



UN VIAJE CULINARIO POR BOLIVIA

Del Trópico a los Andes 11 días/ 10 noches

Llegas a **Bolivia** con apetito de descubrimiento. Este es un país donde la cocina es inseparable de la geografía, la altitud y la memoria, donde las recetas han sido moldeadas por el conocimiento indígena, la influencia colonial y siglos de adaptación a algunos de los paisajes más dramáticos del mundo. Viajar por Bolivia no es solo un cambio de escenario; es una transformación gradual de sabores, texturas y tradiciones.

Tu viaje comienza en las tierras bajas tropicales de **Santa Cruz de la Sierra**, donde la cultura Camba celebra la abundancia, el fuego y la convivencia. Aquí, la comida es audaz y generosa: **asado a la leña**, reconfortante **majao** y **sonso** recién preparado reflejan la calidez tanto del clima como de la gente. Al moverte hacia el oeste, a **Sucre**, la capital constitucional de **Bolivia**, la cocina se vuelve más compleja y ceremonial. Platos como **picante surtido** o **mondongo** evocan cocinas coloniales e ingredientes andinos, servidos en una ciudad cuyas fachadas blancas y refinada atmósfera hablan de pasados aristocráticos y comienzos revolucionarios.

En **Potosí**, antaño epicentro de la riqueza de plata del Imperio Español, la comida es supervivencia y sustento. Recetas de gran altitud, como la **kalapurca**, una sopa contundente calentada con piedras calientes, cuentan historias de mineros, resistencia y las condiciones extremas de la vida por encima de los 4.000 metros. El viaje continúa hacia **Uyuni**, donde los paisajes desolados demandan ingenio y creatividad. Aquí degustas **filete de llama** y **cordero al palo**, sabores moldeados por el viento, la sal y el silencio, antes de aventurarte en la naturaleza surreal de la **Reserva Nacional Eduardo Abaroa**.

En **La Paz**, la tradición culinaria y la innovación se encuentran. Exploras platos clásicos como el **chairo**, mientras que la cocina moderna boliviana alcanza su máximo esplendor en **Gustu**, donde los ingredientes ancestrales se reinterpretan con sofisticación contemporánea. En el camino, descubres el ritual callejero más querido de **Bolivia**: la **salteña**. Consumida a media mañana y resguardada casi ceremoniosamente por los locales, este jugoso pastel horneado relleno de carne, papas, especias y un caldo ligeramente dulce captura la esencia de la cocina boliviana: reconfortante, compleja y profundamente arraigada en la vida cotidiana. También disfrutarás de una clase práctica de cocina que te permitirá trabajar con productos nativos, comprendiendo su significado cultural desde la preparación hasta el plato.

El viaje culmina en el **Lago Titicaca**, el corazón espiritual de los **Andes**. En la **Isla del Sol**, las antiguas tradiciones aymaras continúan a través de comidas compartidas como el **apthapi** y la **huatia** cocida bajo tierra, conectando comida, comunidad y cosmología. Ya sea que regreses a **La Paz** o continúes hacia Perú, te marchas con un entendimiento profundo de **Bolivia**: no solo a través de los monumentos, sino a través de los sabores que definen su alma.

DIA 1 LLEGADA ASANTA CRUZ Cocina Camba y cocina al fuego

Llegas a Santa Cruz de la Sierra, la ciudad más vibrante y tropical de Bolivia, donde las altas temperaturas, calles bordeadas de palmeras y un estilo de vida relajado definen la vida diaria. Tras registrarte en tu hotel, comienzas con una breve caminata de orientación por la Plaza 24 de Septiembre, el corazón social de la ciudad, rodeada de edificios coloniales, cafés y la catedral. Por la noche, tu viaje culinario comienza con una cena tradicional al estilo Camba, una cocina moldeada por las fértiles tierras bajas y una cultura centrada en la generosidad y el fuego abierto. En un restaurante local degustas asado a la leña, acompañado de majao, un reconfortante plato de arroz mezclado con carne seca y huevos, y sonso, una preparación tibia de yuca con queso asada hasta dorar. Estos platos reflejan la abundancia agrícola del este de Bolivia y te introducen a una cocina sustanciosa, acogedora y profundamente ligada a las reuniones comunitarias. Alojamiento en Santa Cruz. (C)

**PRECIO POR PERSONA
EN HABITACION DOBLE
EUR 2.240.-**

Incremento hab. simple EUR 420.-

SALIDAS 2026

Abril a Diciembre.

