

Sucre - Colombia

Sabores de Macondo



Experiencias que alimentan el alma
& conectan con las raíces de la tierra y de su gente.

Sabores Sabaneros con estándares de excelencia

La Ruta Gastronómica “Sabores de Macondo”

nace de un proceso único en Colombia: un trabajo conjunto entre la Gobernación de Sucre, IILA (Organización Internacional Ítalo-Latinoamericana), el Fondo Mixto, la comisión regional de competitividad e innovación de Sucre, SENA y aliados locales e internacionales.

Durante meses, emprendedores, artesanos del gusto y cocineros tradicionales participaron en un programa de **formación y acompañamiento técnico** dirigido por expertos italianos, con el objetivo de elevar la hospitalidad, fortalecer las tradiciones locales y asegurar **altos estándares de calidad gastronómica y turística**.

Cada experiencia aquí reunida ha sido seleccionada, evaluada y perfeccionada bajo criterios de identidad territorial, autenticidad gastronómica, infraestructura, seguridad y viabilidad.

Por eso, al recorrer esta ruta, no solo disfrutarás del sabor auténtico de las sabanas de Sucre: también vivirás una oferta confiable, innovadora y reconocida internacionalmente, capaz de deleitar tu paladar y conectarte con el Alma Sucreña.



¿POR QUÉ SABORES DE MACONDO?



Porque Sucre hizo posible a Macondo

Gabriel García Márquez no construyó su universo literario solo desde Aracataca. El territorio sucreño —con sus sabanas, ciénagas y pueblos anfibios— fue determinante en la configuración de su imaginario. Aquí vivió experiencias que marcarían para siempre su obra: conoció a Mercedes Barcha en un baile en Sucre-Sucre, recibió libros que definieron su estilo como La Metamorfosis de Kafka, y fue testigo del asesinato que inspiraría Crónica de una muerte anunciada.

Pero la conexión va más allá de lo biográfico: **los sabores de este territorio también tienen algo de mágico**. En la **Subregión de Sabanas** —Corozal, Morroa, Sampués, Sincé, Los Palmitos y San Juan de Betulia— cada plato cuenta una historia que podría salir de sus novelas. El mote de queso que se cocina "secretiao" y se toma "entunao", el ñeque que alegra las tardes como en las cantinas de Macondo, las arepas de yuca que preparan manos que guardan memoria ancestral zenú.

"Sucre en realidad también hizo posible a Macondo". Y nosotros agregamos: **sus sabores también forman parte de esa magia**.

Por eso esta ruta gastronómica lleva el nombre **Sabores de Macondo**: porque cada fogón, cada encuentro, cada historia que aquí se comparte tiene esa cualidad garciamarquiana de convertir lo cotidiano en extraordinario, lo real en universal.

RUTA TURÍSTICA GASTRONÓMICA SABORES DE MACONDO

14 experiencias INOLVIDABLES en Sucre - Colombia

De los pueblos a la mesa: un recorrido por los sabores y la rica convivialidad de la gastronomía sucreña.

1 Ritmo y Sabores de Corozal
Carlos Miranda - Corozal

2 Líbano en un Bocado
Casa Arsanios - Corozal

3 Sabores de mi Tierra
Donde Mingo - Galeras

4 Apericena Sabanera
El Páramo - Sincelejo

De la Tierra al Fogón:
entre arepas y encocados
Finca La Ceiba, Asociación Raíz

6 El Mote Corozalero
Finca La Rosita - Corozal

7 Pescachico
Girasoles de la Sierra
Sincelejo

8 La Pava de Ají
La Casa del Ají Picante -
Los Palmitos

9 Faena Sabanera, un
día de vaquería
Las Carolinas - Corozal

10 Conñeque
Mapa Tours - Morroa
Sampués

11 Una Cucharada de Historia,
Sabor y Corazón Sucreño
Mercedes de la Ossa - Sincé

12 Vivo con Gusto Galeras
Miguel Herrera - Galeras

13 Sabores de la Sabana
Pasteles de la
Sabana - Morroa

14 ¿Diabolín o Yabolín?
Yabolines JJ - Betulia



EXPERIENCIAS DE LA RUTA

1 Ritmo y Sabores de Corozal – Corozal

Un recorrido que entrelaza la historia republicana de Colombia, el ritmo del porro sabanero y la gastronomía colombo-libanesa en Corozal.

