



# Ruta la cuna de la historia y el romanticismo

Distrito Federal, Querétaro y Guanajuato

**ENTIDAD FEDERATIVA: DISTRITO FEDERAL**

<b>CONCEPTO</b>	<b>INFORMACIÓN REQUERIDA</b>
<b>Productos con Denominación de Origen</b>	-
<b>Productos de la región</b>	<p><b>Agricultura:</b> nopal, amaranto, romeritos, tejocote, capulín, maíz, olivos, chayotes.</p> <p><b>Pesca:</b> charal, sapo, rana, ajolote y culebra de agua (están casi extintos, pero se encuentran todavía algunos ejemplares en Xochimilco, Tláhuac y Mixquic).</p> <p><b>Ganadería:</b> son escasos, pero aún existe ganadería de traspatio en algunas colonias como el Pueblo de los Reyes en Coyoacán, en el Ajusco, en Xochimilco. En algunas zonas rurales de la Ciudad se crían pollos, gallinas y guajolotes.</p>
<b>Alimentos tradicionales y productores</b>	Dulces cristalizados, pasta de aceituna, aceite de olivo de Tulyehualco.
<b>Comida típica</b>	<p><b>Platillos salados:</b> tacos de canasta, al pastor, de cabeza de res, de guisado, de carnitas, placeros, de barbacoa, bistec; antojitos como tlacoyos de haba frijol y requesón, huaraches, quesadillas, gorditas de chicharrón, pambazos, flautas, sopes, tortas, tamales; mole colorado, caldo de habas, quelites en caldillo de jitomate, verdolagas, chicharrón en salsa verde, carne de puerco en salsa verde con verdolagas, mole de olla, nopales en distintas presentaciones, mole con pollo, pipián con chilacayotes y carne de puerco; menudo, pozole rojo, <i>huauzontles</i>, peneques, esquites, elote con mayonesa y crema; manitas de pollo con chile y limón; cocteles de ostión, camarón y pambazos; tortas de jamón, quesillo, cubana, milanesa, queso de puerco, lomo, pierna, pavo, pastor, de tamal, de guisado y de plátano; tamales de dulce, de salsa verde con pollo o carne de puerco, tamales de mole, de salsa roja o de rajas con queso; esquites con epazote, elotes asados; sopa de fideos, sopa de hongos, sopas y cremas de verduras; albóndigas, tortitas de papa, picadillo, chiles rellenos, arroz rojo, lengua en salsa roja, bisteces empanizados, pechuga empanizada.</p> <p><b>Platillos dulces:</b> camotes y calabaza en tacha, gelatinas de leche y agua, flan, raspados de agua con mermeladas de sabores, conos de helados de leche de vainilla, rompopo y fresa; esquimos de fresa, chocolate, vainilla y plátano; plátanos fritos con crema, azúcar y canela; muéganos, merengues, churros con chocolate, gorditas de manteca envueltas en pape de china, alegrías, pepitorias, duquesas, gaznates, capirotada, palanquetas, dulces de tamarindo, ates de guayaba y membrillo, jamoncillos y los dulces de temporada; cajeta y turrone, dulces hechos a base de huevo, licores y</p>

