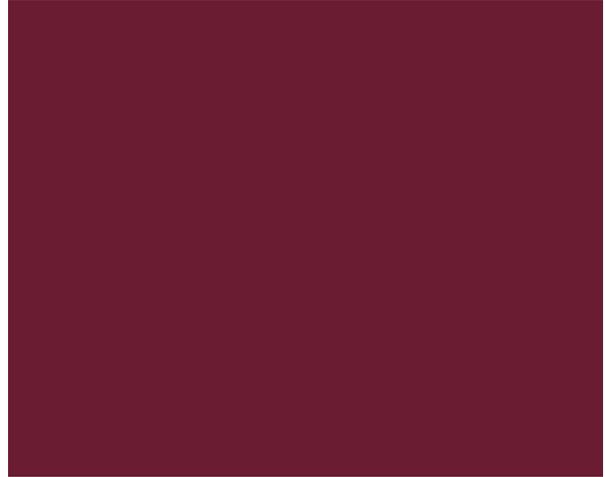


CHILE EN NOGADA

El chile en nogada está basado en las recetas tradicionales, ya sea de las monjas o de antiguos ancestros; este platillo consiste en un chile poblano relleno con una mezcla de carne de res, puerco y fruta de temporada como plátano, manzana, pera, durazno y pasas, así como nueces, almendras y especias como canela, clavo y comino. Después de rellenar el chile, se capea y se sirve bañado con una salsa elaborada con nuez de Castilla, leche, queso de cabra y azúcar con algunas notas de jerez. La nogada le da al chile un color blanco y un sabor cremoso y delicado. Se decora con granada y perejil. Antiguamente se le agregaba la biznaga, pero en la actualidad se sustituye por el queso de cabra y leche para la preparación de la nogada.

Se sirve especialmente en la temporada de agosto y septiembre debido a su simbolismo patriótico, la disponibilidad estacional de ingredientes y su importancia histórica en la región. Su colorido y complejidad culinaria lo convierten en una elección popular durante las festividades de la Independencia en Puebla.

CHILE EN NOGADA



TIPO DE COCINA

Poblana

REGIÓN

Puebla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

3 a 4 horas



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

5 a 7 personas

NOTAS

Contiene carne, lácteos, nueces
y cacahuates





HUAUZONTLES

Los huazontles son una verdura típica de la cocina poblana. Sus tallos son delgados pero muy resistentes, de color verde y con hojas alargadas y dentadas. Las flores de los huazontles son pequeñas, de un color amarillo o rojizo y crecen en racimos en la parte superior de la planta. Lo más característico y apreciado de los huazontles son sus brotes, que se recolectan antes de que las flores se abran por completo. Estos brotes son tiernos y crujientes, de un color verde intenso y se utilizan en la cocina mexicana para preparar diferentes platillos.

Los huazontles tienen un sabor ligeramente amargo y herbáceo, similar al de las espinacas. Son muy versátiles en la cocina y se pueden preparar de diversas formas, como en tortitas o buñuelos, en salsa, en ensaladas, o simplemente cocidos al vapor.

De igual manera, el huauzontle es considerado una planta prehispánica de importancia religiosa; en México se preparan varios platillos con esta hierba.

Su preparación consiste en limpiarlos y hervirlos con sal de grano, posteriormente se rellenan con queso, se capean y se añaden en un guisado de chile pasilla, con especias tatemadas, quitándoles el exceso de sal.

HUAUZONTLES

Se sirve en eventos o bodas por su importancia cultural, su disponibilidad estacional, la creatividad culinaria y la búsqueda de ofrecer a los invitados una experiencia gastronómica única y representativa de la región.

También suele servirse en semana santa, en la cuaresma, por no llevar carne; su temporada es durante el verano, incluso en otoño.



TIPO DE COCINA

Poblana

REGIÓN

Puebla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

1 a 2 horas



PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

2 personas

NOTAS

Contiene lácteos





PIPIÁN DE CAMARÓN

El pipián es de origen prehispánico. Se prepara con ajonjolí y semillas de chiles tostados y molidos en metate o molino artesanal; posteriormente, se le añade especias, chile guajillo, nopales picados y camarón seco. Se acompaña de arroz y tamales tontos, conocidos así porque no tienen ningún tipo de relleno, son anchos y delgados, elaborados con masa, sal y manteca, pueden hacerse con los tlales (migajas de chicharrón) o anís.

El pipián de camarón puede ser seleccionado para eventos debido a su delicioso sabor, representación de la cultura local, ingredientes frescos disponibles y por su valor simbólico en la celebración de momentos especiales como bodas.

También este platillo se suele prepararse el último viernes de Semana Santa o en la comida de un velorio, por respeto a la muerte de Jesucristo o al difunto, según sea el caso.

PIPIÁN DE CAMARÓN



TIPO DE COCINA

Poblana

REGIÓN

Puebla

TIEMPO DE PREPARACIÓN

1 hora

PERSONAS QUE INTERVIENEN EN SU PREPARACIÓN

3 personas

NOTAS

Contiene carne y mariscos

PRÁCTICAS

INCLUSIÓN

Los productos utilizados para la elaboración de los platillos son obtenidos en los mercados locales que proporcionan ingredientes frescos, orgánicos y de buena calidad, o a través de mujeres que ofrecen el producto criollo directo del campo, con el fin de conservar las recetas tradicionales con gran respeto y dedicación. El consumir alimentos locales ayuda a los factores sociales y económicos que apoyan al comercio y a la producción local, como una parte importante de la economía sostenible.



SOSTENIBILIDAD

Consumir y comprar alimentos locales de temporada y producidos de forma sostenible, favorece el desarrollo económico del sector agropecuario, beneficiando al medio ambiente y a la economía en general. El actuar de manera responsable repercute en el planeta, así que podemos empezar haciendo compras responsables y sostenibles, cuidando nuestros productos, mercados locales y a las personas que están detrás, siendo conscientes de los recursos que se utilizan para obtener cualquier alimento.



CONTACTO

TELÉFONO

222 378 7169

CORREO ELECTRÓNICO

chefcardenas20@gmail.com

REDES SOCIALES

FB: Cafe de maiz ichante

DOMICILLIO

Camino Real a Tlaxcala No. 63, Interior 10,
Col. San Jerónimo Caleras, 72100, Puebla,
Puebla.

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 Puebla

Guadalupe Lizette Palacios Contreras

Directora de Calidad y Regulación Turística

calidadyregulacionturistica@puebla.gob.mx

Oficina: 222 122 1100 ext 8120

<https://sectur.puebla.gob.mx/>

Destination Wedding Specialist Association

info@dwspecialistassn.com

www.dwspecialistassn.com



Secretaría
de Turismo



Destination
Wedding
Specialist
Association