

MAESTRÍA EN COCINAS DE MÉXICO

Turismo Gastronómico de Baja California Sur.

Unidad 6, Bloque 16, Actividad #1

Ana Fernanda Gallego Pérez
Institución: Culinary Art School de Tijuana
Correo: anag@culinaryartschool.edu.mx

Mtro: Ana Laura Martínez
Institución: Culinary Art School de Tijuana
Correo: analaura@culinaryartschool.edu.mx

Gastronomía de Baja California Sur.



Disfrutar de Baja California Sur puede hacerse de diferentes maneras: ir de pesca, bucear, jugar golf, andar en vehículos todo terreno por el desierto, disfrutar de las sus hermosas playas, o bien, a través de su gastronomía local. Es necesario conocer su comida, ya que con esto podrá el visitante darse cuenta de lo maravilloso de sus productos locales. Este destino turístico tiene mucho que ofrecerles, ya que cuenta tanto con una rica cocina regional como una amplia gama de restaurantes que ofrecen platillos de la cocina internacional.

Baja California Sur, es un estado muy joven al que llegaron los primeros misioneros a finales del siglo XVII, ellos introdujeron la vid, el olivo, el maíz, el trigo y otros más. El encuentro entre estos y los nativos del territorio trajo como resultado el surgimiento de diferentes platillos. Estos misioneros fueron expulsados de la península y por ende no se dio continuidad a seguir con la invención de mas platillos como sucedió en el resto de México. Es por ello que la gastronomía regional de este estado no es tan abundante



como en otras partes de la república, pero esto no significa que sea menos sabrosa. La cocina regional de BCS se basa principalmente en productos que provienen del mar, y principalmente de estos dos cuerpos de agua que la rodean: Mar de Cortés y del Océano Pacífico.

Dentro de las delicias gastronómicas que puedes disfrutar están las succulentas **almejas** **chocolatas asadas en su concha o tatemadas** (se cuecen enterradas en una cama de piedra cubierta por romerillo), el famoso **marlín ahumado**, o los **tacos de pescado o camarón**. En la cocina de Baja California

Sur vemos una gran mezcla de sabores y técnicas para preparar estos productos: se pueden saborear en machaca, como relleno de algún chile, en forma de chilorio y muchas otras formas que sabemos que los visitantes van a disfrutar. Otro de los platillos que tendrás que poner en tu lista cuando visites este territorio maravilloso son los **tamales fajados** (relleno de pollo



estilo rancharo). Una bebida que es elaborada por la comunidad nativa de los Guaycura es el



licor de Damiana. Lo elabora para sus ceremonias, tiene un efecto digestivo y relajante, y dicen que tiene poderes afrodisiacos.

Conoce y descubre este hermoso destino a través de su gastronomía local, que sobresale por la gran variedad de sus productos marinos y, descubre en tu próximo viaje de estos deliciosos sabores.

Referencias.

Chavez, I. (2012). La Ruta Gastronómica de Baja California Sur. Recuperado en: <https://www.youtube.com/watch?v=psbyc6JKKko>.

Comidas de México (2013). *Cochito o Puerco Rostizado, La Ruta del Sabor, Mulege BCS*. Recuperado en: <https://www.youtube.com/watch?v=V9loW2YKURs&t=202s>.