TOTALMENTE PERSONALIZABLE

Si deseas adaptar el itinerario a tus planes, por favor háznoslo saber

INCLUIDO

- ✦ 10 noches en hoteles seleccionados
- ✦ 10 desayunos, 7 almuerzos, 6 cenas
- ✦ Todas las excursiones y traslados mencionados en el programa
- ✦ Todas las entradas a museos y parques nacionales
- ✦ Guía en español durante las excursiones

NO INCLUIDO

- Vuelo internacional a Santa Cruz, Bolivia y regreso desde La Paz
- Vuelos domésticos (Sta. Cruz-Sucre, Uyuni-La Paz, La Paz)
- Comidas, bebidas y otros servicios no mencionados en el programa
- Propinas para guías, conductores y porteadores
- Gastos personales





DIA 2 SANTA CRUZ – SUCRE Sabores coloniales

Tras el desayuno, vuelas al oeste hacia Sucre, capital constitucional de Bolivia y una de las ciudades coloniales más elegantes de Sudamérica. El clima más fresco y la arquitectura encalada señalan inmediatamente un cambio tanto en geografía como en gastronomía. Un recorrido guiado te lleva por la Plaza 25 de Mayo, la Casa de la Libertad y las iglesias históricas que cuentan la historia de la independencia y la influencia española. El almuerzo introduce el picante surtido, un plato clásico que combina carnes, papas, maíz y salsas picantes a base de ají. Este plato representa la cocina ceremonial en los valles andinos, donde múltiples ingredientes se reúnen en combinaciones complejas y profundamente satisfactorias. Por la tarde, visitas el Castillo de La Glorieta, una residencia aristocrática de estilo europeo, seguido del Parque Dinosaurio, donde enormes huellas fosilizadas conectan la historia culinaria de Bolivia con un pasado geológico aún más profundo. Alojamiento en Sucre. (D) (A)

DIA 3 SUCRE Mercados, ingredientes y tradiciones locales

Hoy profundizas en los fundamentos de la cocina boliviana. Visitas mercados locales donde los vendedores exhiben variedades nativas de papa, maíz seco, chuño (papa deshidratada), hierbas aromáticas y ajíes de distintos niveles de picante. Mientras recorres los puestos, tu guía explica cómo la altitud, el clima y el conocimiento indígena moldearon estos ingredientes mucho antes de la llegada de los españoles. Más tarde, participas en una demostración de cocina tradicional y degustación, aprendiendo cómo se preparan los platos cotidianos en los hogares bolivianos, desde salsas que hierven lentamente hasta especias molidas en piedra. La tarde es libre para disfrutar del ritmo relajado de Sucre, tal vez tomando un café o probando algo especial como un pucacapa, un pastel frito tradicional boliviano, similar a la salteña, relleno de queso, cebolla y ají. Crujiente por fuera y sabroso por dentro, es un popular snack callejero consumido caliente. Alojamiento en Sucre. (D) (A)

DIA 4 SUCRE - POTOSI Cocina de los Andes altos

Saliendo de Sucre, vamos a Potosí, una vez una de las ciudades más ricas del mundo durante el auge de la plata española, a más de 4.000 m.s.n.m. Una visita guiada te introduce al centro histórico de Potosí y su dramático legado colonial. El almuerzo incluye **kalapurca**, una potente sopa andina tradicionalmente calentada con piedras calientes, que contiene maíz, carne y especias. Originalmente consumida por mineros y viajeros, este plato narra la historia de supervivencia y adaptación en condiciones extremas. Después de un breve trayecto, te registras en la Hacienda Museo Cayara, una antigua finca colonial con gruesos muros de adobe, mobiliario antiguo y pasillos iluminados por velas, creando una atmósfera llena de historia. La cena se sirve en el lugar, permitiendo reflexionar sobre la intersección entre comida, trabajo y el imperio. Alojamiento en Hacienda Cayara. (D) (A) (C)

DIA 5 POTOSI - UYUNI Sabores del Altiplano

Tras el desayuno, abandonas Potosí y descendes hacia la desolada belleza del Altiplano, la meseta alta donde los Andes se extienden infinitamente bajo un cielo azul profundo. El viaje es tanto sobre el paisaje como sobre el destino: colinas onduladas, salares que asoman en la distancia y pequeños pueblos andinos que insinúan siglos de historia. Al llegar a Uyuni, te registras en el Palacio de Sal, un hotel construido casi en su totalidad con bloques de sal extraídos del Salar de Uyuni circundante. Alojarse aquí es como dormir dentro del paisaje mismo, una experiencia que combina lujo con la magia cruda del Salar. Tras instalarte, disfrutas de la cena con especialidades locales, quizás **llama o trucha**, acompañadas de pan y vegetales cultivados en los bordes del salar. (D) (C)

DIA 6 SALAR DE UYUNI – VILLA MAR Comida en paisajes extremos con un apthapi.

Después del desayuno temprano, vamos a explorar el Salar de Uyuni, el salar más grande del mundo, cuya deslumbrante extensión blanca se extiende hasta el horizonte. Luego de caminar por este paisaje surrealista, haremos una pausa para un picnic tradicional andino conocido como **apthapi**, comida comunitaria que incluye papas, maíz, quesos, charque y otros ingredientes regionales. Por la tarde, iremos hacia el sur rumbo a Villa Mar, pasando por terrenos volcánicos, lagunas de gran altitud y valles con apariencia desértica. Llegada al Hotel Mallku Cueva, un refugio en la montaña construido dentro de formaciones rocosas naturales. Rodeado de vistas andinas, el hotel es la base perfecta para explorar senderos cercanos, lagunas llenas de flamencos y mesetas de gran altitud. La cena presenta platos regionales de altura, como **filete de llama**, magro y sabroso, o **cordero al palo**. Estos platos destacan cómo la cocina andina depende de animales resistentes y preparaciones simples para expresar sabores puros y elementales. Alojamiento en Mallku Cueva. (D) (A) (C)