2 Líbano en un Bocado – Corozal

Cocina con las hermanas Arsanios. Prueba kibbeh, hummus y tabbouleh, y descubre el alma de la cocina colombo-libanesa

3 Sabores de mi Tierra – Galeras

El fogón sabanero en 5 tiempos: mote de queso, sopas trifásicas, bocachico frito, carnero guisado y pato ahumado en zumo de coco y ñeque pa' alegrar el alma.

4 Apericena Sabanera – Sincelejo

Atardecer con vistas al Golfo y La Sierra Flor. Cóctel, buena música, bocados sabaneros y un ritual entre tarde y noche lleno de sabor y calma.

5 De la Tierra al Fogón: entre Arepas y Encocados – Sampués

Recorre cultivos, cocina arepas ancestrales y disfruta de piscina, música y sabores locales.

6 El Mote Corozalero - Corozal

Vive un taller experiencial de Mote de Queso, plato insignia del Caribe colombiano.

7 Pescachico – Sincelejo

Un día de chapoteo, pesca y sabor: bocachico fresco al gusto, paisaje natural y tradición viva.

8 La Pava de Ají – Los Palmitos

Prueba la salsa picante sabanera, con ajíes autóctonos, patacones, cerveza fría y cumbia en vivo.

9 Faena Sabanera, un día de vaquería – Corozal

Un día de campo completo: ganadería regenerativa, parrillada costeña, música y siesta en hamaca.

10 Conñeque -Morroa

Morroa en bici: calles llenas de alegría y de color, tejido de hamaca, música de pito y taller de coctelería.

11 Una Cucharada de Historia, Sabores y Corazón Sucreño - Sincé

Cocina tradicional sucreña, relatos familiares y hospitalidad sabanera.

12 Vivo con Gusto - Galeras

Descubrirás el simbolismo de los Cuadros Vivos (Patrimonio UNESCO), así como las mejores historias y sabores locales.

13 Sabores de la Sabana – Morroa

La cocinera tradicional Noris Pérez enseña a preparar el pastel sabanero paso a paso: cocina, relatos y memoria de la sabana en tus propias manos.

14 ¿Diabolín o yabolín? – Betulia

Amasa, embolla y prueba esta especialidad hecha con yuca que es orgullo sabanero.

Carlos Miranda - Corozal

Ritmo y sabores de Corozal

En el corazón de Corozal, la Perla de la Sabana, te invitamos a vivir una experiencia inigualable: ser parte de una historia viva. Vamos a bailar fandango al ritmo de porro en el lugar donde, en 1836, los músicos de la escuela sabanera, con sus instrumentos y su alma, encendieron un fandango en la plaza principal. No fue un simple concierto; fue el nacimiento del porro con banda, un ritmo caribeño que resonaría para siempre en el alma de Colombia.

Nuestro viaje comienza en la Plaza de Bolívar, donde cada piedra y cada edificio susurran historias de siglos, incluyendo los ecos de la Guerra de los Mil Días. Luego, nos dirigiremos al Parque Santander para encender las velas y, con la guía de expertos bailadores y músicos profesionales, sentirás cómo el Porro se apodera de ti. Aprenderás los pasos que han alegrado generaciones, en el mismo lugar donde, se escuchó por primera vez este ritmo con la alegría de una banda.

Te vestirás con trajes tradicionales, te sumergirás en los saberes musicales sabaneros, y serás parte de una rueda de fandango que recordarás por siempre.

Y para coronar esta tarde mágica, conocerás la huella Libanesa en el Caribe Colombiano, dando gusto a tu paladar con la exquisita fusión de la gastronomía colombiana y libanesa en el Home Restaurant Casa Arsanios, un deleite para todos.

Esta no es solo una ruta turística; es una inmersión profunda en la identidad musical y el encuentro de dos culturas en el Caribe.