	<p>canela, como los huevos reales; <i>suspiros de monja</i> y aleluyas; buñuelos (de rodilla y de molde), algodones de azúcar, manzanas acarameladas, de herencia libanesa, dedos de novia, dulces de almendras, pistaches y miel frutas en almíbar y cristalizadas; alegrías, nieves de frutas, natillas, bizcochos, camote y manzanas cubiertas, paletas y nieves de leche y de agua con sabores como la guanábana, mamey, zapote, pistache, café, cajeta, chocolate, vainilla, grosella, entre otros. Frutas con chile, limón y sal.</p> <p><b>Bebidas:</b> atole de pinole, arroz, cajeta, nuez y guayaba; champurrado de chocolate, amaranto, capulín, zarzamora; aguas de horchata, jamaica, piña, melón y guayaba, y limón con chía.</p> <p><b>Bebidas espirituosas:</b> pulque.</p> <p><b>En Xochimilco</b></p> <p><b>Platillos salados:</b> <i>tlapique</i> de pollo (tamal con menudencias de pollo), <i>tlapique</i> de sierra, <i>tlapique</i> de mariscos, <i>tlapique</i> de hueva de pescado, <i>huahutzontles</i> en chile pasilla, conejo al pulque, conejo teporingo (una especie endémica) en escabeche; tamales de quelite, pipián con chilacayote y costilla de cerdo, mole verde con carne de puerco; pato en chile guajillo con ensalada de acociles; mole rojo con ancas de rana, filete de carpa salseado con chile-atole; pepita con charales.</p> <p><b>Platillos dulces:</b> amaranto, dulce cristalizado, pepitorias, nieves de Tulyehualco.</p> <p><b>Bebidas:</b> atole, aguas de sabores.</p> <p><b>Bebidas espirituosas:</b> pulque.</p>
<b>Restaurantes</b>	<p><b>Zona Sur</b></p> <p><b>Abuelo Agustín</b> Insurgentes Sur #1660 Col. Florida Álvaro Obregón, D.F.</p> <p><b>Arroyo</b> Insurgentes Sur #4003 Col. Tlalpan Álvaro Obregón Tel. (55) 55734344.</p> <p><b>Bazar de los sábados</b> Plaza de San Jacinto #11 Entre Plaza San Jacinto y Calle de la Amargura Col. San Angel</p> <p><b>Zona Norte</b></p> <p><b>El Bajío</b> Av. Cuitlahuac #2709</p>

Delg. Azcapotzalco  
Tel. (55) 52343763

**Los Panchos**

Tolstoi #9  
Col. Azures  
Tel. (55) 52542082

**Centro Histórico (Patrimonio de la Humanidad)**

**Bares y cantinas**

**Bar Alfonso**

Motolinía #18  
Centro Histórico  
México, D. F.  
Tel. (55) 55210290

**Bar Gante**

Gante #8  
Centro Histórico  
Tel. (55) 55183311†

**Bar León**

Brasil #5,  
Centro Histórico,  
México, D. F.

**Bar Mata**

Filomeno Mata #11 esq. 5 de Mayo, 3er. Piso  
Centro Histórico

**Bar Sobia**

(Fundado desde 1951)  
Palma #40, Sótano  
Tel. (55) 55186834

**La Cigarrera**

Ernesto Pugibet #17  
esq. Plaza de San Juan  
Centro Histórico  
Tel. (55) 55212216

**La Llorona**

Mesones #87, esq. 5 de febrero,  
Centro Histórico  
México, D. F.

**La Nueva Luz**

Gante #1 esquina Madero,  
Centro Histórico,  
México, D. F.

**La Ópera**

(Existe desde finales del s. XIX)  
Calle 5 de Mayo #10  
Centro Histórico,  
Tel. (55) 55183514<sup>†</sup>

**Mancera**

Venustiano Carranza #49  
Centro Histórico  
México, D. F.  
Tel. (55) 55219755

**Salón Victoria**

López #43,  
Centro Histórico,  
México, D. F.

**Tenampa**

Plaza Garibaldi, Eje Central  
esq. Calle República de Honduras  
Centro Histórico  
México, D. F.

**Restaurantes**

**Café Ciudad de México**

**Café del Palacio (Palacio de Bellas Artes)**  
Eje Central Lázaro Cárdenas y Av. Juárez  
Centro Histórico  
Tel. 5512-0807 / 2593 ext. 129 y130

**Café Tacuba**

Tacuba #28  
Centro Histórico,  
Del. Cuauhtémoc  
México, D. F.  
Tel. (55) 55184950, 55184950

**Danubio**

Uruguay #3,  
Centro Histórico  
Tel. (55) 55120912, 55210976

**El Cardenal**

Calle de Palma #23  
Centro Histórico  
México, D.F.  
Tel. (55) 55218817

**El Cardenal-Sheraton**

Av. Juárez #70,  
Centro Histórico  
Tel. (55) 55186632, 55218815

**El Rey del Pavo**

Palma #32, entre Madero y 16 de Septiembre  
Centro Histórico  
Del. Cuauhtémoc  
México, D. F.  
Tel. (55) 55182810, 55183010

**El Taquito**

Carmen #69  
Centro Histórico  
México, D. F.  
Tel. (55) 55267699, 55290931, 55295685

**Fonda Don Chon**

Regina #160,  
Centro Histórico  
C.P.06020  
México, D. F.  
Tel. (55) 55420863

**Hostería de Santo Domingo**

(Desde 1860)  
Belisario Domínguez #72  
Centro Histórico  
Tel. (55) 265276 y 55101434

**La Casa de las Sirenas**

(Con Terraza a la Catedral y al Palacio Nacional)  
Guatemala #32  
Centro Histórico  
México, D. F.

