



# LA TIERRA DEL SABOR

GUÍA DE TURISMO  
GASTRONÓMICO DE  
SANTA MARTA

**TORNUS**  
Agencia Creativa de Turismo

*Santa  
Marta*  
Patrimonio  
Mundial

  
**INSTITUTO DE  
TURISMO**  
DE SANTA MARTA

  
**SANTAMARTA**  
El cambio es **imparable**









**PROYECTO APROBADO EN EL  
GOBIERNO DE LA ALCALDESA  
DISTRITAL DE SANTA MARTA**  
VIRNA LIZZI JOHNSON SALCEDO

**EJECUCIÓN DEL PROYECTO**  
MARCELINO K-DAVID RADA,  
DIRECTOR GENERAL DEL INSTITUTO  
DISTRITAL DE TURISMO DE SANTA MARTA.

YUNIA PALACIOS CUESTA  
DIRECTORA GENERAL DEL INSTITUTO  
DISTRITAL DE TURISMO DE SANTA MARTA (E)

**DIRECCIÓN DEL PROYECTO**  
TORNUS  
AGENCIA CREATIVA DE TURISMO

DAVID OSPINA  
DAGOBERTO OSPINA

**DIRECCIÓN EDITORIAL**  
DIANA RUSSO MANJARRÉS

**CORRECCIÓN DE ESTILO**  
DAGOBERTO OSPINA  
DIANA RUSSO MANJARRÉS

**ASESOR EXPERTO**  
JOHNATAN PONTÓN R.

**CURADURÍA DE CONTENIDOS**  
DAVID OSPINA

**DIRECCIÓN DE ARTE**  
MARÍA DE LOS ÁNGELES PAREDES

**DIRECCIÓN DE ILUSTRACIÓN**  
LAURA PINZÓN

**DISEÑO GRÁFICO**  
MARÍA VICTORIA ZUÑIGA  
NATALIA BARRAGÁN  
VALENTINA CHICA

**ILUSTRACIÓN**  
LAURA PINZÓN  
ADRIANA CALPA

**FOTOGRAFÍA**  
ÁNGEL RUIZ  
ANDRÉS DAVID SÁNCHEZ





# 1

SANTA MARTA: UN VIAJE  
GASTRONÓMICO A  
TRAVÉS DE SU HISTORIA Y  
SABORES ÚNICOS

## 2

ESPECIALIDADES  
CULINARIAS

EL 'BONITO' SAMARIO ..... 15

CAYEYE: LOS SABORES ÚNICOS  
DEL GUINEO VERDE ..... 16

BOLLO “TRES PUNTÁ”  
TRADICIÓN DE MAMATOCO ..... 18

DIEZ EXPERIENCIAS  
GASTRONÓMICAS .....20

### 3

FRITURAS .....24

#### 4

SABORES LOCALES  
E INNOVACIÓN  
GASTRONÓMICA

##### 5

MERCADO PÚBLICO: PLAZA  
DE COMIDA POPULAR

###### 6

RESTAURANTES  
EMBLEMÁTICOS DE  
COMIDA DE MAR

DONDE CHUCHO .....54

MAÑE CAYÓN .....55

EL KAREY .....56

CHEF DEL MAR .....57

GRAN MANUEL .....57

###### 7

CAFÉ DE ORIGEN:  
AROMAS Y SABORES DE  
LA SIERRA NEVADA





## 8 3 LUGARES DONDE COMER COCTEL DE CAMARÓN

EMANUEL, COCTELES Y CEVICHES	65
MARISCOS ANDRÉS	65
JUANCHO CEVICHERÍA	65

## 9 DÓNDE COMER AREPA DE HUEVO

AREPAS LA INDUSTRIAL	67
DONDE CASTA	67
LAS ZAPATAS	67

## 10 CERVEZA ARTESANAL LOCAL

KUMBIA	69
SURF MONKEY	70
CERVECERÍA NEVADA	71

## 11 COMIDA CALLEJERA

## 12 RESTAURANTES EN MINCA

BURURAKE	79
SOUL KITCHEN	79
LAZY CAT	79

## 13 RECETARIO

CAZUELA DE MARISCOS	82
AREPA DE HUEVO	84
DULCE DE COCO	85

PESCADO FRITO	86
ARROZ CON COCO	88
CARIMAÑOLA	89
CAYEYE	90
BOLLO DE YUCA	91
SANCOCHO	92

## 14 BIBLIOGRAFÍA





# Editorial

En Santa Marta, donde los sabores se encuentran con la historia, la gastronomía es un crisol de culturas y tradiciones culinarias. Este destino, rico en historia y diversidad culinaria, se presenta a través de nuestra guía gastronómica, que va más allá de simplemente detallar restaurantes y platos típicos. Se convierte en una herramienta esencial tanto para visitantes como para locales, celebrando la riqueza gastronómica de Santa Marta y destacando la autenticidad y diversidad de sus ingredientes y experiencias culinarias.

Fruto del compromiso compartido con la Alcaldía de Santa Marta, la Alcaldesa Virna Johnson y el Instituto de Turismo de Santa Marta (Indetur) bajo la dirección de Marcelino K'david y Yunia Palacios (e), esta guía busca promover experiencias turísticas y culinarias de alto valor e impacto. Mediante un enfoque didáctico y una investigación exhaustiva, aspira a despertar el interés en la gastronomía local, destacando su potencial sostenible y enriquecedor.

Diseñada para evolucionar con las experiencias y conocimientos de chefs, viajeros, críticos y amantes de la gastronomía, cada página de esta guía es un testimonio de la magnificencia y singularidad de la cocina de Santa Marta. Destaca la importancia vital de preservar estas tradiciones culinarias únicas y es un homenaje a las comunidades locales y sus prácticas y conocimientos ancestrales, fundamentales en la conservación de la cultura gastronómica de la región.

Al reconocer y celebrar la diversidad cultural y culinaria, reafirmamos la importancia de apoyar y respetar a estos guardianes de las tradiciones. La guía también invita a cada lector a convertirse en un explorador culinario consciente, siendo aliado en la promoción y protección de uno de los destinos gastronómicos más espectaculares del mundo.

**TORNUS**  
AGENCIA CREATIVA DE TURISMO





LA TIERRA DEL SABOR

# SANTA MARTA:

*Un viaje gastronómico a través de su historia y sabores únicos*

Santa Marta es un auténtico paraíso gastronómico donde los ecos de su rica historia se reflejan en cada exquisito plato.

› EL CRISOL DE CULTURAS QUE HA CONVERGIDO EN ESTA CIUDAD, INCLUYENDO LAS INFLUENCIAS INDÍGENAS, AFRODESCENDIENTES Y ESPAÑOLAS, HA FORJADO UNA IDENTIDAD CULINARIA SINGULAR QUE SE DISTINGUE POR SER UN COMPENDIO DE TRADICIONES Y SABORES ÚNICOS.

La culinaria samaria es, en esencia, un relato vivo y apasionante que narra la historia de su gente, reflejando sus luchas, esperanzas y la riqueza de una tierra acariciada por el mar y custodiada por majestuosas montañas.

Más que simples preparaciones culinarias, los platos de Santa Marta son auténticas cápsulas de tiempo que atesoran historias, recetas transmitidas de generación en generación, preservando con celo la autenticidad y la esencia de un pueblo que ha resistido y prosperado a lo largo del tiempo. De esta manera, cada bocado ofrece un fascinante viaje a través de una paleta de sabores tan diversa como las propias historias que esta ciudad atesora.

La ubicación geográfica privilegiada de Santa Marta, abrazada por las aguas del Mar Caribe, ha permitido que, además de las raíces ancestrales, la ciudad haya absorbido influencias de tierras lejanas. Ya sea a través de migraciones o intercambios comerciales, los samarios han incorporado prácticas culinarias diversas, ampliando su repertorio y enriqueciendo aún más su propuesta gastronómica.

Aquí, el visitante no solo descubre vestigios de la herencia precolombina, africana o española, sino también destellos de sabores asiáticos, árabes, mexicanos y mucho más. Esta fusión de culturas ha convertido a Santa Marta en un epicentro gastronómico que invita a un viaje sensorial único, donde la pasión y el amor por la cocina se manifiestan en cada receta con una intensidad palpable.





# ESPECIALIDADES CULINARIAS

EN SANTA MARTA, LA TRADICIÓN CULINARIA SE MANIFIESTA A TRAVÉS DE PLATOS EMBLEMÁTICOS QUE HAN PASADO DE GENERACIÓN EN GENERACIÓN, CONVIRTIÉNDOSE EN PARTE INTEGRAL DE LA IDENTIDAD LOCAL. TRES DE ESTAS ESPECIALIDADES DESTACAN POR SU RELEVANCIA HISTÓRICA Y CULTURAL: EL ARROZ DE BONITO, LOS BOLLOS TRES PUNTÁ Y EL MOTE DE GUINEO, MÁS CONOCIDO COMO “CAYEYE”. ESTAS ESPECIALIDADES NO SÓLO SON APRECIADAS POR SU SABOR, SINO TAMBIÉN COMO EXPRESIONES VIVAS DE LA RICA HERENCIA CULTURAL DE LA REGIÓN.

## EL 'BONITO' SAMARIO

El arroz de bonito en Santa Marta refleja una tradición culinaria profundamente enraizada en la historia local y en la abundancia marina de la región. Hace décadas, la presencia abundante del pez bonito en las playas de Santa Marta lo convirtió en un alimento central en la dieta de la población. Este pescado, fácilmente capturable y numeroso en las playas locales, era un ingrediente habitual en los hogares samarios.

Con el paso del tiempo, la dinámica en torno al bonito ha evolucionado. Actualmente, es menos común encontrarlo en los menús de los restaurantes, donde platos como el salpicón de bonito han ganado popularidad. La razón de este cambio se debe en parte a la complejidad en el manejo del bonito fresco, un ingrediente que requiere procesamiento casi inmediato tras su captura. La congelación afecta su textura y sabor, representando un desafío para la industria gastronómica que busca preservar la calidad y el sabor auténtico del pescado.

En cuanto a la preparación del arroz de bonito, existen dos variantes principales: el arroz de bonito ahumado y el arroz de bonito fresco. Ambos platos requieren ingredientes específicos como aceite achatado, pasta de ajo, ají topito o ají criollo, cebolla larga, cebolla roja, cebolla blanca, y en algunos casos, pimentón verde o rojo. Sin embargo, el ají criollo es el ingrediente clave que aporta sabor distintivo al plato. La proporción ideal de verduras, junto con sal y pimienta de olor, es esencial para crear un guiso equilibrado. Un aspecto crucial en la preparación es el tamaño de los trozos de bonito; se prefieren piezas grandes de lomo para evitar que se desmenucen en el arroz, manteniendo la textura y la integridad del pescado en el plato.



