



## **FACULTAD DE TURISMO Y FINANZAS**

### **GRADO EN TURISMO**

#### **Turismo Gastronómico de los Departamentos y Regiones de Ultramar como complemento del Turismo de Naturaleza.**

Trabajo Fin de Grado presentado por Elisabeth Jacinto López, siendo la tutora del mismo la profesora Dña. Catalina González Melero.

Vº. Bº. de la tutora: Catalina González Melero

Alumna: Elisabeth Jacinto López

D.

D.

Sevilla. Junio de 2015





**GRADO EN TURISMO  
FACULTAD DE TURISMO Y FINANZAS**

**TRABAJO FIN DE GRADO  
CURSO ACADÉMICO [2014-2015]**

TÍTULO:

**Turismo Gastronómico de los Departamentos de Ultramar  
como complemento del Turismo de Naturaleza.**

AUTOR:

**ELISABETH JACINTO LÓPEZ**

TUTOR:

**DÑA CATALINA GONZÁLEZ MELERO**

DEPARTAMENTO:

**FILOLOGÍA FRANCESA**

ÁREA DE CONOCIMIENTO:

**FILOLOGÍA FRANCESA**

RESUMEN:

El trabajo consiste en una investigación sobre la gastronomía de Francia de ultramar, centrada en los cinco departamentos y regiones de ultramar: Guadalupe, Martinica, Guayana, Reunión, y Mayotte. Se incluye un estudio sobre la historia de la colonización y recursos naturales de estos departamentos que permite justificar cómo tanto la gastronomía como el turismo se han visto influenciados por ellos. Se completa la investigación con un estudio del turismo gastronómico (visitas a museos, rutas, fiestas, tradiciones culinarias, eventos gastronómicos, etc.) como complemento del turismo de naturaleza, considerando la gastronomía como un complemento, una motivación más dentro de un viaje turístico a estos territorios. Por último el trabajo muestra de forma breve la promoción turística relacionada con la gastronomía llevada a cabo fuera de estos departamentos, en la metrópolis y España.

PALABRAS CLAVE:

Regiones y departamentos franceses de ultramar, turismo gastronómico; promoción; tradición culinaria y productos locales.



## ÍNDICE

---

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.....	1-5
1.1: PRIMER ACERCAMIENTO.....	1
1.2: OBJETIVO.....	1-2
1.3: JUSTIFICACIÓN DE LA RELEVANCIA DEL TEMA ELEGIDO .	2
1.4: METODOLOGÍA .....	2-3
1.5: DATOS GEOGRÁFICOS.....	3-5
1.6: DEFINICIONES .....	5
CAPÍTULO II: ISLA MARTINICA Y ARCHIPIÉLAGO DE GUADALUPE .....	7-16
2.1: HISTORIA DE LA COLONIZACIÓN DE LA ISLA DE MARTINICA Y EL ARCHIPIÉLAGO DE GUADALUPE .....	7-8
2.2: RECURSOS NATURALES .....	8-9
2.2.1: Recursos Naturales de la Isla Martinica .....	8
2.2.2: Recursos Naturales del Archipiélago de Guadalupe.. .....	8-9
2.3: GASTRONOMÍA CRIOLLA Y ELABORACIÓN DEL RON ...	9-12
2.4: TURISMO DE NATURALEZA Y GASTRONÓMICO .....	12-16
2.4.1: Turismo de Naturaleza y Gastronómico en Martinica .....	12-15
2.4.2: Turismo de Naturaleza y Gastronómico en Guadalupe .....	15-16
CAPÍTULO III: GUAYANA FRANCESA .....	17-20
3.1: HISTORIA DE LA COLONIZACIÓN DE GUAYANA.....	17
3.2: RECURSOS NATURALES DE GUAYANA .....	17-18
3.3: GASTRONOMÍA GUAYANESA .....	18-19
3.4: TURISMO DE NATURALEZA Y GASTRONÓMICO EN GUAYANA .....	19-20
CAPÍTULO IV: ISLA REUNIÓN .....	21-24
4.1: HISTORIA DE LA COLONIZACIÓN DE LA ISLA REUNIÓN...	21
4.2: RECURSOS NATURALES DE LA REUNIÓN.....	21-22
4.3: GASTRONOMÍA REUNIONESA.....	22-23
4.4: TURISMO DE NATURALEZA Y GASTRONÓMICO EN LA ISLA REUNIÓN.....	23-24