DIA 7 VILLA MAR – PARQUE ABAROA - COLCHANI

Tras el desayuno, pasas el día explorando el Parque Nacional Eduardo Avaroa, una de las reservas naturales más espectaculares de Bolivia. El parque es un estudio de contrastes: lagunas de colores vivos, géiseres humeantes, formaciones rocosas esculpidas por el viento y flamencos que salpican los lagos de gran altitud. Aprendes cómo las condiciones extremas de la región moldearon la cocina y las tradiciones locales, conectando el entorno y el sustento de formas que aún son relevantes hoy. Al final de la tarde, regresas a la ciudad de Uyuni, donde la noche es libre para relajarte, pasear o disfrutar de una cena informal en uno de los restaurantes locales que ofrecen especialidades regionales. La puesta de sol en el altiplano y los cielos despejados brindan un fondo espectacular para reflexionar sobre las aventuras de los últimos días. Alojamiento en Uyuni. (D) (A)

DIA 8 UYUNI – LA PAZ

Después del desayuno, vuelo corto desde Uyuni a La Paz, dejando atrás los desiertos de gran altitud y los salares. A tu llegada, te registras en el hotel y tomas un breve descanso. El dramático paisaje urbano, ubicado entre profundos valles y montañas escarpadas, prepara el escenario para la siguiente fase del viaje: explorar sabores y cultura boliviana en la bulliciosa capital del país. El almuerzo incluye **chairo**, una sopa tradicional andina que combina carnes, vegetales y chuño, ofreciendo un reconfortante sabor de la cocina cotidiana de La Paz. Luego, comienzas un recorrido guiado por la ciudad explorando calles coloniales, mercados bulliciosos y barrios modernos. Un paseo en teleférico ofrece vistas espectaculares sobre la topografía dramática de la ciudad. Por la noche, la cena en el Restaurante Gustu muestra el **renacimiento culinario** de Bolivia, donde los ingredientes indígenas se elevan mediante creatividad contemporánea y técnica refinada. Hotel en La Paz. (D) (A) (C)

DIA 9 LA PAZ Clase de cocina

Desayuno en el hotel. Esta mañana tienes tiempo libre para actividades privadas: regresar a los mercados locales para compras, probar algunos de los maravillosos platos locales o dar otro paseo en los teleféricos. A la hora indicada, participas en una **clase de cocina práctica**, aprendiendo a preparar platos clásicos bolivianos usando ingredientes nativos y técnicas tradicionales. La experiencia conecta el conocimiento ancestral con la presentación moderna. Alojamiento en La Paz. (D) (C)

DIA 10 LA PAZ – EL ALTO - LAGO TITICACA Experiencia Cholet

Después del desayuno, traslado a El Alto, la vibrante ciudad altiplánica justo sobre La Paz, donde exploraremos los Cholets, llamativos edificios de varios pisos decorados con colores intensos, patrones geométricos y murales que celebran la cultura aymara. Estas maravillas arquitectónicas son más que residencias; son declaraciones de identidad, creatividad y orgullo. Caminando entre los cholets, verás cómo el diseño contemporáneo fusiona el simbolismo indígena con la modernidad, convirtiendo el paisaje urbano en una galería cultural al aire libre. Desde El Alto, nos vamos al Lago Titicaca, el lago navegable más alto del mundo. Breve parada en Copacabana, encantador pueblo lacustre conocido por su iglesia colonial, antes de abordar un bote hacia la Isla del Sol. Al llegar, registro en un lodge familiar, muy que combina encanto rústico con hospitalidad local. Aquí probarás una huatia, un festín andino tradicional cocido bajo tierra con piedras calientes. Capas de papas, maíz, vegetales y carnes son cubiertas con tierra y cocidas lentamente con el calor de las piedras, resultando en sabores tiernos y ahumados impregnados de la esencia de los Andes. Compartir esta comida comunitaria conecta con siglos de tradición culinaria andina, donde la preparación misma forma parte del ritual. Mientras el sol se pone sobre el Lago Titicaca, las montañas y aguas circundantes crean un telón de fondo sereno. La noche es tuya para relajarte, observar las estrellas y absorber el profundo sentido de lugar que hace de la Isla del Sol un punto culminante espiritual y gastronómico del viaje. Alojamiento en la Isla del Sol. (D) (A)

DIA 11 COPACABANA

De regreso a tierra firme, visitas Copacabana, donde el almuerzo incluye trucha fresca, grillada o frita para resaltar su delicado sabor. La tarde es libre para disfrutar del ambiente junto al lago y reflexionar sobre el viaje. Aquí tienes la decisión de continuar hacia Perú o regresar a La Paz. Te ayudaremos con gusto a reservar tu continuación de viaje. Fin de nuestros servicios. (D) (A)

(D) Desayuno (A) Almuerzo (C) Cena

