

## **Gastronomía mexicana..**

La gastronomía mexicana tiene una gran diversidad de platillos típicos con sus ingredientes básicos y representativos, costumbres culinarias de la época prehispánica, una cocina mesoamericana asentada en alimentos como los son: el maíz, el cilantro, el chile, el frijol, el nopal y el jitomate. forman parte de las tradiciones y vida común de sus habitantes, enriquecida por las aportaciones de las distintas regiones del país, que deriva de la experiencia del México prehispánico. La gastronomía mexicana también se caracteriza por sus distintivas salsas que sirven como acompañamiento de platos tradicionales, preparadas a base de especies..

Muchos platillos de la cocina mexicana se originaron en el México prehispánico aunque también la cocina mexicana ha sido influida por distintas culturas, como la cocina francesa, española, africana del Oriente y asiática.

La cocina mexicana tiene un componente indígena básico en sus ingredientes y algunas técnicas comunes de preparación de los alimentos. El común denominador en muchas cocinas es el uso de maíz, chile y frijol, acompañados de jitomate en sus diversas formas y recetas aunque no es un determinante.

La cocina mexicana también cumple funciones festivas, algunos platillos Suelen ser exclusivos para una época del años como las fiestas del día de muerto y navidad..

Tras la Conquista, los españoles introdujeron una variedad de alimentos y técnicas de la cocina europea. La cocina española en aquella época ya era una mezcla de ingredientes debido a ocho siglos de conquista musulmana...

## **Restaurantes del país de México..**

**Pujol. Ciudad de México.** Del chef Enrique Olvera. En un pequeño local en Polanco, la cocina de Pujol apuesta por reinventar las tradiciones de la gastronomía mexicana. Durante los últimos años, no sólo se ha consolidado

como el mejor restaurante de México sino que sube peldaños en la lista de los mejores del mundo. Uno de sus platillos más famosos es el taco de langosta, longaniza, frijol y hoja santa. Si quieres visitarlo, tienes que hacer una reservación con semanas o hasta meses de anticipación.

**Biko. Ciudad de México.** De los chefs Bruno Oteiza, Gerard Bellver y Mikel Alonso. Es otro de los restaurantes que cada año entra en la lista de los mejores del mundo. Su gastronomía, con sabores vascos y nacionales, fue autodenominada “Cocina Gachupa” y es una fusión de las cocinas mexicana y española. Su plato más conocido es el Foie gras, 100 por ciento algodón.

**Quintonil. Ciudad de México.** Del chef Jorge Vallejo. Apenas abrió sus puertas en 2012 y ya se ha consolidado como uno de los mejores de la capital. Su cocina es mexicana contemporánea, dándole mucha importancia a las hierbas y granos. Su platillo emblemático son los chilacayotes en mole de la casa, tortilla tatemada, calabaza y albahaca.

**Pangea. Monterrey.** De los chefs Guillermo González Beristáin y Ángel Solís. La carta presenta un encuentro de la cocina indígena mexicana y la alta cocina francesa. Son famosas sus costillitas, el pulpo asado con garbanzos y el mousse de camarón.

**Sud 777. Ciudad de México.** Del chef Edgar Núñez. Este restaurante confirma que la cocina mexicana contemporánea está de moda. Aquí también encontraremos ingredientes con una gran tradición dentro de nuestra gastronomía, reinterpretados con propuestas muy novedosas como la zanahoria confitada en grasa de pato y servida con crema agria.

**Manzanilla. Ensenada.** De los chefs Benito Molina, Solange Muris y Alfredo Pérez Ruvalcaba. Nada tan rico como unos mariscos frescos acompañados de un gran vino blanco. Manzanilla aprovecha la cultura vitivinícola de la región y la cercanía al mar para convertirse en uno de los mejores restaurantes de pescados y mariscos en México. Si lo visitas no te pierdas sus ostiones ahumados.

**MeroToro. Ciudad de México.** Del chef Jair Téllez. El sabor y los productos de Baja California en la colonia Condesa. La especialidad de la casa es la papada de cerdo con jamón ibérico frito a la sartén servidos con lentejas y huevo

escalfado, pero también te recomendamos el ceviche, el pargo rojo, los ravioles y el risotto.

**Rosetta. Ciudad de México.** De la chef Elena Reygadas, quien recientemente recibió el premio Veuve Clicquot como la mejor chef mujer de América Latina. El estilo del restaurante es mexicano pero tiene fuertes influencias italianas. Te recomendamos probar los caracoles de mar con hojas de capuchina o las mollejas de ternera.

**Amaranta. Toluca.** De los chefs Pablo Salas y Juan Pareja. La cocina de Amaranta es mexicana y es, sobre todo, mexiquense. Cada plato es una referencia a algún lugar del Estado de México o a algún ingrediente típico de la región. Su plato más famoso es el carpaccio de manitas de cerdo.

**Corazón de Tierra. Valle de Guadalupe.** Del chef Diego Hernández. Este lugar tiene la peculiaridad de contar con su propio huerto, donde cultivan frutas y verduras para obtener los productos más sanos y frescos, para ofrecer todo el sabor de Baja California de una manera natural y única.