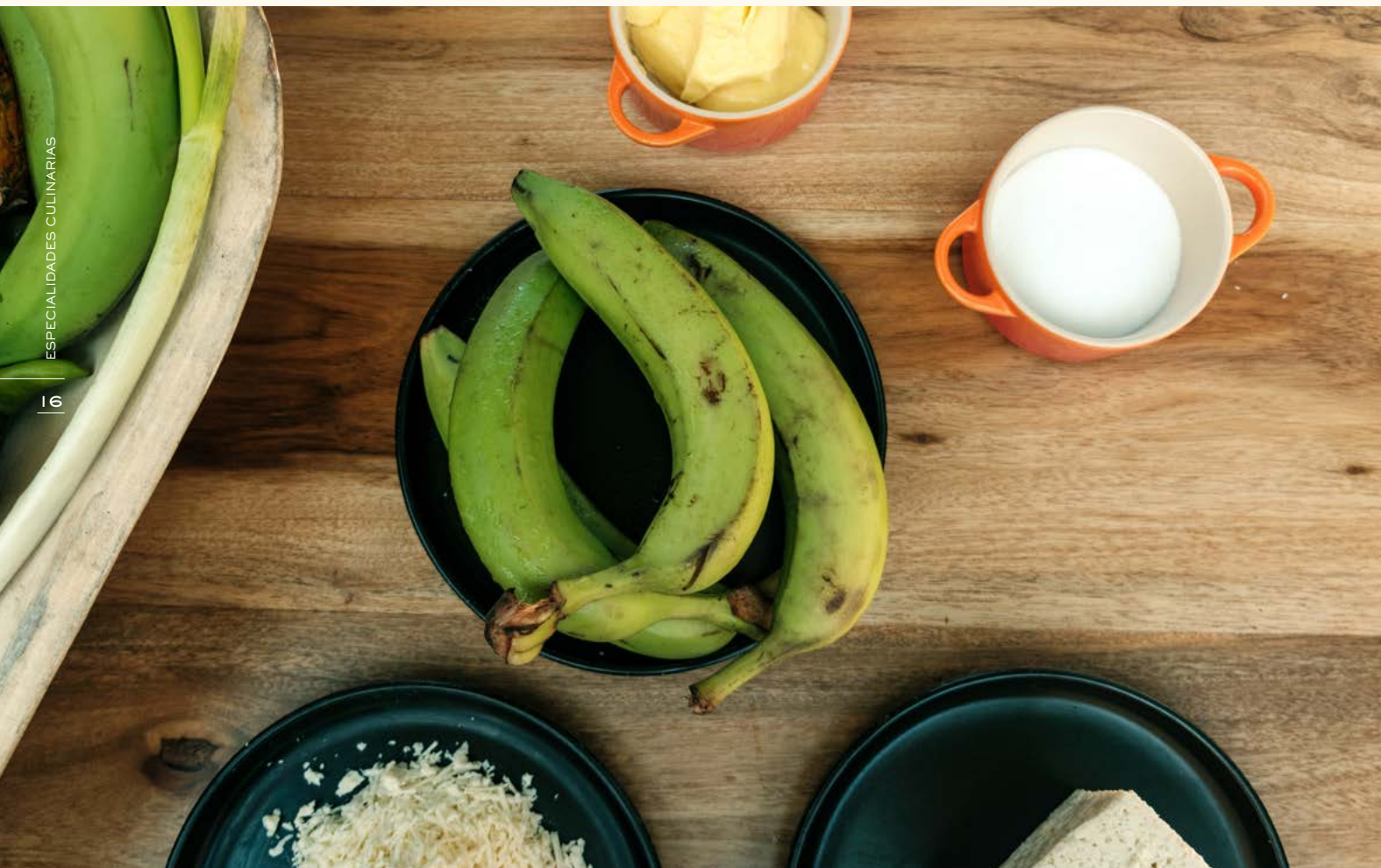


# CAYEYE

El mote de guineo, conocido popularmente como “cayeye”, es un plato emblemático de la costa Caribe de Colombia, que encierra en su sencillez un legado cultural y gastronómico. Este plato tiene sus raíces en el departamento del Magdalena, específicamente durante el periodo en que la United Fruit Company, una compañía estadounidense que se estableció en la región para la exportación de bananos. Los bananos verdes que no cumplían con los estándares de exportación eran descartados y a menudo terminaban en las carreteras locales. Los habitantes de la

región, ingeniosos y resistentes, recogían estos guineos y los transformaban en un puré sabroso que con el tiempo se conocería como cayeye.

Este plato, por su versatilidad, se ha convertido en un componente esencial tanto en los desayunos como en las comidas principales en la costa Caribe. El cayeye es una mezcla de guineo (banano verde) cocido y machacado, enriquecido con ingredientes como mantequilla y el infaltable queso costeño rallado.





# BOLLO “TRES PUNTÁ”

## TRADICIÓN DE MAMATOCO

LA FORMA GEOMÉTRICA DEL BOLLO EVOCA LOS TRES PICOS DE LA SIERRA NEVADA DE SANTA MARTA, REFORZANDO ASÍ SU CONEXIÓN CON ESTE PAISAJE EMBLEMÁTICO.



LIGIA NUÑEZ PEÑA

El bollo "tres puntá", originario de la Sierra Nevada y arraigado profundamente en la tradición de Mamatoco, Santa Marta, es un alimento ancestral cuya receta ha sido custodiada y transmitida de generación en generación. Este bollo se distingue por su forma triangular única con tres puntas, una variación notable de los bollos tradicionales. Su envoltura en hojas de bijao marca una evolución en su preparación, diferenciándolo de otros métodos antiguos que utilizaban distintas hojas. La forma geométrica del bollo evoca los tres picos de la Sierra Nevada de Santa Marta, reforzando así su conexión con este paisaje emblemático.

Ligia Nuñez Peña, perteneciente a una familia históricamente dedicada a la elaboración de estos bollos, ha continuado esta práctica durante años, preservando así una herencia cultural familiar y comunitaria. La tradición, que había empezado a desvanecerse, ha sido revivida gracias a esfuerzos como los de Rita Ceballos, quien ha jugado un papel crucial en mantener viva la cocina costeña a través de eventos como el "Festival del Bollo Tres Puntá", actualmente va en su undécima edición.

### PREPARACIÓN:

La preparación del bollo "tres puntá" es un proceso artesanal que comienza con la selección del maíz, que se remoja y cocina cuidadosamente hasta alcanzar el punto de cocción exacto. Este maíz se limpia meticulosamente, luego se lava, escurre, y finalmente se muele. La masa resultante se sazona con sal y se ajusta su textura con agua si es necesario. La envoltura cuidadosa con tres puntas es fundamental en el proceso, asegurando la forma distintiva del bollo.

**EXISTEN TRES VARIEDADES DEL BOLLO: EL "LIMPIO", SOLO CON MASA Y SAL; EL DE QUESO, CON QUESO MEZCLADO EN LA MASA; Y EL "ANGELITO" O DE COCO, QUE INCORPORA COCO RALLADO Y MIEL DE PANELA CON ANÍS EN GRANO.**



# DIEZ EXPERIENCIAS GASTRONÓMICAS

## PESCADO FRITO CON PATACÓN -

El pescado frito es un plato muy popular y típico. Se sirve con arroz con coco, patacones y una ensalada de tomate, cebolla y lechuga. Puede ser mojarra, pargo rojo o sábalo. El toque final es la sal y el limón al gusto.

## CAYEYE O MOTE DE GUINEO -

El cayeye, también conocido como mote de guineo verde, es un plato típico que se disfruta en el departamento de Magdalena, Colombia. Su origen se encuentra en la zona bananera de este departamento, en municipios como Ciénaga, Zona Bananera, Santa Marta, Fundación y Aracataca.

La preparación del cayeye implica cocinar guineos verdes, luego machacarlos hasta obtener un puré, que se sirve con queso costeño rallado. Para darle aún más sabor, se puede añadir mantequilla y un sofrito de tomate y cebolla.

## ARROZ DE BONITO -

El arroz de bonito es un plato tradicional con raíces en Santa Marta, siendo uno de los platillos emblemáticos de la región hace algunos años, junto con el salpicón de bonito. Sin embargo, en la actualidad, son pocos los restaurantes que lo incluyen en sus menús, convirtiéndolo en un plato considerado "exótico". El arroz de bonito sigue siendo un tesoro gastronómico que evoca la rica tradición culinaria de la región.

## JUGOS TROPICALES -

En Santa Marta, el clima cálido es ideal para disfrutar de jugos tropicales refrescantes. Los visitantes pueden saborear opciones como el jugo de corozo, maracuyá, zapote y mango. Estas bebidas son una forma de refrescarse mientras conocen la ciudad.





## CAZUELA DE MARISCOS -

La cazuela de mariscos es un plato que combina mariscos frescos como camarones, langostinos, calamares y pescado, cocidos en una salsa de coco con pimienta, cebolla y tomate. Este plato típico se prepara de diferentes maneras en todo el mundo, y en Colombia, se destaca por su uso de leche de coco, que le da una textura cremosa. Se sirve comúnmente con arroz con coco o patacón frito.

## AREPAS DE HUEVO -

Estas son unas arepas a base de maíz, ya sea dulce o salada, rellenas de huevo que se fríen hasta que estén doradas y crujientes. Son una opción popular para el desayuno o un tentempié.

## EL BOLLO "TRES PUNTÁ" -

Es un plato ancestral, con raíces profundas que datan de los tiempos de las matronas de la Sierra Nevada. A lo largo de los años, en Mamatoco, se ha mantenido viva la tradición de este bollo, pasando su conocimiento de generación en generación para preservar las auténticas costumbres mamatoqueras. Lo que diferencia al bollo "tres puntá" de otros bollos tradicionales es su distintiva forma con tres puntas. Aunque su característica más notoria es el uso de hojas de bijao para su envoltura, un cambio significativo ya que en tiempos antiguos se utilizaban hojas diferentes para este propósito.

## CÓCTEL O CEVICHE DE CAMARÓN -

El cóctel de camarón es una preparación que generalmente incluye camarones crudos, que se aliñan o maceran en una mezcla de aceite de oliva o salsa rosada, cebolla picada y cilantro. A veces, se le añade salsa picante y jugo de limón para darle un toque de sabor y picante adicionales. Suele servirse con galletas saladas como acompañamiento.

## CAFÉ DE LA SIERRA -

El café de la Sierra Nevada de Santa Marta destaca por su sabor y aroma característicos, que reflejan la arraigada tradición cafetera de Colombia. La singularidad de esta región se debe a las condiciones climáticas que permiten una única cosecha anual, típicamente entre octubre y enero, en virtud de la elevada radiación solar y la temporada seca.

Las plantaciones de café en la Sierra Nevada siguen un sistema de cultivo bajo la sombra de árboles nativos, una práctica esencial para las plantaciones orgánicas de café en la región, ya que protege contra la radiación solar y enriquece el suelo con nutrientes vitales.

En Minca, se puede visitar las fincas cafeteras abiertas al público y conocer de cerca el proceso de cultivo y producción mientras disfrutan de esta variedad especial de café.

En Santa Marta, por otro lado, se destaca por la diversidad de lugares donde disfrutar del café, desde probar diferentes tipos en espacios de coworking, asistir a catas de café y conocer de cerca el proceso de elaboración. La ciudad ofrece una experiencia diversa para quienes deseen explorar la cultura del café y experimentar sus variados sabores y aromas.