**Las Delicias**

Luis Moya #29, entre Victoria y Ayuntamiento  
Centro Histórico

	<p>Tel. (55) 55188448  <b>La Terraza, Hotel Majestic</b>  Madero #73  Centro Histórico  Tel. (55) 21860009  <b>La Terraza y Lobby Bar (Gran Hotel de la Ciudad de México)</b>  16 de Septiembre #82  Centro Histórico  Tel. (55) 5510837700  <b>Los Girasoles</b>  Plaza Manuel Tolsá  Centro Histórico,  Tel. (55) 55100630  <b>Restaurante Plaza Mayor</b></p> <p><b>Xochimilco (Patrimonio de la Humanidad)</b>  <b>Restaurantes</b>  <b>Francés de la Montaña</b>  Carretera Federal a Cuernavaca #7575  Santiago Tepalcatlalpan  Del. Xochimilco  Tel. (55) 55840000 y 55843432  <b>La Carreta de Xochimilco</b>  Prol. División del Norte #5617  San Pedro  Del. Xochimilco  Tel. (55) 56754211 y 55550465  <b>La Valenciana</b>  Prol. División del Norte #5221  Potrero San Bernardino  Del. Xochimilco  Tel. (55) 56768891  <b>Restaurant Los Manantiales</b>  Calz. Xochimilco-Tulyehualco #60  Nativitas  Del. Xochimilco,  Tel. (55) 56760577 y 21564785</p>
<b>Mercados</b>	<b>Mercado de San Juan</b>

Ernesto Pugibet,  
Entre José María Marroquí y Luis Moya, a cuatro cuerdas del Eje Central Lázaro Cárdenas, Centro Histórico.  
Con más de 55 años de existencia, en el mercado de San Juan se pueden encontrar los productos más extraños como, iguana, armadillo, venado, conejo, lechón, cabrito y carnero; codorniz, perdiz, pato, pichón, faisán, ganso, pavo y tortuga. En pescados y mariscos se vende anguila, mantarraya, atún y salmón fresco, pescado para la comida cantonesa y huevo de lisa, entre otros.  
En el caso de frutas y verduras, se vende tomate de milpa o tomatillo, pepinos europeos, lechugas italiana y escarola, arúgula, yuca, *echalot*, chinchayote, azafrán de raíz, naranja agria, ayocote, quimbombó, plátano verde (muy utilizado en la comida colombiana y cubana), endibia, azafrán, curry, hongos de varias especies, pimientos (rojo, gorda, blanca, negra, verde), vainas de vainilla, albahaca y hoja santa, entre muchos otros productos.

#### **Mercado de Sonora**

Av. Fray Servando Teresa de Mier y Anillo de Circunvalación,  
Col. Merced Balbuena.

Abierto desde hace 53 años; en este mercado se venden artículos esotéricos, de cocina, juguetes, disfraces para toda ocasión, cestería, loza, plantas medicinales, frutas y verduras entre muchas otras cosas.

#### **Mercado de La Merced**

Se ubica en las calles General Anaya, El Rosario, Adolfo Gurrión y Cabañas, con un gran espacio abierto hacia Anillo de Circunvalación.

El mercado de La Merced existe desde la época de la colonia, cuando se instalaba como mercado ambulante, hasta la época de 1950 cuando las autoridades construyeron un nuevo espacio. Las obras se iniciaron en 1956 y concluyeron el 23 de septiembre de 1957. Fue inaugurado por el entonces Presidente de la República Adolfo Ruiz Cortines y el jefe del entonces Departamento del Distrito Federal (DDF), Ernesto P. Uruchurtu. Tiene una Nave Mayor de 400 metros de longitud, con 3,205 puestos de fruta, verdura y legumbres; una nave menor con 496 expendios de abarrotes, carnes y pescados; un paso a desnivel destinado a la cestería, la cordelería y el arte popular; un anexo con 179 locales para la talabartería y la jarciaría, y otras secciones para dulces, juguetes, flores y plantas de ornato, lonchería y refresquerías.

#### **Mercado de Jamaica**

Av. Morelos, entre Congreso de la Unión y Guillermo Prieto,  
Col. Jamaica.

