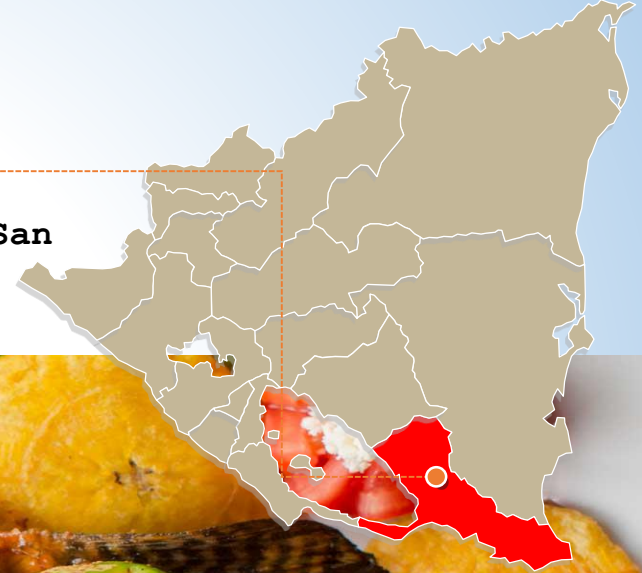




MAPA DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DE NICARAGUA DEPARTAMENTO DE RÍO SAN JUAN

RÍO SAN JUAN

Municipios: San Carlos, El Castillo, El Almendro, San Miguelito, Morrito y San Juan de Nicaragua.



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,....



Sanjuaneño exótico, cuya base principal es Robalo fresco.

Fuente: riosanjuan.com.ni

- ❖ Arroz con camarones
- ❖ Arroz con chanco
- ❖ Arroz con pescado seco
- ❖ Arroz Selva tropical con camarones
- ❖ Baho de robalo

- ❖ Caldo de gallina
- ❖ Camarón al ajillo
- ❖ Camarón en sopa con coco y leche
- ❖ Camarones de río empanizados con coco
- ❖ Carne asada (Pollo, Res y Cerdo)
- ❖ Ceviche de camarones

- ❖ Ceviche de robalo
- ❖ Ceviche mixto
- ❖ Chicharrón de pescado
- ❖ Chorizo de machaca
- ❖ Cuajadas frescas, ahumadas, secas
- ❖ Deditos de pescado



Chicharrón de pescado. Fuente: FB



Guapote en salsa. Fuente: INIFOM



Langosta sanjuaneña en sopa. Fuente: FB

- ❖ Empanadas plantintack
- ❖ Enchiladas de carne
- ❖ Escabeche de pescado
- ❖ Gallina rellena
- ❖ Güirila
- ❖ Guiso de pipián
- ❖ Guiso de tortuga
- ❖ Guapote en salsa
- ❖ Henchida de masa
- ❖ Iguana consumida en coco
- ❖ Iguana desmenuzada
- ❖ Iguana en pinol
- ❖ Langosta sanjuaneña
- ❖ Lomo relleno
- ❖ Moronga de cerdo
- ❖ Nacatamal



Iguana consumida en coco. Fuente: INIFOM

- ❖ Pebre de cerdo
- ❖ Pescado a la castilleña
- ❖ Pescado al vapor de Solentiname

- ❖ Pescado asado
- ❖ Pescado frito
- ❖ Pescado frito a la Morriteña



Pinol de Iguana. Fuente: FB



Pescado Frito, Morrito. Fuente: INIFOM

- ❖ Pescado frito con tomate
- ❖ Pescado Lagunero, Guapote o Mojarra fritos
- ❖ Pinol de gallo
- ❖ Pinol de iguana
- ❖ Queque de quequisque

- ❖ Queso y Cujada con vegetales
- ❖ Quesos de crema, ahumado, seco, de freír
- ❖ Rondón con tortuga
- ❖ Rondón de robalo asado



Rondón con aleta de tortuga. Fuente: FB

- ❖ Sancocho de cabeza de Gaspar y Machaca
- ❖ Sancocho de res
- ❖ Sopa de albóndigas
- ❖ Sopa de camarón de río, con leche de coco
- ❖ Sopa de camarones
- ❖ Sopa de frijoles con crema y huevo
- ❖ Sopa de gallina con albóndigas



Sopa de albóndigas.

