



CÁMARA DE COMERCIO
DE VALLEDUPAR

1967

2017



COMIDAS TÍPICAS DE VALLEDUPAR



Los vallenatos ya pueden expresar con seguridad cuál es el plato típico de su tierra: arroz de fideo, carne desmechada, plátano amarillo asado y agua de panela¹, dejando de lado las apropiaciones que se hacían de otras delicias gastronómicas, propias de otras regiones de Colombia.

GUINEO VERDE CON SUERO SALADO

Se cocina el guineo hasta quedar bastante blanda, se le agrega queso rallado y suero salado, y se presiona con un tenedor hasta lograr un puré, se sirve con café con leche en el desayuno



AREPA DE QUESO COSTEÑO

Se prepara de maíz cocido y molido el cual se amasa con un punto de sal, de acuerdo al gusto y con abundante queso, se arman las arepas y se asan en brasas a la parrilla.



VIUDA DE PESACADO

Se coloca a hervir el agua en una olla, con la cebolla, el ajo, el ají, el cilantro, la sal, la pimienta y el comino se agrega los plátanos, a los 10 minutos la papa, la yuca, la arracacha, y la ahuyama. Añadir luego los pescados y cocinar a fuego medio durante 20 minutos con la olla tapada.



DULCES



De papaya con cascara,
de papaya con panela,
cocada de coco con
panela, de ñame, de
yuca, de maduro, de
mango, arropilla, arroz
de leche con uvas pasas,
pocillo descremado
relleno de frutas
cristalizadas, bocadillos,
etc.



BEBIDAS TÍPICAS

Peto (hecho de maíz, leche, azúcar, canela y queso mezclados y puestos a hervir) jugo de uvita de lata, de tómbolo, de guayaba agria, vino de palma, mazamorra de maíz fresco, chicha, guarapo de panela y caña, bola de gancho

