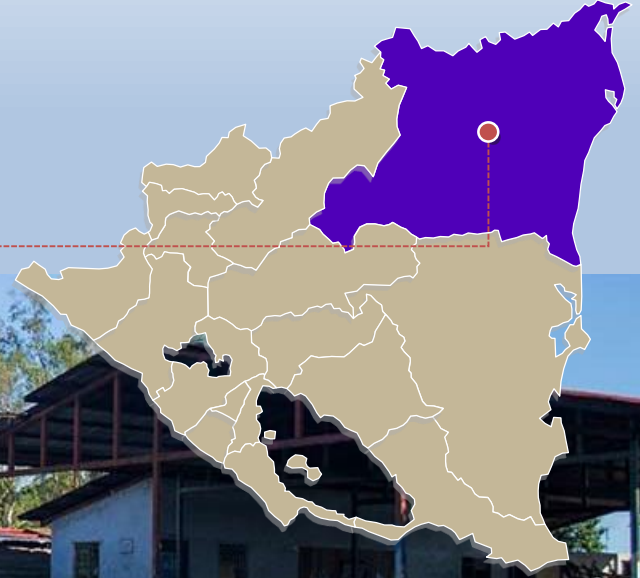




# MAPA DE LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DE NICARAGUA DE LA REGIÓN AUTÓNOMA COSTA CARIBE NORTE

## REGIÓN AUTÓNOMA COSTA CARIBE NORTE

Municipios: Bonanza, Mulukukú, Prinzapolka, Puerto  
Cabezas, Rosita, Siuna, Waslala, Waspán



## PUEBLO CREOLE (BILWI) :

### Comidas

- ❖ Carne de tortuga mixta con coco
- ❖ Casaba ducunu
- ❖ Chile cabro
- ❖ Empanada de coco y maduro
  
- ❖ Ground Beef Lights (Intestinos de res molidos)
- ❖ Guardiola asado
- ❖ Hash Fish (Pescado desmenuzado)
  
- ❖ Mondongo in Coconut (Mondongo en coco)
  
- ❖ Pot Roast Meat (Carne asada a la olla)



**Bilwi**

- ❖ Rice and Beans with Coconut (Arroz y frijoles con coco)
- ❖ Rundown
- ❖ Rondón de aleta
- ❖ Rondón de Guardiola
- ❖ Rondón de res
- ❖ Rondón de res ahumado
- ❖ Smoked Meat or Fish (Carne ahumada o Pescado ahumado)



**Rice and Beans with Coconut.**



**Rundown**

- ❖ Sopa de almejas con domplin
- ❖ Sopa de pescado, sopa marinera
- ❖ Sopa Marinera
- ❖ Stew Beans with Dumping (Guiso de frijoles con albóndigas)
- ❖ Stew Hagle with Dumpling (Guiso de almeja con albóndiga)
- ❖ Tualbi (comida)
- ❖ Turtle Meat Ball (Bolitas de carne de Tortuga)
- ❖ Venado asado



Chile cabro

# Bebidas

- ❖ Fish Tea (Te de Pescado)
- ❖ Fresco de nancite
- ❖ Fresco de Pihibay
- ❖ Ginger Beer (bebida)
- ❖ Guabull de banano maduro
- ❖ Guabull de fruta de pan
- ❖ Guabull de malanga
- ❖ Guabull de plátano maduro
- ❖ Guarapo
- ❖ Honedrink (bebida)
- ❖ Leche y Aceite de Coco
- ❖ Pinky Pinky
- ❖ Ricedrink (bebida)
- ❖ Soreil (Bebida)
- ❖ Sorrill o fresco de Jamaica