## ARROZ CON COCO -

El arroz con coco es una preparación que consiste en arroz blanco cocido en leche de coco y hojuelas de coco. Esta versátil receta puede prepararse de varias maneras, ya sea sazonando con sal o endulzándolo con azúcar o panela. Algunas variantes incluso incorporan coca-cola y uvas pasas para agregar un toque de sabor.

El arroz con coco se sirve comúnmente junto a patacones, pescado frito y ensalada o carne en posta.





AREPA DE  
HUEVO

**MASA**  
MAÍZ DULCE O  
SALADO

**RELLENO**  
HUEVO

**FRITURA**  
› DORADA  
› CRUJIENTE

**MOMENTO DEL DÍA**  
› DESAYUNO  
› TENTEMPÍE

AREPA DE  
ANÍS

**MASA**  
› ES COMÚN UTILIZAR HARINA DE MAÍZ  
› ORIGINALMENTE SE USA MAÍZ BLANCO

**SABOR**  
DULCE

**ACOMPAÑANTE**  
SUERO COSTEÑO

**PREPARACIÓN**  
› COCINAR EL MAÍZ, AMASAR Y AÑADIR  
ANÍS Y AZÚCAR AL GUSTO  
› MOLDEAR LA AREPA Y SE FRITAR



› EN SANTA MARTA, LA OFERTA  
GASTRONÓMICA INCLUYE UNA  
VARIEDAD DE FRITOS QUE  
SON PARTE ESENCIAL DE  
LA EXPERIENCIA CULINARIA  
LOCAL. ESTAS FRITURAS SON  
SABROSAS Y REPRESENTATIVAS  
DE LA REGIÓN.

# FRITURAS

CARIMANOLA

**MASA**  
YUCA

**RELLENO**  
› CARNE  
› QUESO COSTEÑO

**FRITURA**  
› DORADA Y CRUJIENTE POR FUERA  
› SUAVE EN EL INTERIOR



PATACÓN

**PLÁTANO**  
PLÁTANO VERDE EN  
RODAJAS GRUESAS  
APLASTADAS

**FRITURA**  
CRUJIENTE

**TÍPICO**  
DESAYUNO CON PATACONES  
ACOMPAÑADOS DE QUESO COSTEÑO  
Y UNA TAZA DE CAFÉ CON LECHE

**ACOMPAÑANTE**  
› HUEVOS REVUELTOS  
› QUESO COSTEÑO  
› CARNE O HÍGADO EN BISTÉ  
› GUISO, SUERO  
› PESCADO FRITO  
› EMBUTIDOS  
› INCLUSO SIMPLEMENTE CON UN  
TOQUE DE SAL ESPOLVOREADA





# SABORES LOCALES

## E INNOVACIÓN GASTRONÓMICA

Santa Marta se ha convertido en un epicentro gastronómico que atrae a los amantes de la comida en busca de experiencias únicas y auténticas. En los últimos años, la ciudad ha sido testigo de la aparición de nuevos restaurantes que han llevado la gastronomía local a

un nivel completamente nuevo al fusionar ingredientes autóctonos con influencias culinarias internacionales. Talentosos chefs locales y extranjeros han desempeñado un papel fundamental en esta emocionante revolución culinaria, abrazando la diversidad de ingredientes disponibles en la región.





# FUSIÓN *de* SABORES AUTÓCTONOS de la zona en una EXPERIENCIA GASTRONÓMICA ÚNICA



CRA. 2 #19-15  
CENTRO HISTÓRICO

Guasimo Restaurante se destaca por su compromiso en mantener viva la autenticidad de los sabores que caracterizan a la región, especialmente aquellos que provienen de la Sierra Nevada, los mares circundantes, las zonas bananeras y los mercados locales.

Este restaurante fue fundado por el Chef y artista Fabián Rodríguez, nativo de Fundación, Magdalena. Su misión es dar a conocer la abundante despensa del Magdalena a través de la investigación y el rescate de la cocina que identifica a la región.

## PLATOS RECOMENDADOS:

- › RÓBALO GUASIMO:  
RÓBALO SOBRE ARROZ  
CREMOSO DE CAMARONES
- › ARROZ DE COCO CON  
CAMELO DE PLÁTANO  
Y MARISCOS SALTEADOS
- › PANCITA CON PESTO  
Y MARAÑÓN
- › HELADO DE COCO SUBLIME  
ACOMPAÑADO DE MIEL DE PANELA,  
TIERRA DE CAFONGO Y POLVO  
DE CHOCOLATE DE MAÍZ

# GUASIMO





# CASA MAGDALENA



CALLE 17 #2-09  
CENTRO HISTÓRICO

Casa Magdalena ofrece una experiencia gastronómica con un toque de familiaridad que te transportará a la calidez de la casa de tu abuela. Su encantador patio y acogedor salón te invitan a disfrutar de una excelente comida acompañada de música en vivo y un servicio excepcional. El menú es variado, con opciones que van desde ceviche thai hasta risóni en tinta de calamar, risotto de hongos trufado con queso de cabra y nueces, además de una variedad de cócteles de autor y sangrías para compartir.



*un LUGAR IDEAL para vivir  
una EXPERIENCIA ÚNICA  
y ACOGEDORA en el  
CORAZÓN de la CIUDAD*







LA TIERRA DEL SABOR

# CALATA



CRA. 1 # 17-05  
CENTRO HISTÓRICO

El restaurante CALATA By Carmen Padilla, fundado por la chef ejecutiva Carmen Padilla, se erige como una alternativa gastronómica singular. Su principal objetivo es brindar a los samarios y a los turistas una experiencia culinaria excepcional, destacando los productos locales y mostrando un profundo respeto por las vedas y los ingredientes que la región tiene para ofrecer. Este establecimiento se caracteriza por su menú auténtico, refrescante y repleto de los sabores característicos del Caribe colombiano.

## PLATOS RECOMENDADOS:

- › LUMPIAS DE CARNE EN POSTA
- › HAYACAS DE MARISCOS EN COCO
- › Ceviche mixto de la casa
- › Postre estrella: Panna Cotta de mango de azúcar

en pleno CENTRO HISTÓRICO  
de la CIUDAD, CALATA  
ofrece a sus COMENSALES la  
OPORTUNIDAD de DISFRUTAR  
de una EXPERIENCIA  
CULINARIA ÚNICA

LA TIERRA DEL SABOR

# OUZO



CRA. 3 # 19-29  
CENTRO HISTÓRICO

En 2011, el chef estadounidense Michael McMurdo quedó cautivado por la cálida hospitalidad de Santa Marta, lo que lo llevó a fundar Ouzo, un restaurante que rinde homenaje al Caribe colombiano a través de su cocina. Ouzo se destaca por su enfoque en el uso de ingredientes locales, como frutos, vegetales, carnes, aves, pescados y mariscos de la región, los cuales se fusionan armoniosamente con influencias mediterráneas.

Los platos en Ouzo se elaboran con esmero, utilizando ingredientes frescos de la región y técnicas tradicionales del viejo mundo. Los amantes de la comida mediterránea podrán disfrutar de las clásicas pizzas italianas con jamón serrano, salami y chorizo. Todo esto hace de Ouzo un lugar esencial para quienes desean experimentar una cena única en el corazón del centro histórico de Santa Marta.





LA TIERRA DEL SABOR



# PESCAO



CALLE 7 #9-83  
PESCAITO

El restaurante Pescao, fundado por el médico y apasionado cocinero Guillermo Esteban Yanes Orozco, en colaboración con el reconocido chef y docente universitario Roberto Antonio Hernández Uribe, es un auténtico homenaje a la gastronomía local y caribeña. Este establecimiento ofrece una experiencia culinaria única. Entre sus destacados platos se encuentra el "Arroz de Bonito", "El Escabeche" y las irresistibles empanadas de maíz rellenas de bonito. El restaurante Pescao combina sabores auténticos con un ambiente acogedor y una decoración que refleja la esencia de la costa caribeña, siendo un lugar ideal para los amantes de la comida regional y marina.

LA TIERRA DEL SABOR

# BABAGANOUSH



CENTRO DE BUCEO  
TAYRONA TAGANGA

Babaganoush Resto-Bar ofrece una experiencia culinaria que combina vistas del paisaje con una variedad de platos y bebidas. Este lugar es conocido por su ambiente agradable y una selección de cócteles tanto clásicos como de autor, ideales para disfrutar mientras se observa el atardecer.

Babaganoush presenta una variedad de opciones para todos los gustos. Desde platos como pollo al curry y lomofino hasta alternativas vegetarianas como pokes y lasagnas vegetarianas, el menú se centra en la calidad y la frescura de los ingredientes.

# LA MORENA



CRA 1 #16-17  
TAGANGA

Ubicado frente a la playa de Taganga, presenta un menú inspirado en la cocina caribeña fusionada con influencias internacionales. Además de ser un bar de cócteles, ofrece platos como cocteles de camarón, aguacate relleno de mariscos y arroz de mariscos. La ubicación privilegiada del restaurante, combinada con su variada oferta culinaria, lo convierte en un lugar ideal para disfrutar de sabores marinos mientras se contempla la vista de la playa.





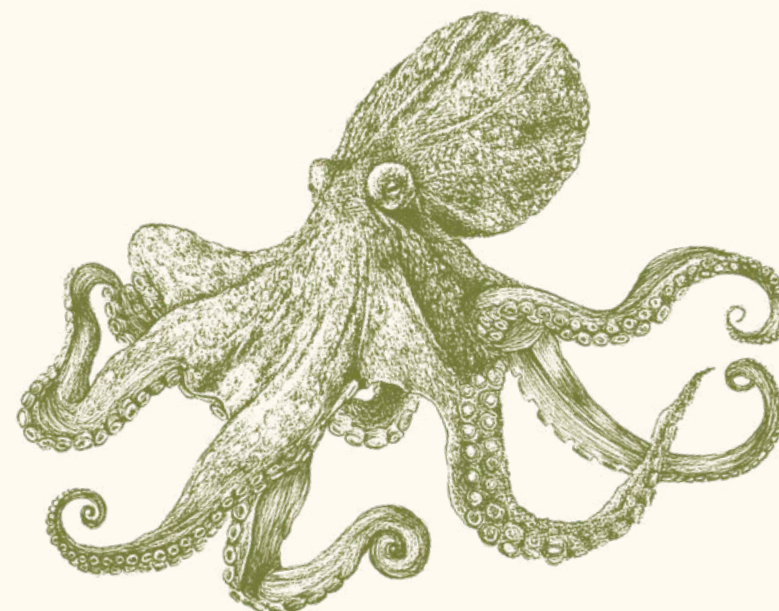


**CRA. 1 # 22-93  
PROLONGACIÓN CAMELLÓN  
RODRIGO DE BASTIDAS**

Serena Tropical Bistro es un restaurante que fusiona los sabores locales con la frescura del trópico. Ubicado de manera privilegiada frente a la marina, este refugio gastronómico brinda una experiencia culinaria excepcional en un ambiente elegante y acogedor.

El restaurante cuenta con dos espacios distintivos: una espaciosa terraza para disfrutar de los impresionantes atardeceres samarios y un interior con aire acondicionado para una experiencia más cómoda. El menú de Serena ofrece una variedad de platos y cócteles de autor que complementan la experiencia culinaria.