Incluye

- Guía de Turismo certificado
- Mini Taller de Fandango
- Cóctel de bienvenida y Pasabocas libaneses en Home Restaurant Casa Arsanios: kibbeh, hummus, pan árabe, limonada de hierbabuena

Lugar de encuentro

Plaza principal de Corozal, Sucre

Disponibilidad

Miércoles a domingo de 4:00 p.m. a 7:00 p.m.

Duración

3 horas

Información y reservaciones

whatsapp

+57 316 617 74 29

@xperienciassucre



Casa Arsanios - Corozal

Libano en un bocado

En el corazón de la plaza principal de Corozal se abre la puerta de una casa republicana que huele a historia, tradición y buena mesa. Allí, donde cada rincón guarda un suspiro de paz y aromas familiares, nace una experiencia única que une dos mundos: el Líbano y Colombia.

La bienvenida comienza con un brindis de Arak, el licor que despierta la alegría, y un delantal para participar en la cocina junto a las hermanas Arsanios, herederas de una tradición libanesa que enciende el fogón con autenticidad. Más que un restaurante, es un espacio para aprender, cocinar, reír y degustar recetas que han viajado de generación en generación.

En la mesa se despliega un menú degustación donde se encuentran platos como kibbeh, babaganoush, tabbouleh, hummus y arroz con almendras, junto a recetas familiares que narran cómo dos culturas se mezclaron en suelo sabanero. Mientras tanto, las historias de abuelos y ancestros —como Papa Arsanios o la matrona de la casa, Mama Yoya— acompañan cada bocado, revelando los secretos de la auténtica cocina libanesa.

La experiencia se cierra con un toque especial: vestirse con la típica usanza libanesa —sombros, trajes, fotos memorables— que hacen de este viaje culinario un recuerdo vivo y entrañable. Aquí siempre habrá un puesto en la mesa para ti.

Incluye

- Cóctel de bienvenida con arak
- Miniclase de cocina con Gloria Arsanios.
- Menú degustación: kibbeh, babaganoush, hummus, tabbouleh, arroz con almendras, pan árabe, limonada de hierbabuena y postres

Disponibilidad

Miércoles a domingo.

Horario: 6:00 p.m. – 9:00 p.m.

Previa reservación, grupos privados mínimo 8 personas.

Lugar de encuentro

Casa Arsanios, Cra 26 N° 29-46, Plaza Principal, Corozal, Sucre, Colombia.

Duración

3 horas



Información y reservaciones

whatsapp

+57 300 680 23 67

casaarsanios@gmail.com

www.casaarsanios.com

@casaarsanios

Donde Mingo - Galeras Sabores de mi tierra

¿Tú sabes qué es bueno pa'l alma, pa'l corazón y hasta pa' un guayabo bravo?

¡Una buena sopa sabanera! Y de eso, yo sé bastante...

Soy Mingo, cocinero tradicional con 25 años de sabor en las manos y más cuentos que un abuelo en mecedora. Lo que te traigo no es solo comida: es tradición, historia, y hasta uno que otro secreto de fogón heredado de mi papá.

En esta experiencia de menú degustación, vas a probar de todo un poco. Te recibimos con queso costeño, suero con cebollita y cebollín, yuca cocida, ajonjolí molido... Después viene lo fuerte: Mote de queso, sopas trifásicas, bocachico frito, carnero guisado y pato ahumado en zumo de coco, una receta que me ha llevado a conocer el mundo. Todo esto con el infaltable ñeque.

Es el traguito ancestral que alegra el alma. Dicen por ahí que después de un sorbo de ñeque, hasta el más tímido baila la Pollera Colorá. Y sí, aquí también se baila: ¡nadie se va sin mover la cadera! Y como todo buen final sabanero es dulce, podrás elegir entre: dulce de guandul, bolitas de leche o enyucaos... ¡pura gloria en cucharita!

Ven pa' que comas rico, rías sabroso y te lleves un pedacito de la sabana en el corazón (y en el estómago).

Yo pongo la comida, la música y los cuentos. Tú solo trae las ganas y vente con to'a tu gente.

¡Nos vemos en la mesa!

Incluye

- Menú degustación de 5 platos
- Jugo de temporada y una bebida ancestral
- Cuentos de cocinero tradicional
- Grupo de gaitas y ambientación cultural

Disponibilidad

Viernes a domingo

Horario: 12:00 m.