Cuenta con más de 50 años de existencia y se caracteriza por tener un extenso surtido de arreglos florales y frutales, además de los tradicionales puestos de verduras y comidas.

	<p><b>Mercado de artesanías y comida Nativitas</b> Calle del Mercado, esq. Antiguo Camino a Nativitas junto al Embarcadero del mismo nombre, Xochimilco.</p> <p><b>Mercado Xochimilco</b> Netzahualcóyotl y Francisco I. Madero, Entre Av. Morelos y 16 de Septiembre, Centro Histórico de Xochimilco.</p> <p><b>Mercado de comida típica</b> Centro Histórico de Xochimilco.</p>
<p><b>Festivales gastronómicos</b></p>	<p><b>Xochimilco</b></p> <p><b>Feria de la Nieve</b> Se lleva a cabo en el mes de abril. Santiago Tulyehualco.</p> <p><b>Feria del Dulce Cristalizado</b> Se lleva a cabo a finales de julio, principios de agosto. Santa Cruz Acalpixca</p> <p><b>Feria del Maíz y la Tortilla</b> Se lleva a cabo a finales del mes de mayo y principios de junio.</p> <p><b>Feria del Olivo y el Amaranto</b> Santiago Tulyehualco. Primeras semanas del mes de febrero.</p> <p><b>Coyoacán</b></p> <p><b>Feria del Tamal</b> Última semana de enero, primera de febrero. Museo de Culturas Populares.</p> <p><b>Milpa Alta</b></p> <p><b>Feria del Mole</b> Durante el mes de octubre. Carretera Xochimilco-Oaxtepec km 17.5</p>
<p><b>Recetas</b></p>	<p><b>Huevos navegantes</b> <u>Ingredientes</u> 10 nopales tiernos. 6 huevos.</p>

	<p>2 tazas de caldo.  2 jitomates.  ½ cebolla.  1 ajo.  1 rama de cilantro.  Chile seco (morita o de árbol).  Aceite.  Sal al gusto.  <u>Preparación</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Licuar el jitomate con el ajo, media cebolla y los chiles. Colar, freír y sazonar.</li> <li>6. Añadir los nopales, el cilantro y el caldo.</li> <li>7. Llevar a hervor, bajar la flama y poner adentro los huevos enteros.</li> <li>8. Servir una vez que los huevos estén cocidos.</li> </ol> <p><b>Ajolote en chile verde con quintoniles</b></p> <p><u>Ingredientes</u></p> <p>1 ajolote.  ½ kg de tomate verde.  15 chiles serranos.  ¼ de cebolla.  3 cucharadas de manteca.  2 dientes de ajo.  1 rollo de quintoniles.  Sal al gusto.  <u>Preparación</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Limpiar el ajolote.</li> <li>6. Hervir los chiles, el tomate, la cebolla y el ajo. Moler.</li> <li>7. Freír con un poco de manteca. Una vez que hierva agregar el ajolote en trozos y los quintoniles. Sazonar.</li> <li>8. Servir cuando el ajolote esté cocido.</li> </ol>
<p><b>Historias,  leyendas, mitos</b></p>	<p>Tintan y Su carnal Marcelo: “<i>a comer carnitas</i>”.</p> <p><i>Naranja Dulce Limón Partido</i> (lirica infantil).</p> <p><i>Arroz con leche</i> (lirica infantil).</p>
<p><b>Rutas  gastronómicas</b></p>	<p><b>Zona Sur  Xochimilco</b></p> <p>Este recorrido pasa por la zona lacustre de Xochimilco. Se puede visitar el Parque ecológico y mercado,</p>

probar dulces mexicanos y ver su elaboración en una fábrica casera. Para los que desean conocer cómo se elabora el mole, se realiza una visita a una fábrica comunal. La visita concluye con una comida a bordo de una trajinera, barca típica en la cual se puede pasear por los canales viendo las chinampas, una forma de cultivo cuyo origen se remonta al México prehispánico.

### **Coyoacán**

En este barrio tradicional de la ciudad de México se combina la ruta gastronómica con la visita a museos, iglesias y edificaciones coloniales. La ruta inicia con un desayuno en uno de los restaurantes del centro de Coyoacán. Se visita el mercado, en donde un guía enseña a identificar y conocer los ingredientes de la cocina tradicional mexicana.