# SERENA



## PLATOS RECOMENDADOS:

- › CORVINA ASADA
- › PULPO ASADO CON SALSA ROMESCO DE MANGO
- › BIZCOCHO DE QUESO COSTEÑO CON CREMA DE GUAYABA DULCE
- › FLAN DE CAMELO



# LULO



CRA. 3 # 16-34  
CENTRO HISTÓRICO

Lulo, el café bar ubicado en el corazón del Centro Histórico, en el callejón del correo, trae a sus visitantes el auténtico sabor de Latinoamérica. En este lugar, los comensales podrán deleitarse con su plato estrella: las arepas de maíz, preparadas de manera artesanal y con un toque gourmet que las hace únicas.

El menú de Lulo ofrece una variada selección que incluye opciones como wraps, paninis, sliders, ceviches y desayunos, brindando una experiencia culinaria diversa y satisfactoria para todos los gustos.

El ambiente en Lulo es relajado, cómodo y vibrante, proporcionando a los visitantes la oportunidad de sumergirse en una atmósfera acogedora. Además, el café bar ofrece opciones de mesas al aire libre, convirtiéndolo en el lugar perfecto para disfrutar de su café orgánico, sodas artesanales y cerveza artesanal mientras se relajan y saborean las delicias culinarias que se ofrecen.

# CINTO



CRA 7 #116A-94 - LOCAL 156  
CENTRO COMERCIAL PLAZA ZAZUE

Cinto Cocina de Playa, situado en el centro comercial Zazue, ha logrado su éxito gracias a su diversa oferta gastronómica que se centra en los sabores del mar. El menú de Cinto Cocina de Playa sobresale especialmente por su amplia selección de pescados y mariscos de primera calidad. Entre las opciones altamente recomendadas, se incluyen platos como el caldoso de mariscos y pescados, la cazuela de mariscos, el pulpo con maíz y una variada gama de ceviches.

El ambiente del restaurante crea una atmósfera única de calidez y serenidad, donde la música complementa perfectamente la experiencia, haciendo que los comensales se sientan completamente a gusto. Además, la atención y el servicio se distinguen por su excepcional calidad.





# BK

📍  
CRA 1 # 1 - 104  
ENTRANDO POR EL EDIFICIO  
CASCADAS DEL RODADERO

Este restaurante exhibe una arquitectura influenciada por la cultura indígena local y está adornado con un refinado estilo que captura la esencia del Caribe. Su ubicación frente al mar brinda una vista inigualable.

La especialidad del restaurante radica en tomar ingredientes locales y transformarlos con un toque de estilo y singularidad en cada preparación, todo mientras se respetan las técnicas y procedimientos culinarios. El resultado es una oferta culinaria única y de gran valor gastronómico que combina los sabores autóctonos con el toque distintivo del Caribe. La variedad del menú incluye platos de la casa, opciones clásicas y ofertas orientales, como sushi y arroces, además de cócteles de autor y otras alternativas.

Una de las recomendaciones destacadas es el "Filete a la Mar", un plato característico del Valle del Cauca que se adapta a los productos de la región. Este plato consiste en un arroz "apastelado" de mariscos, con filete de pescado local bañado en una salsa de mejillones, almejas y leche de coco, servido con un pico de gallo caribeño que lo complementa a la perfección.



# BASILEA

## Cocina Francesa y Mediterránea

📍  
CALLE 16 #2-58  
CENTRO HISTÓRICO

El restaurante Basilea, especializado en comida francesa y mediterránea, es un acogedor establecimiento, imbuido de un ambiente íntimo, es obra de Margarita Estupiñán, la propietaria y chef que ha logrado crear una carta culinaria verdaderamente única. Su destreza radica en la fusión de sabores provenientes del Mediterráneo, Francia y el Pacífico colombiano, brindando a los comensales una experiencia gastronómica sin igual.

La esencia de Basilea reside en la perfecta armonía entre la cocina francesa y los ingredientes locales, que se ha convertido en el distintivo inconfundible del restaurante.

una FUSIÓN  
EXCEPCIONAL  
de SABORES y  
CULTURAS





# LAMART



CRA. 3 # 16-30  
CENTRO HISTÓRICO

Lamart es un restaurante que se enfoca en la gastronomía artística, destacándose por su excelente atención y su decoración artística. Está ubicado en el Callejón del Correo, una de las calles más pintorescas de Santa Marta. Ofrece música en vivo y un ambiente único. Su lema, "Gastronomía artística", se debe al arte que ponen en la preparación de todos sus platos.

## PLATOS RECOMENDADOS:

- › CÉVICHE DE CHICHARRÓN
- › PASTA ARTESANAL
- › RÓBALO EN LECHE DE COCO
- › SALMÓN BORONÍA

una EXPERIENCIA MEMORALE que  
CAUTIVA tanto el PALADAR como el ESPÍRITU

# LA MUZZERIA



CRA. 3 # 16-02  
CENTRO HISTÓRICO

La Muzzería, un nombre que nace de la fusión entre "música" y "pizzería", es un lugar de encuentro con una atmósfera familiar y acogedora. Su carta ofrece una amplia variedad de platos de gastronomía internacional, así como creaciones propias que combinan sabores locales de manera única, entre estas opciones destacadas se encuentra la Kokilla de Cayeye, disponible en cinco presentaciones diferentes que incluyen proteínas como pollo, carne, mariscos y una opción especialmente pensada para vegetarianos. Además, La Muzzería ofrece una gran selección de pizzas.

Este restaurante se distingue por su concepto alternativo y artístico, invitando a los amantes de la buena comida a disfrutar de una experiencia culinaria diferente.



# PACHAMAMA



CRA 1 #18-5  
TAGANGA

Pachamama ofrece una experiencia gastronómica que mezcla la cocina franco-colombiana. Con un ambiente con música en vivo, este restaurante y bar destaca por platos como el Cordon Bleu con salsa de mostaza, Carpaccio de pescado exótico con una vinagreta de maracuyá, pesto de cilantro, leche de coco y pistacho, y el Tartare a la francesa estilo del chef, que incluye hueso con tetuano, lomo fino crudo, nuez de nogal, alcaparras, perejil, mostaza dijon y cebolla roja.



CRA. 1c # 23-30  
BELLAVISTA

Baguettina, Café y Delicattessen es un establecimiento, fundado por los samarios Alfonso Linero Celedón y su esposa Diana Brugés Diazgranados. Este local abrió sus puertas por primera vez el 24 de diciembre de 2005 y se ha convertido en un referente de calidad en la fabricación y comercialización de alimentos y bebidas gourmet en la ciudad.

Su carta presenta una selección italiana e innovadora que incluye una variada barra de ensaladas, encurtidos y antipastos. Además, cuentan con una exclusiva línea de vinos importados, traídos especialmente para Colombia por La Mesa de Don Alfonso. Entre los platos destacados se encuentran el mixto romano, que combina spaghetti con salsas comodoro, boloñesa, fungí y carbonara, así como los raviolis de ahuyama, almendras y queso Gouda, el risotto de champiñones y una amplia variedad de pizzas.

# BAGUETTINA



CRA. 4 #26-40  
CENTRO COMERCIAL PRADO PLAZA

En 2014 nació Oliva, debido a la carencia de pan de calidad en Santa Marta y la falta de un espacio cómodo para disfrutar con colegas, familiares o amigos. En Oliva, están en una búsqueda constante por abarcar todos los gustos posibles y hacer que los visitantes se sientan como en casa mediante sabores que evocan recuerdos de infancia.

Situado en el centro comercial Prado Plaza, el establecimiento presenta un variado menú que incluye pizzas, croissants, tartaletas, pudines, bizcochos y cafés.

# OLIVA





**CRA. 4 # 26-40**  
**CENTRO COMERCIAL PRADO PLAZA**  
**LOCAL 114**

Marmi es un restaurante de atmósfera romántica que se distingue por sus detalles de buen gusto. Su personal altamente capacitado se esfuerza por brindar a los comensales una experiencia confiada y agradable. Marmi se especializa en cocina italiana, donde incorpora ingredientes locales como el Cayeye para ofrecer una fusión única de sabores.

Este restaurante es una excelente elección tanto para quienes buscan una experiencia romántica como para eventos de Catering Social y Corporativo.

# MARMI

## PLATOS RECOMENDADOS:

› LOMO EN SALSA DE  
VINO TINTO

› ARANCINI DE QUESO

› MOZZARELLA Y SALSA  
POMODORO PICANTE





CRA. 2 # 16-47  
CENTRO HISTÓRICO

# AGUA DE RIO

Se destaca por su propuesta gastronómica amigable para todos. Este Café & Bistró ofrece precios accesibles, una amplia variedad de sabores, espacios agradables y un servicio relajado. Con áreas propicias para coworking, el lugar es ideal para diferentes ocasiones. Su menú abarca desde desayunos como huevo estrellado con jamón y cayeye con chicharrón, hasta una variada selección de pastelería, incluyendo torta de zanahoria y galletas, así como platos como croquetas de mar, mejillones en salsa de queso azul, tostadas de berenjena ahumada, sándwiches variados y lomo de res asado.



# LITTLE OUZO



CLL 22 # 12 -90  
CENTRO HISTÓRICO

En diciembre de 2017, tras liderar Ouzo Parque de los Novios durante 6 años, el norteamericano Michael McMurdo inauguró Little Ouzo Pizzeria y Bar como un acogedor rincón para los samarios. Este establecimiento, ubicado en la Plaza Comercial San Pedro, ofrece una experiencia gastronómica diversa con opciones como pizzas, paella griega, ouzo gyros, pasta de la casa, pasta de frutos del mar y sándwiches en su variado menú.



# LA GRAN MURALLA



CRA. 5 #23-77  
CENTRO HISTÓRICO

El restaurante, con una historia que se extiende por más de 40 años, fue fundado por una familia de origen oriental, liderada por Manuel Wong. Al establecerse en la ciudad de Santa Marta, la familia se dedicó a recrear algunos de sus platos tradicionales, con el objetivo de satisfacer los paladares

en esta ciudad. Incorporaron un menú variado que fusiona platos nacionales e internacionales, una estrategia que ha resultado beneficiosa. Con el paso de los años, el restaurante ha logrado mantener tanto la calidad de sus comidas como la experiencia memorable para sus clientes.

# THE CARTEL STEAK HOUSE



CARRERA 12 # 22-99 - LOCAL 12  
MALL ESTACION SAN PEDRO

The Cartel Steak House es reconocido por su oferta de cortes de carne con certificación angus. Ofrece más de 30 opciones de platos fuertes, como la picaña, bife de chorizo, entraña, Tomahawk de 1400 gramos flambeado con tequila reposado, y Porter House en tabla de sal rosada, ambos flambeados en la mesa del cliente. El restaurante está ubicado en la plaza comercial San Pedro.





# OMBÚ

## Steak & Fish House



CRA. 13 #27-62,  
BARRIO BAVARIA

Restaurante Ombú brinda una experiencia culinaria en un entorno acogedor. Su oferta gastronómica incluye una fusión de steak house y fish house, acompañada de una selección de vinos globales, escogidos para complementar de manera ideal sus platos.