Previa reservación

Lugar de encuentro

Restaurante Donde Mingo - Galeras

Duración

2 horas



Información y reservaciones

whatsapp

+57 313 545 80 00

@restaurantedondemingo

El Páramo - Sincelejo Apericena Sabanera

En El Páramo, el atardecer tiene su propio menú. Mientras el sol se despidé sobre el Golfo de Morrosquillo y la Sierra Flor regala su mejor balcón natural, la experiencia de la **Apericena Sabanera** invita a cerrar el día con calma, sabor y buena compañía.

No es cena ni aperitivo: es un ritual al aire libre, un encuentro entre tarde y noche en el que la gastronomía sabanera se reinventa en formato ligero y festivo. En cada copa y cada bocado se mezclan hospitalidad y tradición, creando un momento perfecto para brindar, conversar y disfrutar.

El menú recorre la esencia de la sabana en pequeños manjares: **cabeza de gato con chicharrón, suero con queso y patacones, pinchito de lomito con bollo**, todo acompañado de un cóctel chispeante que celebra los sabores locales.

Y para quienes aman llevarse recuerdos más allá del paladar, el atardecer en La Sierra Flor se convierte en una postal viva: un escenario perfecto para capturar fotografías memorables y compartir la magia de la sabana en redes sociales.

Incluye

- Cóctel de bienvenida
- Degustación de cabeza de gato con chicharrón
- Suero, queso y patacones

Disponibilidad

Jueves a domingo y festivos

Horario: 4:00 p.m. a 6:30 p.m.

Previa reservación

Lugar de encuentro

El Páramo Restaurante Campestre - Sincelejo

Duración

2 horas



Información y reservaciones

whatsapp

+57 321 268 17 24

@elparamorestaurante

Finca La Ceiba, Asociación Raíz - Sampaés

De La Tierra Al Fogón: entre arepas y encocados

En Sampaés, tierra ancestral del pueblo Zenú, la cocina se convierte en puente entre la memoria y la vida cotidiana. En la Finca La Ceiba, los visitantes son recibidos por campesinos anfitriones que, con calidez y sabiduría, comparten el arte de cultivar, cocinar y habitar un territorio de profundas raíces culturales.

La experiencia comienza con un recorrido por sembrados de yuca y batata. Entre los surcos, cada visitante recoge con sus manos los tubérculos que más tarde transformarás en alimento. En el fogón, bajo la guía de expertos, nacen las arepas de yuca y batata, rellenas de queso de búfala o en versión vegana. A la mesa llegan acompañadas de chorizo artesanal de búfala, cremas de ajonjolí o maní, suero fresco y la bebida de chocolate costeño tradicional. Cocinar aquí es aprender también sobre los beneficios nutricionales de lo que brota de la tierra.

La jornada invita a la calma: descansar en hamacas, caminar entre senderos, observar animales o disfrutar de un baño en piscina, mientras la música de porro sabanero acompaña el ritmo del día. El cierre tiene el encanto de un ritual: un shot de tinto de verano de corozo y un mini waffle de batata con miel del bosque y crema de maní o marañón, un maridaje pensado para dejar vibrando el alma con la dulzura de la sabana.

Incluye

- Bebida de bienvenida
- Caminata por cultivos de yuca y batata
- Clase de cocina saludable
- Merienda sabanera
- Piscinazo

Disponibilidad

Todos los días, de 9:00 a.m. a 3:00 p.m.
Grupos privados, mínimo 10 personas.
Previa reservación

Lugar de encuentro

Finca La Ceiba - corregimiento Mata de Caña, Sampaés

Duración

5 horas



Información y reservaciones

whatsapp

+57 300 318 59 84

+57 300 724 58 16

@fincalaceiba1

Finca La Rosita - Corozal El Mote Corozalero

Ñame, queso, bleo y suero... si no adivinas, de pena muero.

Así comienza el acertijo que abre las puertas al plato más emblemático de las sabanas de Sucre: el legendario Mote de Queso.