Se cuenta con tres opciones para comer:

La casa de un famoso cineasta mexicano en donde se imparte una clase práctica de sencilla pero auténtica cocina mexicana. Ahí mismo se come.

Se puede organizar una clase de cocina mexicana, práctica o de observación en un famoso restaurante de la zona. Se puede comer ahí mismo, ya que es uno de los mejores sitios de la ciudad para saborear la comida mexicana. Su cocina es auténtica, tradicional y al mismo tiempo, fina y deliciosa.

Otra posibilidad es comer en la casa colonial de la Chef Elsa Khal.

El resto de la jornada se puede dejar para hacer un recorrido cultural de la arquitectura colonial o visitar el Museo Frida Khalo, que fue casa de esta gran pintora.

### **San Ángel**

Este recorrido se puede efectuar en sábado, lo cual permite una visita al Bazar de los sábados. Si la visita no se realiza ese día, se puede organizar una clase en un restaurante de comida mexicana. La clase se lleva a cabo en el salón privado del restaurante, que antes era una casa.

### **Chapultepec-Polanco**

El día puede comenzar desayunando en una ex hacienda y posteriormente visitar los museos de la zona. Por la tarde, se puede visitar un restaurante de cocina mexicana, hacer un paseo por la zona comercial y tomar un café en algunos de los establecimientos del lugar. Para terminar la jornada, se puede cenar en un restaurante de especialidades mexicanas.

### **Zona Centro Histórico**

Después de desayunar, se inicia un recorrido del área (a elegir entre el Templo Mayor, Muralismo Mexicano, Palacios de la Ciudad de México o Arquitectura Colonial), dependiendo de la ruta y de la hora, se puede comer en un restaurante mexicano. Además, se pueden visitar dulcerías típicas.

### **Ruta de las cantinas del Centro Histórico.**

	<b>Ruta del amaranto, los olivos, los hongos y los nopales en Xochimilco, Tulyehualco y Tlalnepantla</b>
<b>Fuentes</b>	<p><b>Bibliografía</b>  Buenrostro, Marco, Cristina Barros, Isabel Méndez Parra, <i>Recetario del Nopal de Milpa Alta, D.F. y Colima</i>, conaculta-Dirección de Culturas Populares e Indígenas (Cocina indígena y popular #48), México D.F.2004.  Cruz Díaz, Elpidia Elena,Librado Silva G., <i>Recetario Nahuatl de Milpa Alta, D.F.</i>, Conaculta-Dirección de Culturas Populares e Indígenas (Cocina indígena y popular #19), México D.F., 2004.</p> <p><b>Instituciones</b>  Secretaría de Turismo del Distrito Federal.</p>

**ENTIDAD FEDERATIVA: QUERÉTARO**

<b>CONCEPTO</b>	INFORMACIÓN REQUERIDA
<b>Productos con Denominación de Origen</b>	-
<b>Productos de la región</b>	<p><b>Agricultura:</b> vid en Ezequiel Montes, nuez en Peñamiller, cactus y nopales en el semidesierto, manzanas y piñones en San Joaquín.</p> <p><b>Ganadería:</b> ganado vacuno en la Sierra Gorda.</p> <p><b>Pesca:</b> acamayaz</p>
<b>Alimentos tradicionales y productores</b>	Vino, dulces de leche, zacahuil, enchiladas queretanas, gorditas, quesos, escamoles, cecina, jugo y licor de manzana.
<b>Comida típica</b>	<p><b>Platillos salados:</b> enchiladas queretanas, fiambre, niditos, sopa de cuitlacoche, queretana y de elote, gorditas de migajas, nopal en penca, carnitas de puerco, pollo almendrado, pollo en huerto con peras, manzanas y duraznos, lengua mechada, pacholas, mamaxa y taquitos de carnitas estilo San Juan del Río.</p> <p><b>Platillos dulces:</b> camotes de Querétaro, capirotada, mantecado (nieve de leche con fruta cubierta), trompaditas y embarradillas (caramelos de azúcar de distintos sabores), achicalado (camote horneado con miel de piloncillo), y frutas al horno (miniaturas de azúcar coloreada).</p> <p><b>Bebidas:</b> atole de aguamiel preparado a base de puscua (maíz hervido en agua), al que se le agrega el aguamiel.</p> <p><b>Bebidas espirituosas:</b> <i>menjengue</i> (pulque curado con maíz, piña, plátano y piloncillo).</p>
<b>Mercados</b>	<p><b>Querétaro</b></p> <p><b>Mercado “Josefa Ortiz de Domínguez”, de la Cruz</b> Durante mucho tiempo los mercantes se ubicaban enfrente al templo de La Cruz, en lo que ahora es la Plaza Fundadores. Por ello Mariano Palacios mandó construir las instalaciones del ya popular y queretano Mercado de la Cruz.</p> <p><b>Mercado “Lomas de Casa Blanca”</b></p> <p><b>Mercado “Benito Juárez”</b></p>