**Ginger Beer**. Fuente: [recetasdenicaragua.com](http://recetasdenicaragua.com)

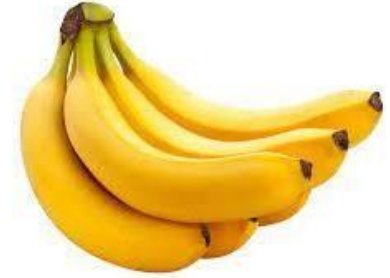
# Dulces

- ❖ Almíbar de Hicaco
- ❖ Almíbar de Mango
- ❖ Almíbar de Nancite
- ❖ Banana cake (queque de banano)
- ❖ Casaba cake (queque de yuca)
- ❖ Duff (Sopa borracha a la inglesa)
- ❖ Fruit Stew (Frutas en dulce)
- ❖ Jalea de Guayaba



# Panes

- ❖ Bon dulce
- ❖ Coco cake (Pan de coco)
- ❖ Guisaba
- ❖ Guisada
- ❖ Jonny cake (pan)
- ❖ Pan bond
- ❖ Paty
- ❖ Plantita
- ❖ Queque de Arroz
- ❖ Queque de banano
- ❖ Queque de quequisque
- ❖ Queque de yuca
- ❖ Soda cake
- ❖ Toto





## **PUEBLO MISKITO (Bilwi, Waspám, Prinzapolka, Bonanza)**

### **Comidas**

- ❖ Arroz con camarones
- ❖ Arroz con camarones y coco
- ❖ Auhbipiakan (mixto de carnes de guilla, venado, cusuco y bastimento)
- ❖ Bisban
- ❖ Bolitas de carne de pescado
- ❖ Camarón al Ajillo
- ❖ Ceviche de Camarón
- ❖ Ceviche de Caracol
- ❖ Ceviche de pesado
- ❖ Ceviche de pulpo





- ❖ Ceviche mixto
- ❖ Coctel de Ostiones
- ❖ Dikuruna (similar al Indio Viejo)
- ❖ Fufudara (tortilla de yuca y maduro)
- ❖ Gallina en caldillo
- ❖ Gallo pinto con Coco o Rice and Beans
- ❖ Ibo buña
- ❖ Kakamuk piakan Kuku wal (iguana cocida con coco)



- ❖ Kruhban (de carne y de frijoles)
- ❖ Kuswa Piakan
- ❖ Langosta y camarón al gusto (En salsa,  
con coco, a la plancha, empanizada)
- ❖ Luk Luk (comida)
- ❖ Mondongo con Coco
- ❖ Paty (Comida)
- ❖ Pescado Frito
- ❖ Rondón de mariscos mixto



**Rondown de tortuga**

- ❖ Rondown (aleta de tortuga, pescado, res, cerdo ahumado)
- ❖ Sopa de Almejas
- ❖ Sopa de cola de res con Jaiba
- ❖ Sopa de frijoles con coco
- ❖ Sopa de Frijoles con Don plin
- ❖ Sopa de pescado
- ❖ Sopa de Tortuga
  
- ❖ Sopa Marinera (pescado, langosta, camarón, jaiba, cangrejo y caracol).



- ❖ Stew Beans (Frijoles con Coco, Albóndigas / dumpling)
- ❖ Tacru
- ❖ Tahira wina tisban (Carne de cusuco picado)
- ❖ Takru de Mojarra o Sardina
- ❖ Tamuka
- ❖ Tortilla horneada con harina de coco
- ❖ Wastara pilalka /sopa de camarón gigante de río
- ❖ Wina Angkan

# Bebidas

- ❖ Achioc (bebida)
- ❖ Agua de Coco
- ❖ Atol de plantas y frutas: Fruta de pan, Arroz, Mango, Dashin, Quequisque, Pijibaye, Algas
- ❖ Bunya (de yuca o de pijibaye)
- ❖ Buña (de pijibay, yuca y plátano maduro)
- ❖ Carol
- ❖ Guabul de banano, plátano, quequisque y malanga.
- ❖ Honeydrink (bebida)