En su menú, los comensales encontrarán una variedad de ingredientes y platos representativos de la cocina internacional de carnes, destacándose los cortes de carnes Premium maduradas, incluyendo Angus de EE. UU., Brahmán nacional costeño y variedad de hamburguesas. Además, ofrece platos con frutos del mar regionales, pastas tradicionales y, en las noches, pizzas artesanales.



CALLE 18 # 3-40,  
EN EL CENTRO HISTÓRICO DE  
SANTA MARTA

Este establecimiento se especializa en comida fusión e internacional. El chef Orlando Trejo, reconocido en Latinoamérica, ha logrado fusionar sabores de diversas culturas con los propios de la región Caribe, ofreciendo así una experiencia gastronómica única en la ciudad. Mestizo mantiene el patrimonio arquitectónico y cultural de la región, utilizando materias primas suministradas por campesinos y pescadores locales, y colaborando con los artesanos samarios.



# MESTIZO

By Origo



# MERCADO PÚBLICO: PLAZA DE COMIDA POPULAR

 **MERCADO PÚBLICO JUNTO A LA PLAZOLETA  
DE PESCADOS Y MARISCOS**

En la Plaza de Comida Populares, ubicada en el Mercado Público junto a la Plazoleta de Pescados y Mariscos, los visitantes pueden disfrutar de una variedad de platos típicos de la región, como la **cazuela de mariscos**, el **pescado frito**, una **sopa de pescado** y la **lengua guisada**. Este lugar ofrece comida fresca y auténtica que representa la cocina local, brindando a los turistas la oportunidad de experimentar los sabores característicos de la zona en un ambiente acogedor.

Además de la oferta gastronómica, los puestos en la Plazoleta de Pescados y Mariscos ofrecen una amplia gama de opciones frescas, lo que permite a las personas adquirir ingredientes locales de calidad para llevar a casa. Esta experiencia culinaria refleja la riqueza cultural y gastronómica de la Capital del Magdalena, convirtiendo este lugar en una parada imperdible para quienes buscan autenticidad local y sabores tradicionales.



# RESTAURANTES EMBLEMÁTICOS DE COMIDA DE MAR

A lo largo de su historia, Santa Marta ha cultivado una rica tradición culinaria enraizada en los sabores frescos y auténticos del mar, convirtiéndola en un auténtico paraíso gastronómico para los amantes de los pescados y mariscos.

Desde establecimientos tradicionales hasta modernos, los restaurantes especializados en comida de mar ofrecen una amplia gama de sabores que capturan la diversidad y riqueza de la costa caribe de Colombia.

EN ESTA CIUDAD COSTERA, LA  
GASTRONOMÍA REFLEJA LA ABUNDANCIA  
MARINA QUE RODEA SUS COSTAS.



# DONDE CHUCHO

- 📍 DONDE CHUCHO RODADERO EN LA CALLE 6 CRA 3 ESQUINA
- 📍 DONDE CHUCHO BLU EN LA CALLE 3 #1-70
- 📍 DONDE CHUCHO GOURMET EN LA CALLE 19 #2-17, PARQUE DE LOS NOVIOS.

El Restaurante Donde Chucho ha consolidado una posición destacada en la escena culinaria de Santa Marta a lo largo de décadas de experiencia, especialmente reconocido por su destreza en la preparación de pescados y mariscos.

Lo que distingue a Donde Chucho es su compromiso con la autenticidad, el sabor y la calidad. Su propuesta gastronómica abarca desde la conocida Ensalada Chucho hasta platos como Langosta al Ajillo, Langostinos al Coco, Filete de Róbalo a la Marinera, Cazuela de Mariscos, Risotto Marino y Risotto de Calamar en su Tinta.

# MAÑE CAYÓN

- 📍 BARRIO BELLAVISTA

Mañe Cayón, apodado 'El Mar de Mañe Cayón', es un restaurante de comida de mar con una sólida tradición de más de 40 años. Ubicado en el barrio Bellavista, fue fundado por Manuel Cayón, un pescador con grandes sueños. Hasta el día de hoy, Mañe Cayón es ampliamente reconocido por su arraigada tradición y ambiente familiar.

OFRECE UNA EXPERIENCIA CULINARIA CON PLATOS QUE DESTACAN POR SU FRESCURA, COMO MARISCOS RECIÉN SALIDOS DEL MAR, EL TÍPICO PESCADO FRITO CON ARROZ CON COCO Y PATACONES, ARROZ CALDOSO, ENTRE OTROS.



# EL KAREY

📍 CALLE 9 No. 1-19  
FRENTE A LA PLAYA DE EL RODADERO

Es un emblema gastronómico con más de 45 años de historia, destacándose en la preparación de paellas y mariscos desde 1975. Este icónico establecimiento ha cautivado tanto a samarios como a turistas con su autenticidad y frescura, ofreciendo una experiencia culinaria única que captura la esencia del mar.

Con una ubicación privilegiada, Karey dispone de un comedor interior y una terraza al aire libre con vistas a la Bahía de El Rodadero, creando un ambiente perfecto tanto para relajarse

como para disfrutar de la vista. Cada platillo se prepara con meticulosa atención, manteniendo su prestigio y calidad que continúan atrayendo a locales y visitantes en Santa Marta.

FAMOSO POR SU PAELLA DE MARISCOS, EL RESTAURANTE TAMBIÉN DELEITA CON SU PAELLA NEGRA DE CALAMAR, CROQUETAS DE JAIBA Y PESCADO, Y CALAMARES, YA SEA APANADOS O AL AJILLO.



# CHEF DEL MAR

📍 PLAYA SALGUERO - SEDE PRINCIPAL

Hace 19 años, comenzó una historia culinaria que se inspiró en las exquisitas empanadas y carimañolas de carne y pescado. Este restaurante tuvo sus inicios en el sector de Playa Salguero, donde ofrecía sus delicias en los alrededores.

En la actualidad, el restaurante ha crecido y cuenta con tres ubicaciones, siendo el punto de Playa Salguero su sede principal. Este lugar ofrece un ambiente cálido y accesible para todos, en el que se celebra la gastronomía del Mar Caribe y se rinde homenaje a la historia de la región. El objetivo constante de este restaurante es crear experiencias memorables para cada persona que lo visita.

ENTRE SUS RECOMENDACIONES DESTACADAS SE ENCUENTRAN LA CAZUELA DE MARISCOS, EL ARROZ A LA PIRAGUA, EL PULPO A LA PARRILLA Y EL REY DE REYES. ESTOS PLATOS SON REPRESENTATIVOS DE LA PASIÓN POR LA COCINA DEL MAR Y LA CULTURA CULINARIA DE LA REGIÓN, Y PROMETEN UNA EXPERIENCIA GASTRONÓMICA VERDADERAMENTE MEMORABLE PARA QUIENES LOS PRUEBEN.



# GRAN MANUEL

📍 CRA. 1A #26A-158, COMUNA 2

El Restaurante El Gran Manuel, especializado en frutos del mar, se fundó en 1960 por Manuel Villar. Este establecimiento, situado a unos pasos de la Playa de los Cocos, se ha convertido en un icono de la gastronomía local.

El restaurante comenzó como un pequeño negocio en una casa cerca de la playa, ofreciendo un ambiente acogedor tanto para familias locales como extranjeras. Su menú refleja la riqueza culinaria de la región, destacando platos como el arroz con coco y los patacones de plátano, complementados con posta de sierra frita, una especialidad local hecha con pescado fresco de los pescadores artesanales de la zona.



# CAFÉ DE ORIGEN: AROMAS Y SABORES DE LA SIERRA NEVADA

El café de la Sierra Nevada de Santa Marta destaca por su sabor y aroma característicos, que reflejan la arraigada tradición cafetera de Colombia. La singularidad de esta región se debe a las condiciones climáticas que permiten una única cosecha anual, típicamente entre octubre y enero, en virtud de la elevada radiación solar y la temporada seca.

Las plantaciones de café en la Sierra Nevada siguen un sistema de cultivo bajo la sombra de árboles nativos, una práctica esencial para las plantaciones orgánicas de café en la región, ya que protege contra la radiación solar y enriquece el suelo con nutrientes vitales.

En Minca, se puede visitar las fincas cafeteras abiertas al público y conocer de cerca el proceso de cultivo y producción mientras disfrutan de esta variedad especial de café.

En Santa Marta, por otro lado, se destaca por la diversidad de lugares donde disfrutar del café, desde probar diferentes tipos en espacios de coworking, asistir a catas de café y conocer de cerca el proceso de elaboración. La ciudad ofrece una experiencia diversa para quienes deseen explorar la cultura del café y experimentar sus variados sabores y aromas.



## VÍVOLO CAFÉ –

📍 CALLE 22 # 1C - 15

Vívolo Café, ubicado en Casa Marina, en la carrera 1C # 22-19, ofrece a sus visitantes café del mismo nombre, el cual es cultivado por familias de la Sierra Nevada de Santa Marta. Estas familias emplean métodos orgánicos y tradicionales para producir un café de calidad desde la siembra hasta el tostado y empacado.

El café de Vívolo es ideal para espresso, con sabores que combinan chocolate, almendra tostada y naranja. En el establecimiento, se sirven bebidas como cappuccinos, tintos y cafés fríos que se pueden acompañar con hornados o galletas de avena. Vívolo Café también propone una experiencia sensorial del café, que invita a los clientes a ir más allá de la cata tradicional, ofreciendo una experiencia que involucra todos los sentidos.



## CAFICOSTA –

📍 CARRERA 32A No. 13B-50  
BARRIO GALICIA

Caficosta destaca como una de las cafeterías más grandes y reconocidas en Minca, convirtiéndose en un punto de encuentro para ciclistas que llegan a la localidad en busca de un merecido descanso. En este establecimiento, los visitantes tienen la oportunidad de deleitarse con un exquisito café de la Sierra Nevada de Santa Marta o

probar la diversa selección de orígenes, que incluyen la Serranía del Perijá, la serranía de San Lucas, o incluso una mezcla de estos, todos disponibles en opciones de espresso, filtrado y otros métodos de preparación. Caficosta te brinda la posibilidad de apreciar en un solo lugar el proceso de tostado y una experiencia de cata.





## NOTRE DAME –

📍 CRA. 13 # 28A-47

Notre Dame Pan & Café, un café bistró de estilo europeo ubicado en el barrio Bavaria, ofrece una variada selección de café de especialidad preparado utilizando diversos métodos, como la máquina de espresso, chemex, prensa francesa, origami y V60. Experimentados baristas profesionales llevan a los visitantes en un viaje desde la planta hasta la taza.

La selección de café se destaca por incluir granos cultivados en la Sierra Nevada de Santa Marta, así como opciones de diferentes regiones de Colombia. Los clientes tienen la oportunidad de degustar las notas de frutos secos, chocolate y vainilla en el café, lo que les brinda una experiencia sensorial única que cautiva sus sentidos.

## IIWA –

📍 CC. ESTACIÓN SAN PEDRO  
CC. BUENAVISTA.

En iiwa, los visitantes pueden degustar el café de la Sierra Nevada y disfrutar de un ambiente versátil que se presta tanto para el trabajo como para compartir momentos con familiares y amigos, llevar a cabo reuniones de negocios o simplemente saborear un café de calidad acompañado de horneados, sándwiches y exquisitos postres.