En La Rosita, bajo el liderazgo de Soraya, aprenderás su historia, sus secretos de preparación y los truquitos que los artesanos del sabor han guardado por generaciones. Entre ollas al fuego, el aroma de las flores, el canto de las aves y la brisa fresca del campo, prepararás este plato que es identidad pura del sabanero.

La experiencia incluye un paseo guiado por las tradiciones locales, el taller de preparación del mote y un almuerzo completo: mote, bebida y postre. Todo servido al estilo de casa, con calor humano y el sabor inconfundible de Sucre.

Ven con sombrero, ven con hambre, ven con ganas: aquí el mote de queso sabe beso.

Incluye

- Guía oficial de turismo
- Taller práctico de preparación del mote de queso
- Almuerzo Completo: mote, bebida y postre tradicional

Disponibilidad

Jueves a lunes, de 10:00 a.m. a 2:00 p.m.
Previa reservación

Lugar de encuentro

Finca La Rosita - Parador Ecoturístico. Km 1 vía Sabanas de Pedro, Corozal - Sucre

Duración

4 horas



Información y reservaciones

whatsapp

+57 310 602 82 28

@larositaeco

Girasoles de La Sierra - Sincelejo Pescachico

El primer sábado de cada mes, la represa de Girasoles de la Sierra se convierte en escenario de una experiencia que rescata lo mejor de la tradición sabanera: la pesca artesanal de bocachico con red, tal como lo han hecho por generaciones las familias de la región. Acompañado de pescadores locales, entrarás al agua, sentirás la frescura en los pies y ayudarás a tirar y arrastrar la red, lista desde la madrugada. El momento cumbre llega cuando la red toca la orilla: entre chapoteos y risas, atraparás tu propio bocachico con las manos. No es tarea fácil: este pez sabanero es juguetón y escurridizo. ¡Quien lo coge, lo goza!

El premio a tu esfuerzo es un almuerzo inolvidable en el restaurante de la finca, donde el bocachico se prepara al gusto: frito y crocante, guisado con sazón casera, asado al carbón o en la tradicional “viuda”, como manda la cultura sabanera.

Es un día para reír, mojarse, compartir en familia, disfrutar del paisaje sabanero y sentirse parte de una tradición viva.

Todo en un lugar seguro, lleno de naturaleza, sabor y hospitalidad. Recomendación Sabanera: trae ropa pa' mojarte, sombrero, y, ¡mucha ganas de divertirte! No olvides tu cámara... que el bocachico no se deja agarrar dos veces.

Incluye

- Pesca artesanal con pescadores
- Almuerzo típico con bocachico preparado al gusto
- Piqueo de finca

Disponibilidad

Primer sábado de cada mes, 10:00 a.m.
Previa reservación

Lugar de encuentro

Finca Girasoles de La Sierra - Sincelejo

Duración

4 - 5 horas



Información y reservaciones

whatsapp

+57 301 530 63 82

@girasolesdelasierra

La Casa del Ají Picante - Los Palmitos

La Pava de Ají

La pava de ají no es un plato cualquiera: es la reina sabanera del sabor. Esta salsa poderosa, nacida del alma de la sabana sucreña, se prepara con ajíes autóctonos como el habanero, chivato, tabasco, guagualito y un puñado de secretos heredados de los ancestros Zenú.

En la Casa del Ají Picante no solo degustas: aprendes. Conocerás cómo se cultivan los ajíes, descubrirás sus propiedades y probarás distintas salsas en una experiencia que mezcla tradición, fiesta y saber local.

Aquí se vive lo sabanero en toda su expresión: entre patacones recién hechos, cerveza fría y música en vivo, la comparsa "Son Picante El Piñal" enciende el ambiente y una pareja bailadora invita a sumarse al ritmo de la cumbia y el fandango.

Y toda una inmersión en la cultura picante de la Sabana.