**Wabul**

- ❖ Krabu Laya
- ❖ Labapi (bebida)
- ❖ Paunlaya (bebida)
- ❖ Ponche de aleta de Tortuga
- ❖ Rales (fruit stew)
- ❖ Saman Laya
- ❖ Sili (bebida)
- ❖ Suahni laya (atol fermentado de maíz y yuca)
- ❖ Té de Jengibre
- ❖ Té de Zacate de Limón
- ❖ Té de: Limón, Guanábana, Menta, Jamaica
- ❖ Twalbi (Chicha)
- ❖ Ulung (bebida)
- ❖ Vino de Guayaba
- ❖ Wabul bata (de plátano verde y de maíz)
- ❖ Wapi (fresco de arroz Fermentado)
- ❖ Wasak (bebida)
- ❖ Wasbol (bebida)



**Krabu Laya**



**Saman Laya**

# Dulces

- ❖ Banana cake (queque de banano)
- ❖ Bulbul
- ❖ Cajeta de coco
- ❖ Duff (Sopa borracha a la inglesa)
- ❖ Queque de fruta navideño
- ❖ Queque de plantas y frutas: Papaya, Platingtat, Sweet Potato, Boplinwhit Cacao, Arroz, Coco, Dashin, Pejibaye, Ayote, Yuca, Maíz, Banano
- ❖ Queque de Quequisque



**Cajeta de coco**

# Panes

- ❖ Casava cake (queque de Yuca)
- ❖ Coco cake (pan de coco)
- ❖ Johnny Cake (pan)
- ❖ Pan Bond
- ❖ Pan Bond
- ❖ Pan con coco
- ❖ Queque de yuca, quequisque y banano
- ❖ Soda cake
- ❖ Tortilla de harina



**Casava cake (Queque de yuca)**



**Coco cake (Pan de coco)**



# Pueblo Sumo-Mayagna (Rosita, Siuna,

Bonanza, Waspán) :

## Comidas

- ❖ Am uni Lang
- ❖ Carnes de monte al gusto  
(Guardiola, chanco de monte,  
venado, cusuco y Danto
- ❖ Di wunni puna
- ❖ Diauh Buhna. Carne ahumada, una vez  
enfriada se envuelve en hoja. Esta  
preparación puede durar 10 a 15  
días. Para consumir solamente se  
puede hacer calentándose la carne  
en el fuego 2 a 5 minutos.



**Municipio de Bonanza**



- ❖ **Dikuruhna am Sapanh Karak.** Se prepara con masa de maíz tierno, agua, carne de res, de monte o de pescado.
  
- ❖ **Dikuruhna Siksa Kurura Karak.** Tiene dos formas de preparación, con masa de elote tierno agrio y batido de banano verde.}
  
- ❖ **El Subang Busna de pescado.** En hojas de bijagua se colocan pescados previamente preparados con limón y sal, se envuelven las hojas y se dejan asar lentamente.
  
- ❖ **Kruhban.** Es una comida para fiestas de la familia o cuando hay invitados. Con esta comida se celebraba la cacería y la abundancia de carne. Se cocina la carne hasta que está suave, se agrega yuca o banano y un poco de chile. Se baten los ingredientes hasta que la mezcla quede como puré de carne. Es un plato parecido al Indio Viejo. Se acompañaba con bebidas embriagantes.

- ❖ **Kung Dalaun.** Se prepara con guineo rallado del cual se elaboran pelotas del tamaño de un huevo, y caldo de carne de Venado, Güilla, Guatusa, Jabalí, Pava y otras aves tanto domésticos y silvestres.
- ❖ **Laban Bus.** Se prepara con tripas de animales silvestre o de pescado (principalmente de barbudo o Sabalete). Una vez limpias y sancochadas las tripas se les agrega culantro, albahaca, jugo de limón y se envuelven en hojas. Posteriormente se ponen a cocer o asar.
- ❖ **Lukluk.** Es una comida habitual. Se trata de un plato de pescado cocido en agua con yuca, malanga, batata, quequisque, plátano o banano verde.



