



# MAPA DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DE NICARAGUA DEPARTAMENTO DE MANAGUA

## MANAGUA

**Municipios:** Mateare, Villa El Carmen, El Crucero, Ciudad Sandino, Tipitapa, San Rafael del Sur, San Francisco Libre, Ticuantepe y Managua.



**COMIDAS :** Platos fuertes y entradas saladas que incluyen sopas, tamales, nacatamal, guisos, arroces, carnes de res, pollo, cerdo, pescados y de caza (garrobos, tortugas, venados, chanchos de montes, caracoles de mar y tierra,...), puré, mogos,....



Pescado a la Tipitapa. Fuente: FB

**1. Las Fritangas:** Puestos de comidas ambulantes que se destacan en los barrios de Managua, ofrecen carnes asadas de cerdo, pollo, res, chorizos criollos, y morongas. Acompañadas de gallopinto, tajadas de plátano frito, de maduro frito, tortillas calientes. También ofertan enchiladas, papas rellenas de queso o carne, tacos de tortilla y carne fritos, queso frito, empanaditas de maduro rellenas de queso. Todo esto acompañado con ensalada de repollo aderezado con vinagre de frutas y chileros de cebollitas encurtidas. Tradicionalmente servidos en hojas de chagüite o platanillo. Se degustan con refrescos de cacao y variedad de futas.



- ❖ **Carne en Baho**, corte de la cecina de la res salada y desangrada, cocida al vapor con yucas, plátanos verdes y maduros, acomodadas en grandes peroles forrados con hojas de chagüite soasadas y cama de cascaras de los plátanos verdes y ramitas de guayaba. Complementando con ensaladas y encurtidos de cebollas.



- ❖ Chancho con yuca
- ❖ Chorizo de Gaspar
- ❖ Elotes cocidos y asados
- ❖ Enchiladas
- ❖ Fritangas (pollo, cerdo, res con gallo pinto, ensalada de repollo, tajada frita o maduro frito)
- ❖ Frito de cerdo con tortilla
- ❖
- ❖ Gallina navideña
- ❖ Gallopinto acompañado con queso o leche agria y tortilla de maíz
- ❖ Güirilas con cuajada



**Enchiladas .** Fuente: 19 Digital



**Gallopinto y leche agria.** Fuente: FB

- ❖ Indio viejo
- ❖ Leche agria
- ❖ Lomo Relleno
- ❖ Macho en carrera o Peor es nada
- ❖ Moronga con Tortilla
- ❖ Nacatamal
- ❖ Pescado a la Tipitapa
- ❖ Pescado frito
- ❖ Pinol de iguana
- ❖ Pollo al horno
- ❖ Relleno
- ❖ Salpicón de Gaspar



Nacatamal

- ❖ Sopas de temporada (queso, cuajada, rosquillas)
- ❖ Sopas tradicionales de gallina, res, cola, costilla alta, albóndigas, mondongo, mariscos
- ❖ Tacos
- ❖ Tamales pizques
- ❖ Torta de Sardina
- ❖ Tortilla con chicharrón
- ❖ Tortillas Tostadas
- ❖ Vigorón
- ❖ Yoltamal



Sopa de costilla alta. Fuente: fromnicaragua.com



Tortas de sardina, Municipio de Mateare.

**Bebidas:** Tanto líquidas como espesas, frías y calientes (atoles, tibios, frescos, téis tradicionales, todos a base de frutas naturales, hojas, flores o cereales



Ensalada de frutas . Foto: Youtube Nicasason

- ❖ Atoles (trigo y maíz)
- ❖ Bebidas fermentadas: Vino de Jiñocuago, Chicha bruja, Chicha de piña, Chicha de coyolito
- ❖ Chicha de las Siete Quebradas
- ❖ Chicha de maíz
- ❖ Frescos a base de frutas: Piña, Pitahaya, Guayaba, Naranja, Calala, Limón, Melón, Melocotón, Granadilla
- ❖ Frescos a base de maíz: Pinol, Pinolillo, Tiste, Chingue, Pozol con leche
- ❖ Frescos a base de semillas y granos: Cacao, Semilla de Jícaro, Arroz con piña, Cebada, Chilla con Tamarindo, Linaza
- ❖ Mixto de frutas



Fresco de cacao. Fuente: [recetasnicaragua.com](http://recetasnicaragua.com)

## CHICHA DE LAS SIETE QUEBRADAS

En el marco de las fiestas tradicionales en honor a Santo Domingo de Guzmán, patrono de la ciudad de Managua, se realizan diversas actividades tradicionales, entre las que se destacan las tradiciones gastronómicas. La chicha en mención es realizada en la casa de habitación del Sr. Lisímaco Chávez (Q.E.P.D.) en el populoso barrio de San Judas.

Según la historia creada por el mismo sr. Chávez, esta chicha se elabora con el agua de "Las 7 Quebradas", haciendo referencia a que usaba el agua con la que se bañaba, la cual contaba jocosamente que "pasaba una semana en conserva sin bañarse. El séptimo día, se bañaba sin botar el agua. Con el agua recogida, hacía la chicha".

Esta chicha para su preparación lleva azúcar, piña, clavo de olor, tamarindo y otros condimentos y lo esencial: "el secreto que no te lo vamos a decir". Conserva la tradición su familia, especialmente de su viuda, la "Chavelita".

Se reparte anualmente durante las festividades, del 1 al 10 de agosto en la casa de habitación, y se reparten dos barriles de esta bebida a los presentes.



**Tradicional Chicha de las 7 quebradas.**

Franklin Oporta Chávez, nieto de Lisímaco Chávez.

Foto: VosTV

**PANES :** Todos los alimentos cuya base es de harinas (de trigo, arroz y maíz) y cuya cocción es a base de horno o fritos, pueden ser dulces, simples o salados y rellenos (de dulces como: piña, guayaba, dulce de rapadura, salados como: queso, pollo, carnes,...).



Pan y bollería tradicional, Managua. Foto: DB, Leonardo Duarte

- ❖ Barquillos (Pan tradicional)
- ❖ Biscotelas
- ❖ Cosa de horno
- ❖ Galleta simple
- ❖ Galletas dulces Cantón
- ❖ Marquesote
- ❖ Pan de mano
- ❖ Pan dulce (picos, manjar, polvorón, enmantecados, lengua, punto rojo...)
- ❖ Pan simple
- ❖ Pan simple (suaves y tostados)
- ❖ Pico con queso
- ❖ Pio V



**Pan simple .** Fuente: Pinterest



**Picos tostados .** Fuente: RositaBakeryNica

**DULCES :** Dulcería Tradicional (cajetas, caramelos, paletas,...), postres (Pio V, tres leches, arroz con leche, hojuelas, Turrone, crispetas, raspados,...).



Raspados. Fuente: fromnicaragua.com

- ❖ Almíbar
- ❖ Almíbar de flor de  
espadillo
- ❖ Arroz de leche
- ❖ Atol duro
- ❖ Ayote en miel
- ❖ Buñuelos
- ❖ Cajetas (coco, maní,  
piñonate, coyolito)
- ❖ Caramelos
- ❖ Crispetas
- ❖ Curbasá
- ❖ Cusnaca



**Buñuelos.** Foto: Leandro Zúniga. 19 Digital

- ❖ Dulce de frutas
- ❖ Pelotas o Turrones
- ❖ Pío V
- ❖ Raspados
- ❖ Sopa borracha
- ❖ Tres leche
- ❖ Leche burra
- ❖ Manjar de leche



**Tres leches.** Fuente: [saborgourmet.com](http://saborgourmet.com)