CAPÍTULO V: ISLA MAYOTTE.....	25-29
5.1: HISTORIA DE LA COLONIZACIÓN DE MAYOTTE.....	25
5.2: RECURSOS NATURALES DE MAYOTTE .....	25-26
5.3: GASTRONOMÍA MAHORESA.....	27-28
5.4: TURISMO DE NATURALEZA Y GASTRONÓMICO EN MAYOTTE .....	28-29
CAPÍTULO VI: PROMOCIÓN TURÍSTICA Y GASTRONÓMICA DE LOS DEPARTAMENTOS Y REGIONES DE ULTRAMAR DESDE LA METRÓPOLIS Y ESPAÑA.....	31-34
6.1: PRIMER SALÓN DE LA GASTRONOMÍA DE ULTRAMAR .....	31-32
6.2: FIESTA DE LA GASTRONOMÍA FRANCESA .....	32-33
6.2.1: Fiesta de la gastronomía francesa en los departamentos de ultramar .....	32-33
6.2.2: Fiesta de la gastronomía francesa en Madrid.....	33
6.3: SALÓN INTERNACIONAL DE LA AGRICULTURA .....	33-34
6.4: FAITOUTS CRÉOLES .....	34
CAPÍTULO VII: RESULTADOS, ANÁLISIS Y DISCUSIÓN.....	35-36
CAPÍTULO VIII: CONSIDERACIONES FINALES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	37-38
.....	37-38
BIBLIOGRAFÍAS Y REFERENCIAS .....	39-42
ANEXOS.....	43-47

# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

### 1.1. PRIMER ACERCAMIENTO

El proyecto se centra en la investigación del turismo gastronómico como complemento al turismo de naturaleza de los cinco departamentos y regiones de ultramar: Guadalupe, Martinica, Guayana Reunión, y Mayotte. En cada uno de los departamentos se han analizado los siguientes apartados.

- La historia de la colonización: Permite entender por qué la gastronomía de estos lugares cuenta con una cocina variada. Estudiamos las huellas de la colonización desde sus orígenes hasta el presente, mostrando cómo las diversas poblaciones que han conquistado estos lugares han influido sobre ellas. La diversidad cultural se ve reflejada en la cocina y en las tradiciones culinarias, así como en la propia cultura que llega hasta nuestros días.

- Recursos naturales: Para el conocimiento de estos recursos estudiamos el relieve, clima, biodiversidad de flora y fauna. De esta forma podemos comprender la potencialidad de las actividades de naturaleza que se pueden practicar en estos territorios. Las actividades más comunes son el senderismo interpretativo y buceo.

- Gastronomía: Es la base en torno a la que gira la investigación. Analizamos las influencias que las distintas poblaciones han dejado en la cocina, así como los productos que se han importado de otros países. También se observan cuáles son los productos más utilizados en las recetas: pescado, carne, frutas, etc. En cuanto a las bebidas es imprescindible mencionar el ron y también la cerveza y el café. Se destacan las especialidades de cada territorio y se anexa una receta representativa de cada lugar.

- Turismo de naturaleza y gastronómico: Mostramos cómo las diferentes actividades de naturaleza que se pueden practicar en estos lugares encuentran un perfecto complemento con las actividades gastronómicas que se organizan en estos departamentos.

Posteriormente se profundiza en el análisis de la promoción gastronómica de los departamentos y regiones de ultramar a través de herramientas de marketing como son las ferias y salones, donde se reúnen los profesionales del sector para la comercialización de productos, ventas de destinos y servicios turísticos. Estas ferias se realizan tanto a nivel nacional como internacional. Sus objetivos principales son dar valor a la gastronomía y la promoción del patrimonio culinario.

Por último, el trabajo concluye con un análisis personal de toda la información recabada, una posterior conclusión y recomendaciones.

### 1.2. OBJETIVOS

En este estudio de investigación se persiguen los objetivos que enumeramos a continuación.

1. Dar a conocer mundialmente la rica, diversa, colorida y aromatizada gastronomía que ofrecen los departamentos de ultramar de Francia. Esta gastronomía es incluso a veces desconocida por los propios franceses que viven en la metrópolis.