Además de las preparaciones tradicionales, en liwa se ofrecen diversos métodos de preparación de café, como la Prensa Francesa, Chemex, V60, Cold Brew, entre otros. También se pueden disfrutar de bebidas frías, como granizados naturales y té.

iiwa tiene dos ubicaciones, una en el Centro Comercial Estación San Pedro y otra en el Centro Comercial Buenavista.



## 3 LUGARES DONDE COMER COCTEL DE CAMARÓN

SANTA MARTA SE DISTINGUE POR SU RICA OFERTA CULINARIA, ESPECIALMENTE POR EL CÓCTEL DE CAMARÓN, UN PLATO DISTINTIVO DE LA ZONA. LA PREPARACIÓN DE ESTE CEVICHE, QUE A SIMPLE VISTA PARECE SENCILLA, ES EN REALIDAD UN ARTE QUE IMPLICA MEZCLAR CAMARÓN, CEBOLLA MORADA, PICANTE, SAL, LIMÓN, SALSA DE TOMATE Y MAYONESA. ÉSTA COMBINACIÓN, HECHA JUSTO ANTES DE SERVIR, ES ESENCIAL PARA ASEGURAR LA FRESCURA Y EL SABOR AUTÉNTICO DEL PLATO. AUNQUE LOS INGREDIENTES SON BÁSICOS, LA EXCELENCIA EN SU PREPARACIÓN REQUIERE DESTREZA Y EXPERIENCIA.

### EMANUEL, COCTELES Y CEVICHES:

 MARINA DE SANTA MARTA, BARRIO PRADO Y EL RODADERO

Con 19 años de experiencia, Emanuel se ha consolidado como uno de los lugares más populares para degustar ceviche en Santa Marta. Aquí, los visitantes pueden disfrutar del tradicional ceviche en vasito, acompañado de galleta soda y preparado con una variedad de ingredientes como mayonesa, picante, cebolla, salsa de tomate o aceite de oliva con pimentón. Además de camarón, ofrecen combinaciones con raya y calamar.

### MARISCOS ANDRÉS:

 CENTRO COMERCIAL BUENAVISTA, BARRIO FILADELFIA Y AVENIDA TAMACÁ DEL RODADERO

Fundado por Andrés Serrano, Mariscos Andrés es otro imprescindible en la ruta gastronómica de Santa Marta. Con tres sedes en la ciudad -en el **Centro Comercial Buenavista, en el barrio Filadelfia y en la Avenida Tamacá del Rodadero**- este restaurante es conocido por su ambiente acogedor y su amplia variedad de mariscos frescos, siendo un sitio ideal para quienes buscan una experiencia culinaria auténtica.

### JUANCHO CEVICHERÍA:

 CALLE SANTA RITA (22 #3-58)

Juancho Cevichería, fundado en 1973 y ubicado en la Calle Santa Rita (22 #3-58), se ha ganado un lugar especial en el corazón de los amantes de la comida de mar. Este restaurante no solo es famoso por sus exquisitos cocteles de camarón, sino también por su amplia gama de ceviches, que incluyen ingredientes como pulpo, caracol y ostras, satisfaciendo así una variedad de paladares. Un aspecto distintivo de Juancho Cevichería son sus platos principales, destacando la parrilla de mariscos, que combina pulpo, langostinos, filete de robalo y anillos de calamar, servidos con croquetas de yuca y patacón de plátano verde.



# DÓNDE COMER AREPA *de* HUEVO

SÍMBOLO DE CALÍDEZ  
Y DIVERSIDAD



Este platillo, que fusiona la simplicidad de la arepa con la versatilidad del huevo en versiones tanto dulces como saladas, se erige como un símbolo de la calidez y diversidad gastronómica de la costa. Los viajeros, ya sean locales o internacionales, al adentrarse en estas tierras, emprenden un recorrido culinario, descubriendo las variadas interpretaciones de la arepa que reflejan el alma de la cocina regional.

Entre los muchos lugares donde se puede disfrutar de este manjar, hay dos que destacan por su historia, sabor y popularidad. Cada uno ofrece una experiencia única, permitiendo a los visitantes sumergirse en la cultura local a través de sus sabores.

## La Industrial

📍 AV. DEL LIBERTADOR  
CON CARRERA 11

ESQUINA DEL I.E.D.  
TÉCNICO INDUSTRIAL

Estas arepas son una tradición de más de 40 años. De lunes a domingo desde temprano, tanto residentes como turistas acuden en masa a este punto. Aquí, las arepas de huevo se convierten en el desayuno predilecto de muchos, acompañadas frecuentemente de un refrescante jugo de naranja y zanahoria. Este lugar no solo ofrece un sabor inigualable, sino que también se ha convertido en un punto de encuentro social, donde se mezclan las historias y las risas de locales y visitantes.

## Donde Casta

📍 KILÓMETRO 17 VÍA  
CIÉNEGA

POZOS COLORADOS  
JUSTO DESPUÉS  
DE ECOPETROL

Con más de 50 años de tradición, este sitio se ha establecido como una parada imprescindible tanto para los habitantes locales como para los visitantes de la ciudad. Comienza su ajetreo desde tempranas horas de la mañana. Este lugar es famoso por sus arepas de huevo, incluyendo una variante especial conocida como arepa de huevo perico, consideradas entre las mejores de la región. Además, se ha convertido en un popular punto de encuentro para deportistas y entusiastas del ejercicio al aire libre, como corredores y ciclistas, quienes a menudo hacen una parada aquí para disfrutar de una arepa de huevo mientras recargan energías.

## Las Zapatas

📍 CALLE 18 CON  
CARRERA 11

Las arepas de huevo de "Las Zapatas" representan una tradición familiar arraigada en la comunidad. La familia Zapata ha mantenido su puesto de venta durante años, convirtiéndose en un referente local para los amantes de las arepas de huevo.

En su menú destacan las arepas de huevo dulces y de sal, cada una con su sabor característico, manteniendo la esencia de la receta tradicional que ha sido transmitida de generación en generación.



# CERVEZA ARTESANAL LOCAL

› SANTA MARTA SE ESTÁ POSICIONANDO EN EL MAPA DE LA CERVEZA ARTESANAL, CON UNA OFERTA CRECIENTE DE CERVECERÍAS LOCALES QUE CAPTURAN LA ESENCIA DE LA REGIÓN. ESTOS ESTABLECIMIENTOS, DISTRIBUIDOS POR LA CIUDAD, COMBINAN TÉCNICAS TRADICIONALES Y MODERNAS PARA CREAR CERVEZAS QUE RESUEÑAN CON LOS GUSTOS TANTO DE LOS LOCALES COMO DE LOS VISITANTES.

## KUMBIA

**Gaira Brewing Sas** es la productora de la cerveza Kumbia, una marca artesanal que se esfuerza por inculcar una cultura cervecera distinta en sus consumidores. Su propósito es trascender el acto de beber cerveza, invitando a los consumidores a experimentar y deleitarse en la complejidad de sabores que ofrece su línea de productos. Kumbia se propone educar a los consumidores sobre la apreciación de la cerveza, **enfocándose en el placer de la degustación y el reconocimiento del valor inherente en una cerveza artesanal**, independientemente de su precio.

La oferta de Kumbia incluye variedades como la **Kumbia Rubia**, **Kumbia Miel**, **Calypso** y **Buritaca**. Estas cervezas son el resultado de un proceso cuidadoso y equilibrado, asegurando que cada sorbo sea sinónimo de calidad artesanal. La visión de Gaira Brewing Sas es que con el tiempo, los consumidores se conviertan en conocedores capaces de identificar y valorar los estilos únicos y el valor agregado que representa una cerveza como Kumbia en el mundo de la cervecería artesanal.



# SURF MONKEY

Surf Monkey emerge como una cervecería artesanal en el paisaje de Buritaca, Santa Marta, marcando su territorio con un compromiso por la calidad. Con una ubicación privilegiada, aprovecha el agua pura del manantial de la Sierra Nevada, un componente que define la esencia de sus cervezas. La dedicación a usar los **mejores ingredientes y mantener procesos tradicionales** de elaboración es el pilar de su oferta.

Surf Monkey ostenta el título de ser el primer Taproom en la zona samaria, ubicado estratégicamente en el **Parque Bolívar, en la Calle 15 #2-16**. No es solo un punto de venta, sino un espacio dedicado a la cultura cervecera, donde se invita a los visitantes a sumergirse en una experiencia que destaca cervezas de barril con toques locales y sodas artesanales.



# CERVECERÍA NEVADA

Situada en la Finca La Victoria, en las cercanías de Minca, la Cervecería Nevada se especializa en la producción de cerveza artesanal. Utilizando recursos locales como el agua pura de los manantiales de la Sierra Nevada, junto con malta, lúpulo y levadura, elabora cuatro variedades distintas: Happy Ayu, Happy Colibrí, Happy Nebbi y Happy Tucán. Priorizando la calidad y el sabor, Nevada ha logrado llevar sus productos más allá de su lugar de origen, alcanzando restaurantes y tiendas en todo el territorio nacional y permitiendo a los entusiastas de la cerveza apreciar los gustos autóctonos de la Sierra Nevada de Santa Marta.

Además, la Cervecería Nevada ha captado la atención internacional, siendo destacada por "Men's Journal", una prestigiosa revista estadounidense, como una de las 10 cervezas artesanales más destacadas y por descubrir a nivel mundial.



# COMIDA CALLEJERA

› AL CAMINAR POR LAS CALLES DE SANTA MARTA, TANTO VISITANTES COMO RESIDENTES SE TOPAN CON LOS TENTADORES AROMAS DE LA COMIDA CALLEJERA.

Entre cada calle y esquina, carritos venden desde frituras hasta jugos tropicales y una variedad de frutas, proporcionando a los peatones un sabor auténtico de las especialidades locales.

Más que puntos de venta de comida rápida, estos puestos se han convertido en centros sociales para la comunidad y un punto de interés para quienes visitan, reflejando la rica variedad culinaria que ofrece Santa Marta.



## AREPAS “YIYA” -

› EN SANTA MARTA, LOS VIAJEROS TIENEN LA OPORTUNIDAD DE DESCUBRIR UNA JOYA CULINARIA QUE HA PERDURADO A LO LARGO DE GENERACIONES: LAS AREPAS DE YIYA. ESTA EMPRESA FAMILIAR, CON MÁS DE 70 AÑOS DE TRADICIÓN, HA FORJADO UNA REPUTACIÓN EN EL MUNDO DE LA COMIDA CALLEJERA. EN SU PUESTO EN LA CRA. 3 #23-20, LAS MANOS EXPERTAS DE LA FAMILIA ELABORAN ESTAS AREPAS CON UNA MEZCLA EXQUISITA DE MAÍZ PILA, QUESO Y LECHE. LUEGO, LAS AREPAS SON CUIDADOSAMENTE ASADAS EN HOJAS DE BIJAO, LIBERANDO AROMAS Y SABORES QUE CAPTURAN LA AUTÉNTICA ESENCIA DE LA CULTURA SAMARIA, SIENDO IDEALES PARA ACOMPAÑARLAS CON UN VASO REFRESCANTE DE AGUA DE MAÍZ.





