

# Canasta Regional del Bien Comer

## De la selva a la costa de Quintana Roo

"De la Selva a la Costa" muestra parte del abanico de sabores y tradiciones culinarias que hacen única a la cocina quintanarroense, la cual depende de sus verdes selvas y del mar que acaricia su costa. Plantas como la chaya, el chicle xkatik, el maíz o la calabaza se encuentran en el centro de la cocina de la selva, aportando textura, sabor y color a las preparaciones cotidianas, desde los atoles y tamales hasta el chocolomo de chaya. En la costa, por su parte, el coco y pescados como el boquinete o los pargos son los protagonistas indiscutibles de los platillos del día a día.

La langosta y el venado se consumen en temporada, igual que las frutas como el icaco, la guaya, el chicozapote o la pitahaya que aportan variedad de sabores y nutrientes esenciales en la alimentación, mientras que animales del traspatio como el cerdo pelón o el pavo son ingredientes indispensables en platillos para las celebraciones como el relleno negro, la cochinita pibil o el tzic. Esta canasta conjunta los saberes y sabores tradicionales de Quintana Roo como parte fundamental de su identidad cultural y reflejo de su gran biodiversidad.



Coordinación general: Mtra. Tania Sofía Gómez López, Mtra. Caribe Revilla Velásquez, LNG Daniela Velasco Sánchez. Diseño de la imagen: Caribe Revilla, con asistencia de inteligencia artificial (IA) desarrollada por OpenAI (ChatGPT) y Canva. El desarrollo de esta canasta regional del bien comer fue financiado por el Fondo para el Medio Ambiente Mundial a través del Proyecto GEF 9380- Agrobiodiversidad Mexicana, que tiene como agencia ejecutora a la Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO) y como agencia implementadora a la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, por sus siglas en inglés) 2025.