Incluye

- Visita al cultivo de ajíes
- Degustación de distintas salsas picante
- Patacones recién hechos
- Una cerveza o bebida refrescante
- Baile tradicional en vivo

Disponibilidad

Lunes a domingo, 10:00 a.m. a 6:00 p.m.
Previa reservación

Lugar de encuentro

Casa del Ají Picante, corregimiento El Piñal - Los Palmitos, Sucre

Duración

1 hora y media

Información y reservaciones

whatsapp
+57 311 559 68 13

@lacasadelajipicante



Las Carolinas - Corozal

Faena Sabanera, un día de Vaquería

Aquí te esperan temprano con los brazos abiertos, una sonrisa sincera y una charla sabrosa sobre lo que hacemos aquí: ganadería regenerativa, de la buena, de la que sana la tierra y da carne que sabe a campo.

La jornada comienza entre los árboles del bosque seco tropical, escuchando el canto de las aves y viendo cómo la vida despierta. De pronto, ahí están: los ganados en manada, cambiando de potrero. Un espectáculo que no se explica con palabras, se siente en el pecho. La tierra vibra, las vacas caminan juntas, tranquilas, como si supieran que aquí se les cuida.

El paseo no se detiene: más aves, más colores, más señales de que la naturaleza está regresando con fuerza.

En el recorrido, la experiencia combina sabores y saberes: jugo de panela fresquita raspada con cariño, patacón con queso costeño, y la guía de un maestro parrillero que comparte los secretos del asado sabanero sobre brasa viva. La jornada culmina con un almuerzo típico, donde la carne jugosa y ahumada se convierte en el centro de la mesa compartida.

Después del almuerzo no hay afán. Como buen vaquero costeño, te espera una siesta: meciéndote en la mecedora de la abuela o acostado en una hamaca morroana, con la brisa como arrullo.

El cierre llega con un tintico bien sabroso y la sensación de haber vivido un día completo en el campo, entre tradición, naturaleza y hospitalidad.

Incluye

- Paseo guiado por la sabana con visita a los potreros
- Bebida de bienvenida con pasa bocas
- Almuerzo: carne a la parrilla con acompañantes y bebida
- Música en vivo

Disponibilidad

Fines de semana de 9:00 a.m. a 3:00 p.m.

Grupos privados, mínimo 10 personas

Previa reservación

Lugar de encuentro

Finca Las Carolinas

Duración

6 horas

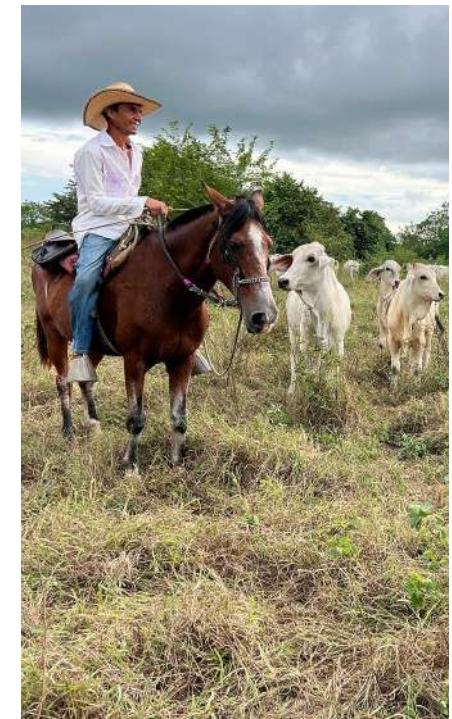
Información y reservaciones

whatsapp

+57 313 535 8800

www.lascarolinas.co

@lascarolinasco



Mapa Tours - Morroa Conñeque

Te ofrecemos un tour en bicicleta con taller de coctelería en la precioasa Morroa.

¿Sabías que en Morroa se tejen hamacas, se baila al ritmo del pito y se toma ñeque con flow?

Mapa Tours te tiene el plan completo: arrancamos en bici, recorremos las calles coloridas del pueblo, visitamos un taller de amacas para que aprendas el arte de tejer. Luego bailarás al son de la música de pito “atravesao” y terminas esta experiencia preparando un cóctel con ñeque, ese licor ancestral sabanero que alegra el alma y enciende la fiesta.