## PLUTO –

Pluto es sinónimo de tradición en Santa Marta cuando se trata de perros calientes, destacándose por su inconfundible salsa cebollera que ha conquistado los paladares de la ciudad. Lo que comenzó como un modesto puesto callejero en el centro histórico, ha crecido hasta convertirse en una institución local con tres establecimientos estratégicamente ubicados: uno en el corazón del centro histórico, otro en el sector de Bavaria y un tercero en el popular Rodadero.

Desde 1980, Pluto ha sido un testigo gastronómico de Santa Marta, acumulando miles de anécdotas y sirviendo a innumerables clientes que buscan el sabor auténtico de sus perros calientes. Hoy en día cuenta con una variedad de productos que han evolucionado a lo largo de los años.

## SALCHIPAPA COSTEÑA –

Esta oferta de comida rápida se ha convertido en un emblema de la cocina callejera local, celebrada incluso en festivales como el Salchipapa Fest, donde la creatividad y los sabores de la región se encuentran. Las salchipapas combinan la sencillez de las papas fritas con la complejidad de carnes como la salchicha ranchera, la butifarra, el chorizo parrillero y el salchichón de pollo, ofreciendo una experiencia de sabor que es tanto diversa como satisfactoria.

Es un plato común en los menús de los restaurantes de comidas rápidas de la ciudad, y los samarios a menudo sugieren que para vivir una experiencia completa en Santa Marta, los visitantes deberían probar este popular plato.

## RASPAO (EL TIGRE) – PLAZOLETA DE JUGOS –

Raspados y Cholados "El Tigre", es un establecimiento con más de 15 años de trayectoria, situado en el Parque San Miguel, un lugar que se ha convertido en un punto de referencia para los amantes de los sabores frutales y las bebidas heladas. Su especialidad es el "Maracumango", una aclamada mezcla de mango biche y maracuyá.. Además, ofrecen una variedad de sabores que incluyen guanábana, tamarindo, cola y lulo.

Los vendedores de jugos que antes se ubicaban a lo largo de la carrera quinta, ahora atienden desde nuevos módulos ubicados en el camellón de la bahía. En esta plazoleta, los visitantes pueden saborear jugos naturales de frutas como mango, lulo, zapote o níspero, hechos en leche o agua y acompañados con opciones típicas como buñuelos o deditos de queso.

Estos jugos se destacan por ser especialmente refrescantes, lo que los hace perfectos para disfrutar en el clima cálido de Santa Marta.





# RESTAURANTES EN MINCA

## BURURAKE

Bururake ofrece una propuesta de "Parrilla Fusión" en un entorno rodeado de vegetación.

En el menú, se encuentra una diversa selección de **platos de parrilla, así como opciones vegetarianas**. Además, la terraza del restaurante brinda vistas panorámicas del río Gaira.

## SOUL KITCHEN

Es el restaurante del **hostal Casa Loma**, se distingue como un restaurante **vegetariano ético y creativo en su cocina**. Este establecimiento ofrece a sus comensales un menú variado con influencias e ingredientes locales. Además de su propuesta de comida, los visitantes pueden deleitarse con una amplia gama de bebidas que incluyen cafés, capuchinos, granizados, así como infusiones con plantas nativas de la región y extractos naturales de frutas y verduras.

## LAZY CAT

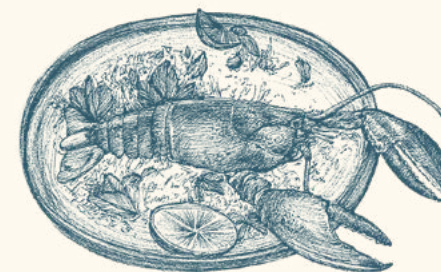
Lazy Cat se ubica estratégicamente cerca a la **plaza principal del pueblo**, con la ventaja de ofrecer a sus comensales una vista destacada, adornada por la exuberante vegetación de la orilla del río. Este establecimiento gastronómico es conocido no solo por su variado menú, que incluye opciones como hamburguesas, sándwiches, carnes, bowls, quesadillas y entremeses, sino también por su compromiso con la calidad y su relación calidad-precio.

## LA MIGA

Uno de los lugares imperdibles para visitar y degustar en Minca es La Miga, una reconocida **panadería artesanal francesa reconocida por su pan de chocolate**. Aunque ofrecen una variedad de panes y especialidades, el pan de chocolate es indiscutiblemente el favorito entre los visitantes.







# RECETARIO

› LA GASTRONOMÍA SAMARIA ES UN RELATO VIVO Y APASIONANTE, NARRANDO LA HISTORIA DE SU GENTE Y REFLEJANDO SUS LUCHAS, ESPERANZAS Y LA RIQUEZA DE UNA TIERRA BENDECIDA POR EL MAR Y CUSTODIADA POR MONTAÑAS MAJESTUOSAS. AQUÍ, LA PASIÓN Y EL AMOR POR LA COCINA SE HACEN EVIDENTES EN CADA RECETA, BRINDANDO UNA INTENSIDAD Y AUTENTICIDAD EN CADA PLATO.



# CAZUELA DE MARISCOS



## INGREDIENTES

- › 1 LIBRA DE MIXTURA DE MARISCOS
- › 1 LIBRA DE CAMARONES
- › SAL Y PIMIENTA AL GUSTO
- › 2 HOJAS DE LAUREL
- › 2 TAZAS DE LECHE DE COCO
- › 1 TAZA DE AGUA
- › 1 CUCHARADA DE QUESO CREMA
- › 1 CUCHARADITA DE MANTEQUILLA
- › FÉCULA DE MAÍZ (OPCIONAL PARA ESPESAR)
- › QUESO MOZZARELLA (AL GUSTO)
- › 3 FILETES DE TILAPIA
- › 1 CEBOLLA BLANCA
- › 5 AJÍES DULCES
- › 1/2 PIMENTÓN
- › 3 TOMATES GRANDES MADUROS
- › 1 TAZA DE ZANAHORIA RALLADA
- › 5 DIENTES DE AJO
- › 3 CUCHARADAS DE ACEITE DE OLIVA

## PREPARACIÓN

- › Caliente en una olla el aceite de oliva y la mantequilla, luego añade el ajo y los mariscos. Sofríalos durante 4 minutos y reserve.
- › En la misma olla, agregue más aceite de oliva y sofría la cebolla, el ají, el pimentón, el tomate, la zanahoria y el filete de tilapia para intensificar sus sabores. Después de unos 7 minutos, retire del fuego y transfiera el sofrito a una licuadora. Procese hasta obtener una mezcla homogénea.
- › Vuelva a colocar la mezcla en la olla y añada la leche de coco y una taza de agua. Incorpore una cucharada de queso crema y mezcle todo cuidadosamente.
- › Reintegre los mariscos a la olla, ajuste el sabor con sal y añada dos hojas de laurel. Cocine a fuego alto durante 7 minutos adicionales.



# AREPA DE HUEVO

## INGREDIENTES

- › 2 TAZAS DE HARINA DE MAÍZ
- › AGUA (CANTIDAD NECESARIA)
- › 1 CUCHARADITA DE SAL
- › 1/2 CUCHARADITA DE AZÚCAR
- › HUEVOS

## PREPARACIÓN

- › En un tazón, combine la harina con la sal y el azúcar.
- › Añada agua poco a poco hasta obtener una masa blanda y manejable.
- › Con la masa, forme bolas un poco más grandes que una de golf y aplástelas para formar "tortillas" de medio centímetro de espesor.
- › En un caldero, caliente abundante aceite y fría las arepas hasta que se inflen ligeramente.
- › Haga un pequeño orificio en uno de los bordes de la arepa, introduzca un huevo crudo.
- › Selle el orificio con un poco de masa cruda.
- › Fría nuevamente la arepa hasta que el huevo esté cocido y la masa dorada.



# DULCE DE COCO

## INGREDIENTES

- › 12 ONZAS DE AZÚCAR
- › 4 ONZAS DE UVAS PASAS
- › 1 COCO GRANDE
- › 1 FAJITA DE CANELA
- › 2 TAZAS DE AGUA

## PREPARACIÓN

- › Extraiga el coco de su cáscara y rállalo.
- › En una olla, combine el coco rallado, el agua y el azúcar.
- › Lleve la mezcla a hervir, añadiendo unas gotas de limón para evitar que se cristalice.
- › Cocine hasta obtener una consistencia espesa.
- › Deje enfriar y sirva solo o acompañado de galletas de soda.



INGREDIENTES

- › 2 TILAPIAS PEQUEÑAS O PARGOS ROJOS, LIMPIOS
- › 1 CEBOLLA LARGA, FINAMENTE PICADA
- › JUGO DE 1 LIMÓN
- › SAL Y PIMIENTA AL GUSTO
- › ¼ DE TAZA DE HARINA (PARA EMPANIZAR)
- › 2 TAZAS DE ACEITE VEGETAL O DE CANOLA (PARA FREÍR)

PREPARACIÓN

- › Lave los pescados bajo agua fría y séquese usando toallas de papel.
- › Con un cuchillo afilado, realice 3-4 incisiones diagonales en cada lado de los pescados.
- › Sazone ambos pescados por dentro y por fuera con sal y pimienta.
- › Mezcle bien el pescado con la cebolla picada y el jugo de limón. Deje marinar durante al menos 10 minutos.
- › Pasados los 10 minutos, espolvoree y cubra cada pescado con harina, sacudiendo el exceso.
- › En una sartén grande, vierta el aceite hasta alcanzar al menos 1 pulgada de profundidad y caliéntelo a fuego medio-alto. Puede verificar que el aceite esté listo dejando caer un pequeño trozo de pan; si este chisporrotea al contacto, el aceite está listo. Si dispone de un termómetro, el aceite debería alcanzar los 375°F (190°C).
- › Con precaución, coloque los pescados en el aceite caliente. Luego, reduzca el fuego a medio.
- › Fría cada lado del pescado durante 5-7 minutos o hasta que la piel se torne dorada y crujiente.
- › Una vez cocidos, retire los pescados del aceite y colóquelos sobre un plato con toallas de papel para eliminar el exceso de grasa.
- › Sirva acompañado de patacones, arroz con coco, rodajas de aguacate y limón al gusto.



PESCADO  
*FRITO*

› EN SANTA MARTA, EL PESCADO FRITO ES UN PLATO MUY POPULAR Y TÍPICO. SE SIRVE CON ARROZ CON COCO, PATACONES Y UNA ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Y LECHUGA. PUEDE SER MOJARRA, PARGO ROJO O SÁBALO. EL TOQUE FINAL ES LA SAL Y EL LIMÓN AL GUSTO.



# ARROZ CON COCO

- › EL ARROZ CON COCO ES UNA PREPARACIÓN QUE CONSISTE EN ARROZ BLANCO COCIDO EN LECHE DE COCO Y HOJUELAS DE COCO. ESTA VERSÁTIL RECETA PUEDE PREPARARSE DE VARIAS MANERAS, YA SEA SAZONANDO CON SAL O ENDULZÁNDOLO CON AZÚCAR O PANELA. ALGUNAS VARIANTES INCLUSO INCORPORAN COCA-COLA Y UVAS PASAS PARA AGREGAR UN TOQUE DE SABOR.
- › EL ARROZ CON COCO SE SIRVE COMÚNMENTE JUNTO A PATACONES, PESCADO FRITO Y ENSALADA O CARNE EN POSTA.