	<b>San Juan del Río</b> Tianguis del Mercado Juárez
<b>Festivales gastronómicos</b>	-
<b>Recetas</b>	-
<b>Rutas gastronómicas</b>	-
<b>Fuentes</b>	-

## ENTIDAD FEDERATIVA: GUANAJUATO

CONCEPTO	INFORMACIÓN REQUERIDA
<b>Productos con Denominación de Origen</b>	<p><b>Tequila</b></p> <p>El tequila cuenta con la Denominación de Origen desde 1977, en virtud de que sus métodos de producción datan de la época prehispánica y son únicamente posibles en una zona específica de nuestro país que abarca los estados de Jalisco, Nayarit, Guanajuato, Tamaulipas y Michoacán.</p>
<b>Productos de la región</b>	<p><b>Agricultura:</b> aquí se cultivan casi 70 especies, como alfalfa, brócoli, cebolla, zanahoria, trigo, sorgo, cebada, fresa, frijol, zarzamora, espárrago.</p> <p><b>Ganadería:</b> ganado caprino en todo el estado y porcino en los municipios de Pénjamo, Abasolo, Irapuato, Pueblo Nuevo, la Piedad y Salamanca.</p>
<b>Alimentos tradicionales y productores</b>	-
<b>Comida típica</b>	<p><b>Platillos salados:</b> rabo de zorra, pacholas, empanadas de carnitas, fiambre al estilo San Miguel, mole rojo, verde, negro y con pipián, cabrito al pastor, nopal en penca, barbacoa, frijoles charros, queso, chorizo, ajos en escabeche, chicharrón y carnitas de puerco, mole de gallina empulcada, enchiladas rojas, cacahuates en escabeche, gorditas de queso, gorditas doradas de carne deshebrada, patas de cerdo en escabeche, tacos de cabeza de cerdo, chile de chorro relleno, enchiladas mineras, cecina, chiles rellenos, flautas, tamal de maíz tierno, pozole, jocoque, requesón, corazón de nopal, cacahuete hervido, guacamayas (las leonesas deben ser picantes.), caldo de carpa y mojarra frita, caldo de res, pancita y changos, birria, chiles rellenos, guisado de <i>xoconostle</i>, conejo pame, queso de chiva, y platillos a base de lima, camote asado.</p> <p><b>Platillos dulces:</b> charamuscas rellenas, jamoncillos, pepitorias, alegrías, cocadas, fruta de horno, dulces de calabaza, chilacayote y camote, queso de tuna, mezquitamal y pinole, ate de membrillo, nieves de bote de varios sabores como pasta (sabor similar a galletas de mantequilla), mantecado de vainilla, dulces de tamarindo, cajetas, quesos, charamuscas y natillas, tamales de guayaba, fresas al natural, fresas cristalizadas, fresas cubiertas con chocolate, fresas con crema chantilly, fresas en mermelada, gelatina, conservas. Pan de Acámbaro.</p> <p><b>Bebidas:</b> champurrado de maíz y chocolate. Atole blanco.</p> <p><b>Bebidas espirituosas:</b> pulque y curado de sabores, fresa, piña, coco aguamiel, blanco y colonche,</p>