Incluye

- Tour guiado en bicicleta
- Refrigerio con chicha de maíz y kibbeh
- Taller práctico de coctelería con ñeque
- Seguro

Disponibilidad

Lunes a domingo, a las 4:30 p.m.
Previa reservación

Lugar de encuentro

Centro de Morroa

Duración

3 horas

Información y reservaciones

whatsapp
+57 300 123 61 73
www.mapatours.co

@mapatourscol



Mercedes de la Ossa - Sincé

Una Cucharada de Historia, Sabor y Corazón Sucreño

Imagina llegar a una casa con más de cien años de historia y sentir, desde el primer paso, que entras al comedor de unos familiares que te reciben con los brazos abiertos. Así comienza esta experiencia en Sincé, Sucre, guiada por Mercedes de la Ossa, una cocinera profesional que decidió volver a sus raíces para compartirlas, cucharada a cucharada.

Cada plato es una joya de la cocina tradicional sucreña, preparado con la técnica y el cariño heredados en casa. Desde un mote de queso bien hecho hasta un arroz de pato ahumado con zumo de coco, cada bocado cuenta una historia.

Entre receta y receta, Mercedes comparte trucos de cocina, anécdotas de Sincé y fragmentos vivos de la cultura de su gente. Aquí no solo se come: se aprende, se escucha y se celebra la identidad sucreña.

La hospitalidad es la esencia del sucreño. Esta familia abre sus puertas para que vivas una experiencia auténtica: aprender, disfrutar y llevarte no solo sabores, sino memorias y saberes del territorio.

Ven con hambre: de comida, de historias y de calor humano. Aquí, te vas a sentir como en casa.

Incluye

- 2 Bebidas refrescantes
- Entrada con aperitivo típico
- Plato fuerte: arroz de pato ahumado en zumo de coco con patacones y ensalada
- Postre tradicional

Disponibilidad

Lunes a jueves 12:00 m. a 3:00 p.m.
Previa reservación

Lugar de encuentro

Home Restaurant Mercedes de la Ossa - Sincé, Sucre

Duración

3 horas

Información y reservaciones

whatsapp
+57 321 559 6527

@mercedesdelaossa



Miguel Herrera - Galeras

Vivo con Gusto Galeras

Hola, soy Miguel Herrera, guía oficial de turismo, guardián de historias, orgulloso hijo de Galeras, y quiero invitarte a vivir más que un paseo, vamos a recorrer Galeras con los cinco sentidos.

Comenzaremos la jornada en medio de una escena mágica con los Cuadros Vivos de Galeras. Figuras humanas detenidas en el tiempo, representando escenas de la vida campesina, la familia, la cosecha, el humor y la memoria colectiva.

Los cuadros son patrimonio hecho cuerpo, una tradición tan viva que ha sido declarada por la UNESCO como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad.

Te unirás a un taller de Cuadros Vivos para descubrir el significado simbólico de cada representación, la preparación que hay detrás de cada escena y la profunda conexión entre arte, identidad y resistencia cultural.

Y después del arte... llega el sabor. Te llevaré a mi restaurante favorito, sobre una mesa rústica, decorada con un mantel de hojas de bijao, te espera un festín servido en vajilla de totumo, labrada por las manos de nuestros artesanos, que dan a cada pieza una textura, una forma, una historia.

Disfrutarás de un menú de degustación: un exquisito mote de queso reconocido a nivel internacional como una de las mejores sopas del mundo, un pato ahumado en zumo de coco con reconocimiento a nivel nacional, arroz, postre y una bebida tradicional. No podrá faltar un traguito de ñeque para cerrar alegre la jornada.

Incluye

- Acompañamiento de guía oficial de turismo
- Taller de cuadros vivos
- Menú de degustación
- Ambientación con música tradicional

Disponibilidad

Sábado y domingo de 9:00 am a 2:00 pm.
Grupos privados a partir de 4 personas
Previa reservación

Lugar de encuentro

Punto de encuentro: Plaza de Los Pavos (Galeras)

Duración

4 horas

Información y reservaciones

whatsapp
+57 311 403 03 58

@miguel_herreraluna



Pasteles de la Sabana

Sabores de la Sabana

Esta es una clase de cocina del pastel sabanero.

¿Quieres saborear la tradición, morder la memoria y llenar el alma con puro sabor sabanero?

Eso solo se logra con un pastel bien hecho... y mejor aún si lo preparas con tus propias manos.