2. Entender y conocer las actividades, rutas, visitas, fiestas y eventos que engloba el turismo gastronómico.
3. Comprender la importancia de la promoción tanto del propio departamento como de la metrópolis en materia de turismo y gastronomía.
4. Analizar la promoción del turismo gastronómico de estos departamentos como complemento del turismo de naturaleza, gracias a la diversidad de recursos naturales que permiten la práctica de multitud de actividades compatibles con actividades gastronómicas.

### 1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA RELEVANCIA DEL TEMA ELEGIDO

El conocimiento de la cultura francesa, también en su dimensión culinaria, gracias al estudio de su lengua durante cinco años en una Escuela Oficial de Idiomas, fue clave para elegir Francia como objeto de estudio.

En una primera toma de contacto con la información sobre la gastronomía y enología del hexágono, se localizó abundante bibliografía, estudios de investigación y artículos en relación al tema elegido dentro del hexágono. Fue el motivo por el cual se decidió replantear la localización de la investigación y centrar la misma en los departamentos y regiones de ultramar, dado que esta elección proporcionaría al trabajo originalidad y mayor interés debido al desconocimiento de los citados departamentos incluso para los franceses residentes en el hexágono.

La gastronomía es un elemento que en algunas zonas actúa como reclamo turístico por sí solo y en otras como complemento de cualquier modalidad turística: turismo rural, turismo de naturaleza, turismo urbano, turismo cultural, etc. En este caso hemos querido complementar el estudio del turismo gastronómico con el estudio del turismo de naturaleza de estos departamentos ya que cuentan con gran diversidad de recursos naturales idóneos para compatibilizar actividades de naturaleza y gastronómicas.

### 1.4. METODOLOGÍA

Las fuentes de la información utilizadas para la realización de este proyecto han sido por un lado Internet y por otro lado libros prestados por distintas bibliotecas.

En Internet se ha profundizado en la investigación de las páginas oficiales de Francia, revistas digitales con artículos de los departamentos, guías turísticas oficiales, prensa digital y también algunas leyes para entender mejor la constitución de estas antiguas colonias en departamentos y regiones de ultramar de Francia.

Con respecto a los libros consultados se empezó a analizar la información que contenían algunas monografías de la biblioteca de turismo en español e inglés, pero finalmente no se pudo extraer ninguna información que se adecuase al estudio de este proyecto. Los libros consultados son los siguientes:

- Goligorsky Lilian. (2005): *Historias curiosas de la gastronomía*. Bon vivant.
- Long Lucy M (2011): *Culinary tourism*. Lexington: University Press of Kentucky, cop.
- McWilliamms, Margaret (2007): *Food around the world: a cultural perspective*. Pearson/Prentice Hall.

Sin embargo, se han consultado tres libros en francés a través de préstamos interbibliotecarios. Esta información ha sido útil y esencial para la elaboración del



proyecto. Estos libros y páginas webs consultadas se pueden ver en el apartado bibliográfico.

La mayoría de la información analizada ha sido en francés, por este motivo el tiempo empleado para la realización de este trabajo se ha duplicado, pero a la vez ha ayudado a mejorar la comprensión lectora en esa lengua.

La estructura del proyecto se ha organizado en ocho capítulos siendo el primero introductorio, los seis siguientes forman el cuerpo del trabajo y el último incluye las consideraciones finales, conclusiones y recomendaciones. Por último se incorporan la bibliografía y los anexos.

El cuerpo del trabajo se ha dividido en el estudio de los cinco departamentos y regiones de ultramar, en la promoción de estos lugares llevada a cabo desde el hexágono y España y un último análisis de toda la información recabada.

. Los capítulos dedicados a los departamentos y regiones de ultramar se dividen en cuatro apartados:

- La historia de la colonización .
- Recursos naturales.
- Gastronomía.
- Turismo de naturaleza y gastronómico.

Martinica y Guadalupe han sido estudiadas en un mismo capítulo dónde dos de sus apartados han sido estudiados de forma conjunta. Por una lado la historia de la colonización, ya que fueron en un primer comienzo colonizadas por las mismas poblaciones y luego colonizadas en el mismo periodo por europeos. Por otro lado la gastronomía, que ha sido influenciada por las distintas colonizaciones aportando cada una de ellas sus productos y saber-hacer. Al situarse tan cerca geográficamente, en las Pequeñas Antillas, Martinica y Guadalupe cuentan con una gastronomía similar usando los mismos ingredientes (productos provenientes de la mar y especias) para la elaboración de platos, incluso tienen especialidades en común.