Fuente: INIFOM

- ❖ Sopa de mondongo
- ❖ Sopa de pescado con cangrejo en leche de coco
- ❖ Sopa de Queso o de Rosquilla
- ❖ Sopa de res
- ❖ Sopa Mahuesa
- ❖ Sopa marinera mixta
- ❖ Sopón de frijoles nuevo



Sopa Mahuesa. Fuente: INIFOM



Sopa de pescado con cangrejo en leche de coco. Fuente: Facebook



Tajadas con Pollo. Fuente: Nicatourism

- ❖ Tripa hinchida de res
- ❖ Vaho
- ❖ Venado en pinol
- ❖ Vigorón

- ❖ Tajadas con cerdo
- ❖ Tajadas con pollo
- ❖ Tamal asado
- ❖ Tamal pisque



Tamal Pisque. Fuente: INIFOM

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



Horchata. Fuente: INIFOM



Criminal de fruta de pan. Fuente: YouTube
canal Nicaraguense



Agua de coco. Fuente: TN8



Atol de maíz nuevo. Fuente: INIFOM



Atolillo. Fuente: INIFOM

- ❖ Agua de coco
- ❖ Agua de guarisapo
- ❖ Atol de elote
- ❖ Atol de maíz nuevo
- ❖ Bebida ancestral de jengibre con raspa de dulce
- ❖ Caco con leche
- ❖ Cebada con leche
- ❖ Chicha de coyol
- ❖ Chicha de maíz
- ❖ Chocolate caliente
- ❖ Criminal de maduro o fruta de pan
- ❖ Cususa (Licor artesanal)
- ❖ Fresco de cacao
- ❖ Fresco de chía con tamarindo
- ❖ Fresco de hoja de jocote
- ❖ Fresco de semilla de espinaca



Pozol con leche. Fuente: Recetas de Nicaragua

- ❖ Horchata
- ❖ Leche con carol
- ❖ Limonada
- ❖ Pinol
- ❖ Pinolillo
- ❖ Pozol con leche
- ❖ Pozol de semilla de almendra
- ❖ Tibio de leche
- ❖ Tiste

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 bond. Fuente: FB



Pan casero. Fuente: FB



Pan de queso. Fuente: FB



Pico de queso. Fuente: YouTube

- ❖ Empanadillas de leche
- ❖ Hornadas
- ❖ Pan bon
- ❖ Pan casero

- ❖ Pan chileno
- ❖ Pan con coco
- ❖ Pan dulce

- ❖ Pan simple
- ❖ Patí
- ❖ Pudín de arroz

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



Almibar de papaya. Fuente: Vivanicaraguacanall3



- ❖ Alfeñique
- ❖ Almíbar o Curvazá
- ❖ Arroz con leche
- ❖ Atol de maíz tierno
- ❖ Atolillos
- ❖ Cajeta de cacao

Cajetas de coco. Fuente: 19digital

- ❖ Cajeta de Coco
- ❖ Cajeta de guayaba
- ❖ Cajeta de leche
- ❖ Cajeta de leche chirre
- ❖ Cajeta de leche con cacao



Alfeñique. Fuente: INIFOM

- ❖ Chocolate amargo
- ❖ Chocolate con maní
- ❖ Chocolate dulce
- ❖ Coyol en miel de piñonate
- ❖ Leche burra
- ❖ Mermelada de pera de agua
- ❖ Miel de caña
- ❖ Piñonates
- ❖ Pio V
- ❖ Pudín de maduro, quequisque, arroz o papaya
- ❖ Turrón



Pio V. Fuente: Recetas de Nicaragua



Miel de caña. Fuente: INIFOM