	licor de sabores, rompope.
<b>Mercados</b>	<p><b>Mercado Hidalgo</b> Pénjamo, Gto. Como muchos de los mercados en el estado, fue construido para conmemorar el centenario de la Independencia y tiene, por ello, una arquitectura típica del Porfiriato. En los tradicionales locales internos del mercado se venden abarrotes, frutas y verduras, pero sobre todo una gran diversidad de platillos regionales. Lo más típico es el menudo y la birria, que se pueden comprar también en locales externos. También hay enchiladas, tamales, gorditas, etcétera.</p> <p><b>Mercado Hidalgo</b> Guanajuato, Gto. Principal mercado de la ciudad. Ernesto Brunel y Antonio Rivas Mercado realizaron el proyecto para construir una estación de ferrocarril. Sin embargo, el proyecto se terminó utilizando para construir el mercado en el predio que ocupó la antigua plaza de toros de Gavira. La construcción se prolongó de 1905 al 16 de septiembre de 1910. Lo inauguró el Presidente Porfirio Díaz como parte de las fiestas del Centenario de la Independencia. Sobre la enorme bóveda está la torre de un reloj de cuatro carátulas fabricado por José López, y en su cúpula una veleta con un pararrayos. Dispone de treinta y cuatro amplias ventanas. La puerta izquierda de este Mercado conduce al mercado de Gavira, en el cual se expende comida mexicana. La puerta contraria lleva a la plaza de Gavira, que funciona como mercado abierto.</p>
<b>Festivales gastronómicos</b>	<p><b>Expo Tendencias Gastronómicas</b> León, Guanajuato 28 -30 de Mayo</p> <p><b>Festival de Cata y Maridaje</b> Celaya, Guanajuato Julio</p> <p><b>Festival del Sabor</b> San Miguel de Allende, Guanajuato</p> <p><b>Festival del Mole</b> Guanajuato Febrero</p>
<b>Recetas</b>	<p><b>Enchiladas mineras</b> <u>Ingredientes:</u> 24 tortillas.</p>

Manteca de cerdo o aceite de maíz.  
1 pollo cocido cortado en piezas.  
15 chiles guajillos desvenados .  
comino al gusto.  
½ cucharada de orégano seco.  
2 dientes de ajo.  
3 jitomates asados.  
¼ de cebolla.  
400 gr de queso fresco desmoronado.  
1 cebolla picada.  
½ cebolla en aros.  
Rajas de chiles jalapeños en escabeche.  
½ kg papas cocidas en cuadritos.  
½ kg zanahorias cocidas en cuadritos.  
1 lechuga orejona lavada y desinfectada.  
100 gr de queso ranchero desmoronado (fresco).

Preparación:

Desvenar y remojar los chiles. Licuarlos con el jitomate, la cebolla y el ajo. Colar.  
Meter una por una las tortillas a la salsa y freír en un poco de manteca.  
Rellenar con queso rallado y cebolla picada.  
En la misma manteca, freír el pollo y las papas, que serán la guarnición del plato.  
Cubrir las enchiladas con queso rallado, zanahoria, aros de cebolla y lechuga.  
Se pueden acompañar con salsa picante.

Utensilios:

Comal.  
Licuadora.  
Recipiente para mezclar.

**Entomatado de res**

Ingredientes:

1 kg de pulpa de res en trozos.  
½ cebolla.  
2 dientes de ajo.  
8 tomates.

2 chiles serranos.  
4 cucharadas de aceite.  
1 cucharadita de epazote picado.  
1 cucharadita de azúcar.  
Manteca de cerdo en cantidad suficiente.  
Caldo de res en cantidad suficiente.  
Sal y pimienta al gusto.

Preparación:

Dejar la carne marinando con aceite, sal y pimienta durante 15 minutos aproximadamente. Una vez marinada, escurrir el exceso de líquido.

Sellar la carne en un sartén bien caliente. No es necesario agregar más aceite. Retirar y reservar.

Asar en un comal los tomates, la cebolla y el ajo. Licuar o moler en el molcajete agregando la cantidad necesaria de caldo de res.

Freír la salsa en el mismo sartén donde se selló la carne. Sazonar.

Regresar la carne al sartén con la salsa, tapar y cocer a fuego bajo.

Utensilios:

Comal.  
Licuadora o molcajete.  
Sartén.  
Recipiente para mezclar.

**Tostadas de pata**

Ingredientes:

12 tortillas secas.  
150g de manteca.  
150g de frijoles refritos.  
2 patitas de cerdo en vinagre.  
3 aguacates en rebanadas.  
75g de queso añejo rallado.  
1 lechuga picada.  
Orégano en polvo.  
Vinagre.  
Aceite  
3 jitomates.

2 cebollas picadas.

Azúcar, sal y pimienta al gusto.

Preparación:

Freír las tortillas en un sartén con un poco de manteca. Ponerlas a escurrir sobre papel estroza.