**Luk luk**



- ❖ Malai unilang
- ❖ Nangtapuna. Tiene dos formas de preparación, con carne silvestre y pescado.
- ❖ Pang Aun (Tamal Pisque). Se prepara con masa de maíz nesquizado y sal envuelto en una hoja especial llamada Pang Aunh.
- ❖ Pecado de río
- ❖ Supa unilang
- ❖ Takru. Sardinas o pescados muy pequeños pelados o descamados y sin cabeza, las que se envuelven con cuidado en hojas de bijagua y se ponen a asar a las brasas (kakati o wiwana)
- ❖ Wanní Puna (Vaho). Es un estofado de carne de monte o de pescado con banano, aderezado con culantro, albahaca y chile.
- ❖ Wuakisa Kurihna

# Bebidas

- ❖ Buña de banano maduro y verde, de pijibay, plátano maduro y verde y yuca
- ❖ Café de cacao
- ❖ Malaih bunia
- ❖ Mishla. Bebida fermentada parecida a la chicha que resulta estimulante.
- ❖ Puput. Bebida embriagante a base de maíz utilizado durante la ceremonia del Sauda.
- ❖ Wasbul
- ❖ Sawah
- ❖ Supa bunia
- ❖ Wakisa batani waihna
- ❖ Wakisa lalah waihna
- ❖ Wasak. Bebida fermentada parecida a la chicha que resulta estimulante.



# Panes

- ❖ Am kikni
- ❖ Malai kikni
- ❖ Rais kikni
- ❖ Wilis kikni

# Pueblo mestizo (Siuna, Rosita, Bonanza, Prinzapolka, Mulukuku)

## Comidas

- ❖ Aguacate con tortilla y cuajada
- ❖ Arroz con frijoles
- ❖ Arroz con camarón
- ❖ Baho
- ❖ Carne asada de res y cerdo
- ❖ Carne en verduras (puede ser cerdo, res o pollo)
- ❖ Camarones empanizados
- ❖ Cerdo ahumado
- ❖ Cerdo horneado
- ❖ Chacalín seco con arroz con coco



Arroz con camarón



Carne asada de res



**Camarones empanizados**

- ❖ Chancho con yuca
- ❖ Chicharones
- ❖ Cuajadas frescas, ahumadas, secas
- ❖ Enchiladas con ensaladas de repollo
- ❖ Enchiladitas con arroz y carne



**Chancho con yuca**





Coctel de camarones

- ❖ Elotes cocidos
- ❖ Frijoles Camagües
- ❖ Fritanga (carne asada de cerdo, res y pollo; maduro con queso, tajadas con queso, enchiladas, tacos, papa rellena)
- ❖ Gallina horneada
- ❖ Gallina rellena



**Elotes cocidos**

- ❖ Gallo pinto con coco
- ❖ Gallopinto acompañado con huevos rancheros o duros
- ❖ Guardiola en caldillo
- ❖ Guardiola frito
- ❖ Güirila con cuajada y crema
- ❖ Guiso de ayote, chayote, papa
- ❖ Guiso de frijoles tiernos
- ❖ Iguana con coco
- ❖ Indio viejo
- ❖ Masa de cazuela o indio viejo



- ❖ Nacatamal
- ❖ Pebre de cerdo con tortilla
- ❖ Pescado frito
- ❖ Pollo asado al
- ❖ Pollo de patio en arroz (arroz aguado)
- ❖ Quesos de crema, ahumado, seco, de freír, fundido.
- ❖ Repochetas con pico de gallo
- ❖ Rondón de aleta de tortuga



**Pescado Frito**



**Rondón de carne de res**

- ❖ Rondón de carne ahumada de cerdo o res
- ❖ Rondón de pescado
- ❖ Rondón de res
- ❖ Seviche mixto
- ❖ Sopa de Carne de Res con verduras y trocitos de elotitos tiernos
- ❖ Sopa de cuajada / Queso
- ❖ Sopa de frijoles
- ❖ Sopa de frijoles con chicharrones
- ❖ Sopa de frijoles con huevo y chicharrones
- ❖ Sopa de gallina
- ❖ Sopa de gallina con albóndiga
- ❖ Sopa de huevos de toro