Soy Noris Pérez, cocinera tradicional con más de 15 años entre los fogones de mi tierra y el alma de Pasteles de la Sabana. Aquí cocinamos con historia, con cariño y con productos fresquitos que nos traen nuestros campesinos. Aquí la comida tiene nombre, origen y rostro.

En esta clase vivencial aprenderás, paso a paso, a preparar el auténtico pastel sabanero: desde escoger la hoja de bijao, preparar el arroz y sazonar la carne con ese sabor que enamora, hasta envolverlo tú mismo. Todo mientras el aroma te transporta directo al campo y al corazón.

¡No dejes que te lo cuenten, vívelo!

Incluye

- Taller práctico guiado paso a paso
- Ingredientes e insumos para la preparación
- Relatos sobre la cocina sabanera
- Degustación del pastel que tú mismo prepares
- Bebida tradicional

Disponibilidad

Jueves a domingo 10:00 a.m.

Grupos privados, mínimo 4 personas

Previa reservación

Lugar de encuentro

Restaurante Pasteles de la Sabana - Morroa, Sucre

Duración

3 horas



Información y reservaciones

whatsapp
+57 313 583 86 65

@pasteles_de_la_sabana

Yabolines JJ - Betulia

¿Diabolín o Yabolín?

Hola, soy Idola Rosa Acosta, y quiero contarte algo que nace en el corazón de mi familia y de mi tierra, San Juan de Betulia: El Yabolín. Sí, con "y" de yuca.

No solo una receta típica de la sabana, es una tradición viva que ha cruzado generaciones y que me llena de orgullo compartir. Porque fue mi abuela, Rosalba Macareno Ortega "Chabba", quien trajo la receta a Betulia, y con sus manos generosas enseñó a nuestra familia el arte del Yabolín que, desde hace décadas, preparamos con amor en tradicionales hornos de moñiga y barro, tal como ella lo hacía.

Te invito a vivir esta tradición, ¡tal como me enseñó la abuela! Verás cómo mezclamos almidón de yuca con queso, leche, huevos y sal hasta lograr una masa suave, lista para moldear. ¡Y ahí comenzará la magia. Meterás las manos en la masa y participarás en el arte de embolar, dar esa forma redonda a la masa sobre bandejas de aluminio que, una vez se hornean, se convierten en deliciosos Yabolines.

Veras nuestros hornos, 100% artesanales, encendidos y listos para asar esos Yabolines que tu recién embolaste. Y claro, cuando estén listos, llega el mejor momento: sentarte en una comoda mecedora bajo la sombra del kiosco de bareque, y disfrutar de unos calentitos y crujientes Yabolines, acompañados de una Kola Román bien fría, la bebida que mejor le va a nuestros protagonistas.

Te cuento algo más... Aunque el Yabolín tradicional es de queso, con mi familia hemos querido ir más allá, y ahora también los hacemos con ajo, ajonjolí, semillas de sésamo, e incluso picante. ¡los probarás todos! ...Y es que, más que un pasaboca, el Yabolín es Betulia en cada bocado...

Incluye

- Recorrido por la fábrica artesanal
- Participación en el proceso de "embolado"
- Desgustación de Yabolines con Kola Román

Disponibilidad

Lunes a sábado de 8:00 a.m. a 3:00 p.m.
Previa reservación

Lugar de encuentro

Fábrica Yabolines JJ - Betulia, Sucre

Duración

1 hora

Información y reservaciones

whatsapp
+57 301 724 96 69
+57 300 642 53 42

@yabolines.jj



**La Ruta Sucreña de los Sabores de Macondo
es una invitación a sentir con el alma, a probar
con el corazón y a llevarse para siempre un pedacito
de esta tierra generosa.**

Aquí no termina el viaje, aquí comienza tu historia con Sucre.

Con el apoyo de productores, artesanos del gusto, cocineros tradicionales, emprendedores y todas las familias que abrieron sus puertas y compartieron sus secretos para hacer realidad esta ruta de sabores y memorias.



Proyecto ejecutado por la Organización Internacional Ítalo-Latinoamericana (IILA)
con fondos del Ministerio de Asuntos Exteriores y de la Cooperación Internacional de Italia (MAECI)