Asar los jitomates en un comal, quitarles la piel y molerlos en licuadora o molcajete.

Cocer los jitomates molidos y, poco a poco, agregar las cebollas, 4 cucharadas de vinagre, orégano, un poco de azúcar y sal.

Revolver los frijoles con el queso rallado y untarlo en las tostadas.

Ponerle a la lechuga unas gotas de aceite, vinagre, sal y pimienta. Esparcir sobre las tostadas junto con las rebanadas de aguacate.

Deshuesar las patitas, cortarlas en cubitos y distribuirlos sobre las tostadas. Bañarlas con la salsa de jitomates.

Utensilios:

Comal.

Molcajete.

Sartén.

Recipiente para mezclar.

**Tortas de carnitas**

Ingredientes:

15 kg de carne de cerdo (surtida o maciza).

15 kg de manteca de cerdo.

Sal al gusto

2 lt de leche.

6 naranjas.

Ajo y eneldo.

Hierbas de olor, envueltas en un saquito hecho con manta de cielo y atado con hilo cáñamo.

Pan tipo telera.

Frijoles refritos.

Cebolla picada.

Cilantro picado.

Salsa al gusto.

Preparación:

En un cazo de cobre, poner la manteca de cerdo junto con la carne.

Cocer moviendo constantemente para que la carne no se pegue. Cuando comience a hervir, sazonar y añadir ajo y eneldo bien picados. Agregar el saquito de hierbas de olor.

Añadir los dos litros de leche.

Añadir las seis naranjas partidas por la mitad. Dejar cocer durante dos horas o hasta que la carne de cerdo esté bien cocida.

Partir las teleras por la mitad, untar los frijoles y esparcir las carnitas picadas. Sobre ellas, poner cebolla y cilantro picado. Se puede acompañar con salsa picante.

Utensilios:

Cazo de cobre.

Pala de madera.

Manta de cielo.

Hilo cáñamo.

Cuchillos filetero y para pan.

**Turrón de fresa**

Ingredientes:

1 kg de fresas lavadas y desinfectadas.

1 kg de azúcar.

4 claras de huevo.

¼ k de galletas soletas.

Procedimiento:

Moler las fresas.

Poner las claras en un tazón grande y batirlas a punto de turrón. Añadir el azúcar y seguir batiendo hasta que la mezcla endurezca.

Servir el turrón con las fresas molidas y acompañar de galletas.

Utensilios:

Tazón.

Batidor globo.

Licuada o molcajete.

**Frijoles puercos (del Recetario guanajuatense del xoconostle)**

Ingredientes:

8 xoconostles.

½ k de frijoles.

	<p>3 chiles negros limpios, fritos y picados.  1 cebolla.  Chorizo o carne de puerco molida.  Chiles guajillos.  Sal al gusto.  Orégano.  <u>Preparación:</u>  Cocer los frijoles con un poco de cebolla.  Freírlos con cebolla picada. Agregar los chiles negros y el xoconostle.  Cocer la carne de cerdo con orégano o asar el chorizo.  Bañar la carne con los frijoles.  <u>Utensilios:</u>  Olla de barro</p> <p><b>Mermelada de Xoconostle (del Recetario guanajuatense del xoconostle)</b></p> <p><u>Ingredientes:</u>  1 kg de xoconostle.  ¾ kg de azúcar.  1 ½ lt de agua.  <u>Preparación:</u>  Pelar los xoconostles, quitarles la semilla y picarlos.  Ponerlo en agua hasta que hierva. Agregar el azúcar y retirar cuando espese.  <u>Utensilios:</u>  Cazo de cobre.</p>
<b>Rutas gastronómicas</b>	-
<b>Fuentes</b>	<p><b>Bibliografía</b>  Conaculta-Dirección General de Culturas Populares, <i>Recetario guanajuatense del xoconostle, Cocina indígena y popular</i> Conaculta, México D.F., 1999.  Jiménez González, Víctor Manuel, <i>Guanajuato</i>, Editorial Océano (Rincones y Sabores de México), México, 2009.  Juárez Ramírez, Karina Jazmín, y Janette Anaya Zapata (investigación) <i>Cocina tradicional guanajuatense. Historias y recetas</i>, Instituto Estatal de Xcultura-Centro de las Artes de Guanajuato, Ediciones La Rana (Arte y Culturas Populares de Guanajuato), Guanajuato, 2009.</p>