**Ceviche mixto**



**Sopa de res**



- ❖ Sopa de mariscos
- ❖ Sopa de pescado
- ❖ Sopa de medula y huevo de toro
- ❖ Sopa de mondongo
- ❖ Sopa de pescado frito con coco

- ❖ Sopa de queso
- ❖ Sopa de res
- ❖ Sopa marinera
- ❖ Tamales dulces
- ❖ Tamal pisque
- ❖ Torta de huevo y espinaca
- ❖ Tortillas de maíz
- ❖ Tortuga de río con coco
- ❖ Venado asado
- ❖ Venado en caldillo
- ❖ Vigorón de Chanco con yuca
  
- ❖ Yoltamales (Tamales de maíz tierno)



# Bebidas

- ❖ Atol de maíz
- ❖ Atol de maíz verde
- ❖ Batido de maduro
- ❖ Buña
- ❖ Cacao con leche
- ❖ Café Negro
- ❖ Chicha
- ❖ Chicha de maíz
- ❖ Chicha de piña
- ❖ Flor de Jamaica o Soryl
- ❖ Fresco de cacao
- ❖ Fresco de Cacao (horchata)
- ❖ Fresco de frutas (piña, papaya, sandia, banano)
- ❖ Fresco de guanábana





- ❖ Fresco de Guanábana / Guanaba con leche
- ❖ Fresco de Jamaica
- ❖ Fresco de Limón, naranja, toronja entre otros
- ❖ Fresco de maracuyá
- ❖ Fresco de marañón
- ❖ Fresco de Melocotón
- ❖ Fresco de nancite
- ❖ Fresco de naranja
- ❖ Fresco de pozol
- ❖ Fresco de uva de playa
- ❖ Fresco Naranjela



- ❖ Licuado de banano con leche
- ❖ Limonada
- ❖ Morir soñando (Licor artesanal)
- ❖ Pinol
- ❖ Pinol con cacao
- ❖ Pinol con chan
- ❖ Pinolillo
- ❖ Pinolillo cocido con leche (tibio)
- ❖ Pinolillo cocido con leche (tibio)
- ❖ Piña Licuada
- ❖ Pozol
- ❖ Pozol con leche y sin leche

# Dulces

- ❖ Almíbar de frutas de temporada
- ❖ Almíbar de mango
- ❖ Arroz con leche
- ❖ Atol de maíz tierno
- ❖ Ayote en miel
- ❖ Bolis de leche, de frutas
- ❖ Buñuelos
- ❖ Cajetas de coco
- ❖ Cajeta de leche
- ❖ Chocolate amargo





- ❖ Chocolate dulce
- ❖ Cusnaca de mango o jocote
- ❖ Dulce de caña
- ❖ Ensalada de frutas
- ❖ Gelatina con frutas
- ❖ Mermelada de guayaba
- ❖ Mermelada de mango
- ❖ Mermelada de naranja
- ❖ Pirulis
- ❖ Yogur con frutas

# Panes

- ❖ Bollo dulce y simple
- ❖ Cosa de horno (bollo dulce, rosquillas, hojaldre)
- ❖ Empanada de coco
- ❖ Empanada de harina rellena de queso o piña
- ❖ Empanada de queso
- ❖ Hornados de maíz
- ❖ Janiqueik
- ❖ Pajaritos
- ❖ Pan Bon
- ❖ Pan con coco
- ❖ Pastel de limón
- ❖ Patty
- ❖ Pan dulce



**Pan dulce**



**Patty**

- ❖ Pico de piña y queso
- ❖ Pizza, Hot dog, hamburguesas
- ❖ Pudines
- ❖ Queque de quequisque
- ❖ Queque de yuca
- ❖ Queques
- ❖ Semita
- ❖ Tortilla de harina
- ❖ Toto



Queque de quequisque