## INGREDIENTES

- › 2 COCOS
- › 2 LIBRAS DE ARROZ
- › 2 CUCHARADAS DE AZÚCAR
- › 2 CUCHARADITAS DE SAL

## PREPARACIÓN

- › Parta los cocos en trozos pequeños, conservando la parte café.
- › Licúe los cocos con dos tazas de agua tibia.
- › Cuele la mezcla y exprima con la mano para obtener una leche espesa.
- › En un caldero, vierta esta leche y déjela hervir hasta que el agua se evapore y quede solo el aceite y el citote.
- › Al coco rallado restante, agréguele otras 4 tazas de agua y exprima nuevamente.
- › Añada esta agua al caldero con el aceite y citote, incorpore el arroz y cocine a fuego medio.
- › Cuando el arroz esté casi seco, añada el azúcar y la sal, revolviendo ocasionalmente hasta que el arroz esté completamente cocido.



# CARIMAÑOLA

## INGREDIENTES

- › 1 LIBRA DE YUCA
- › SAL (AL GUSTO)
- › 1 TAZA DE QUESO COSTEÑO
- › 1 TAZA DE CREMA DE LECHE (PARA LA SALSA)
- › SAL Y PIMIENTA (AL GUSTO)
- › EL JUGO DE UN LIMÓN

## PREPARACIÓN

- › En una olla, hierva las yucas peladas en abundante agua hasta que estén tiernas y queden completamente cubiertas. Agregue sal al gusto durante la cocción.
- › Una vez que las yucas estén bien cocidas y tiernas, haga un puré con ellas y añada 1 taza de queso costeño. Amase la mezcla hasta que todos los ingredientes estén bien incorporados.
- › A continuación, dé forma a las carimañolas tomando porciones de la masa y formando pequeñas bolas. Luego, estire cada bola para darles una forma alargada y delgada, similar a un tubito.
- › Fría las carimañolas en aceite caliente hasta que adquieran un color dorado apetitoso. En esta etapa, puede optar por añadir queso, carne, pollo, chicharrón u otros ingredientes de su elección como relleno.



# CAYEYE



## INGREDIENTES

- › GUINEOS VERDES
- › SAL
- › AJO
- › SUERO COSTEÑO
- › QUESO COSTEÑO RALLADO
- › PARA EL GUIZO (OPCIONAL): CEBOLLA, TOMATE, CABEZA DE AJO, MANTEQUILLA

## PREPARACIÓN

- › Se pone a hervir agua en una olla y se añade un poco de sal. A continuación, se introducen los plátanos pelados. Se cocinan por 20 a 30 minutos o hasta que se ablanden.
- › Una vez cocidos, se sacan los guineos del agua y se machacan con un mortero o tenedor. Se añade mantequilla y dos cucharadas de suero costeño para dar consistencia. Finalmente, se agrega al gusto el queso costeño rallado.

## PREPARACIÓN DEL GUIZO (OPCIONAL)

- › Picar en cuadritos la cebolla, el tomate y el ajo. Sofreír en mantequilla, revolviendo constantemente. Servir sobre el puré de guineo.

# BOLLO DE YUCA



## PREPARACIÓN

- › Ralle la yuca cruda y escurra sin exprimir.
- › Si lo desea, añada un poco de sal y amase bien.
- › Forme bollos con la masa y envuélvalos con dos o tres hojas de mazorca. Amarre bien.
- › Cocine los bollos en una olla con agua hirviendo por unos 30 minutos o hasta que estén bien cocidos.
- › Sirva calientes, ideales para acompañar con butifarras, queso costeño o pescado frito.

## INGREDIENTES

- › 1 YUCA
- › SAL AL GUSTO
- › HOJAS DE MAZORCA



# SANCOCHO



- › EL SANCOCHO ES UNA SOPA ESPESA QUE CONTIENE CARNE (GENERALMENTE GALLINA, PESCADO O COSTILLA DE RES), PLÁTANOS, YUCA, MAÍZ Y OTRAS VERDURAS.
- › DE ACUERDO CON LOS HISTORIADORES, LA HISTORIA DETRÁS DEL ORIGEN DE ESTE PLATO ES DIVERSA Y NO SE LIMITA A UNA SOLA VERSIÓN. ALGUNOS RELATOS SUGIEREN QUE LLEGÓ A LAS ISLAS CANARIAS A TRAVÉS DE LAS DANZARINAS SULAMITAS DEL ÁNDALUZ MORISCO,

MIENTRAS QUE OTROS AFIRMAN QUE FUE INTRODUCIDO POR LOS ESPAÑOLES BAJO EL NOMBRE DE "OLLA PODRIDA", DEBIDO A SU COMPOSICIÓN VARIADA QUE NO SIEMPRE GENERABA UN AROMA ATRACTIVO.

- › POR OTRO LADO, ALGUNOS CHEFS ARGUMENTAN QUE ESTE PLATILLO TIENE SUS RAÍCES EN LA COCINA FRANCESA, MIENTRAS QUE EXISTEN TEORÍAS QUE SOSTIENEN QUE LLEGÓ A LAS COSTAS AMERICANAS A TRAVÉS DE BARCOS Y MARINEROS.

## INGREDIENTES

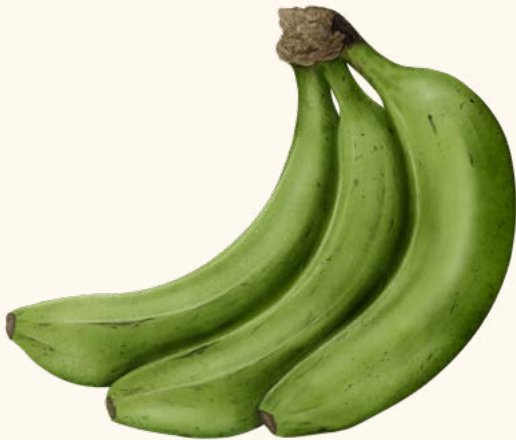
- › 1 LIBRA DE COSTILLA DE RES
- › 1 LIBRA DE YUCA
- › ZUMO DE 1/2 LIMÓN
- › 3 PAPAS MEDIANAS
- › 1/2 PLÁTANO VERDE
- › 2 MAZORCAS DE MAÍZ VERDE
- › 5 AJÍES DULCES O AJÍ TOPITO
- › 1 MANOJO DE CILANTRO
- › 3 TALLOS DE CEBOLLÍN O CEBOLLA JUNCA
- › 3 DIENTES DE AJO
- › SAL, PIMIENTA NEGRA, PIMIENTA DE OLO, PAPRIKA, ACHIOTE (AL GUSTO)

## PREPARACIÓN

- › Pela y corta la yuca, las papas y el plátano verde. Divide las mazorcas en trozos. Pica finamente los ajíes dulces, el cilantro, el cebollín y el ajo.
- › En una olla a presión, coloca las costillas de res junto con los dientes de ajo picados, las mazorcas y el plátano verde. Cubre con suficiente agua y cocina durante aproximadamente 15 minutos o hasta que la carne esté tierna.
- › A la olla con la carne, agrega la yuca, las papas, los ajíes dulces, el cebollín y el cilantro. Sazona con sal, pimienta negra, pimienta de olor, paprika y achiote al gusto. Revuelve bien para integrar todos los ingredientes.
- › Después de agregar los ingredientes, ajusta el nivel de agua si es necesario. Cierra la olla a presión y cocina por otros 15 minutos. Asegúrate de que todos los ingredientes estén bien cocidos y tiernos.
- › Sirve el sancocho caliente y acompáñalo con arroz blanco, rodajas de aguacate y, si lo deseas, con rodajas de banano.

## NOTAS

- › Puedes ajustar las cantidades de los condimentos según tu gusto.
- › Los tiempos de cocción pueden variar según la olla a presión y los cortes de carne utilizados.
- › Tradicionalmente, este plato se sirve con arroz y aguacate, pero puedes ajustar los acompañamientos según tus preferencias.





# BIBLIOGRAFÍA

Dirección de Comunicaciones. (2022, Agosto 30). **UNIMAGDALENA propone proteger el 'bollo tres puntá'. Universidad del Magdalena.** Recuperado de <https://www.unimagdalena.edu.co/presentacionPublicacion/verNoticia/212421>.

Cuao Guillen, A. (2020, Julio 29). **El bonito y el Cayeye, los reyes de la gastronomía samaria.** El Informador. Recuperado de <https://www.elinformador.com.co/index.php/mas/especiales-periodisticos/237261-el-bonito-y-el-cayeye-los-reyes-de-la-gastronomia-samaria>.

Portafolio. (Fecha no especificada). **Cerveza artesanal colombiana, entre las mejores del mundo.** Recuperado de <https://www.portafolio.co/negocios/cerveza-artesanal-colombiana-entre-las-mejores-del-mundo-529726>.

Visit Santa Marta. (2022, Diciembre 29). **¿Por qué es especial el café de la Sierra Nevada de Santa Marta?** Recuperado de <https://visitsantamarta.com/blog/por-que-es-especial-cafe-sierra-nevada-santa-marta/28>.

Hugoleonrojo. (2023, Marzo 14). **6 restaurantes de comida de mar que usted debe visitar en Santa Marta.** El Tiempo. Recuperado de <https://blogs.eltiempo.com/para-donde-va/2023/03/14/6-restaurantes-de-comida-de-mar-que-usted-debe-visitar-en-santa-marta/>.

Sinning, E. R. (2024, Julio 20). **El bonito samario.** El Heraldo. Recuperado de <https://www.elheraldo.co/columnas-de-opinion/el-bonito-samario-159854>.

Aragón, L. E. (2023, Agosto 29). **Mamatoco y su patrimonio: el bollo tres puntá.** El Espectador. Recuperado de <https://www.elespectador.com/el-magazin-cultural/preparacion-del-bollo-tres-punta-patrimonio-de-mamatoco-santa-marta-noticias-hoy/>.


Ramos Forero, M. A. (2023, Marzo 10). **Arepa de huevo: así se prepara esta receta tradicional de la costa Caribe.** El Tiempo. Recuperado de <https://www.eltiempo.com/cultura/arepa-de-huevo-receta-tradicional-de-la-costa-caribe-749229>.











---

EN SANTA MARTA, DONDE LOS SABORES SE  
ENCUENTRAN CON LA HISTORIA, LA GASTRONOMÍA  
ES UN CRISOL DE CULTURAS Y TRADICIONES  
CULINARIAS. ESTE DESTINO, RICO EN HISTORIA  
Y DIVERSIDAD CULINARIA, SE PRESENTA A  
TRAVÉS DE NUESTRA GUÍA GASTRONÓMICA,  
PARA CELEBRAR LA RIQUEZA GASTRONÓMICA DE  
SANTA MARTA, DESTACANDO LA AUTENTICIDAD Y  
DIVERSIDAD DE SUS INGREDIENTES, A TRAVÉS DE  
RECOMENDACIONES Y EXPERIENCIAS CULINARIAS.

GUÍA DE TURISMO  
GASTRONÓMICO DE SANTA MARTA