## 1.5. DATOS GEOGRÁFICOS

Francia está formada por la metrópolis, los departamentos y regiones y las colectividades de Ultramar. Francia de Ultramar cuenta con una superficie total de cerca de 559.000 km<sup>2</sup>, siendo casi la misma superficie que Francia Continental. Francia cuenta con 27 regiones, de las cuales 5 son regiones y departamentos de ultramar.

Antes de seguir leyendo este capítulo vamos a proceder a definir los siguientes términos para una mejor comprensión:

- Hexágono: Designa a Francia continental. El nombre hace referencia a la forma del país (figura geométrica de seis lados).
- Metrópolis: El hexágono y las islas cercanas del Atlántico y del Mediterráneo (Córcega).
- Departamentos o regiones de ultramar (en francés, département d'outre-mer o DOM y también DROM): Están integradas en la República francesa de igual forma que los departamentos de Francia metropolitana.

- Colectividades territoriales de ultramar (en francés, collectivités d'outre-mer o COM): Constituidos después de la revisión constitucional del 28 de marzo de 2003, por el artículo 74 de la Constitución. Artículo 74: Las colectividades regidas por este artículo tienen un estatus que tienen en cuenta los propios intereses de cada uno de ellos en el seno de la República.



Figura 1.1: Francia de Ultramar

Fuente: <http://frenchfrogs.fr/methodes-pour-apprendre-le-francais/apprendre-le-francais-en-rencontrant-des-francophones-1-les-francophones-de-france/>

Como acabamos de ver en el mapa, Francia tiene territorios repartidos en todo el mundo. Veamos los territorios de ultramar clasificados según el océano donde se encuentran.

#### Océano Pacífico:

- **Tahití y sus islas:** Polinesia Francesa. COM
- **Wallis y Futuna.** COM
- **Nueva Caledonia.** Tiene un estatus particular de colectividad (sui generis).

#### Océano Atlántico:

- **Saint Martin.** COM
- **Martinica.** DROM
- **Saint-Barthelémy.** COM
- **Guayana.** DROM
- **Las islas de Guadalupe.** DROM
- **Saint Pierre y Miquelón.** COM

#### Océano Índico:

- **Tierras australes y antárticas.** Tiene un estatus particular de colectividad (sui generis).
- **Mayotte.** DROM
- **Isla de la Reunión.** DROM

En este estudio nos vamos a centrar en los 5 departamentos y regiones de ultramar, llamados DOM o DROM: Guadalupe, Martinica, Guayana, La Reunión y Mayotte.

Las 4 colonias de Francia, Guadalupe, Martinica, Guayana, y Reunión, se constituyen como departamentos de ultramar con la ley del 19 de marzo de 1946. Cada uno de estos departamentos es una región mono-departamental. Después de la revisión constitucional de 2003 se convierten en región de ultramar. Estas regiones están constituidas por un único departamento. La colectividad territorial Mayotte se convierte en departamento de ultramar en 2001 y en región en 2014.

Las fuentes consultadas para la elaboración de este apartado son: Le Service Public de la Diffusion du droit: <http://www.legifrance.gouv.fr/> Vie Publique: <http://www.vie-publique.fr/> Institut national de la statistique et des études économiques: <http://www.insee.fr/> France.fr: <http://www.france.fr/>.

## 1.6. DEFINICIONES

Procedemos a definir los siguientes términos que son básicos para la comprensión de este estudio:

- **Gastronomía:** La gastronomía se compone de un conjunto de conocimientos y prácticas relacionadas con el arte culinario, las recetas, los ingredientes, las técnicas y los métodos, así como su evolución histórica y sus significaciones culturales.
- **Turismo gastronómico:** Turistas y visitantes que planean sus viajes con el fin de probar la cocina del lugar o para realizar actividades relacionadas con la gastronomía
- **Turista gastronómico:** Es un turista culto y exigente que busca la autenticidad de un lugar, y vivencias locales. Elige experiencias auténticas pero también sostenibles con el medioambiente. Otra peculiaridad del turista gastronómico es que prefiere comidas tradicionales con materias primas de calidad.
- **Turismo de naturaleza:** Turismo de naturaleza es aquél que tiene como principales motivaciones la realización de actividades recreativas y de esparcimiento, la interpretación y/o conocimiento de la naturaleza, con diferente grado de profundidad y la práctica de actividades deportivas de diferente intensidad física y riesgo que usen expresamente los recursos naturales de forma específica, sin degradarlos o agotarlos.
- **Turista de naturaleza:** Elige actividades que permiten estar en contacto con la biodiversidad del lugar (flora y fauna) y con las costumbres de la población autóctona. También se siente motivado por las actividades de aventuras.

Las definiciones han sido extraídas de las siguientes fuentes: Significados: <http://www.significados.com/> Hosteltur.com: <http://www.hosteltur.com/> Instituto de estudios turísticos: <http://www.iet.tourspain.es/>



## CAPÍTULO II

### ISLA MARTINICA Y ARCHIPIÉLAGO DE GUADALUPE

#### 2.1. HISTORIA DE LA COLONIZACIÓN DE LA ISLA MARTINICA Y EL ARCHIPIÉLAGO DE GUADALUPE

La historia de Martinica se remonta al año 2500 A.C cuando llegaron las poblaciones amerindias, procedentes de la cuenca del Orinoco. Estas poblaciones primitivas fueron reemplazadas hacia el 500 A.C por los indios arahuacos, procedentes de América del Sur, y hacia el año 1000 D.C, los indios caribes, procedentes de la Guayana, se asentaron en la isla. Martinica, conocida también con el nombre de isla de las flores, fue descubierta por Cristóbal Colón en 1502.

Del mismo modo, Guadalupe estaba habitada por pueblos arahuacos, que llegaron sobre el año 300 A.C y más tarde, cuando Cristóbal Colón la descubrió en 1493, por los indios caribes. Fue llamada Guadalupe en honor a la Virgen Santa María de Guadalupe de Extremadura. Ya en el siglo XVI los españoles trataron de conquistar Guadalupe en varias ocasiones pero en todas ellas fueron derrotados por los caribeños.

Finalmente, en el siglo XVII una expedición de colonos franceses patrocinada por el Cardinal Richelieu, la Compañía de las Islas de América, fundó el primer asentamiento europeo en Guadalupe y Martinica en 1635. Al año siguiente el Rey Luis XII autoriza la introducción de esclavos africanos en las Antillas Francesas para trabajar en las plantaciones de caña de azúcar. (Plantaciones que han dado lugar a los mejores rones del mundo).

1659 fue trágico para los indios caribes de la Martinica, dado que los franceses dirigieron un sanguinario ataque contra ellos infligiéndoles una severa derrota que supuso su eliminación como comunidad diferenciada.

Guadalupe pasó al poder real convirtiéndose en colonia del reino cuando la Compañía se disolvió en 1674.

En 1685, se proclama el Código Negro que regulaba la esclavitud en todas las colonias francesas.



Figura 2.1. Detalle de la Portada del Código Negro

Fuente: <http://www.outre-mer.gouv.fr/?presentation-martinique.html>

Los siglos XVIII y XIX estuvieron protagonizados por las sucesivas invasiones y ocupaciones de los británicos tanto en Guadalupe como en Martinica. Aunque finalmente las islas fueron devueltas a los franceses en 1815, manteniendo su dominio

hasta ahora. El interés francés en recuperarlas estribaba en el comercio del azúcar que hizo que se volvieran muy valiosas.

La esclavitud se abolió en 1848, después de una campaña dirigida por el político francés Víctor Schoelcher. Durante los años siguientes, los dueños de las plantaciones introdujeron mano de obra procedente de Pondicherry, una colonia francesa en India, para trabajar en los campos de caña. La presencia africana y asiática influyó de forma determinante en la gastronomía criolla en relación al empleo de gran variedad de especias en los platos.

Desde 1871, Guadalupe goza de representación en el parlamento francés y en 1946 se constituyó, junto con Martinica, como un departamento de ultramar de Francia. Actualmente se definen, al igual que los otros tres departamentos de ultramar, como departamentos y regiones de ultramar.

El contacto que mantuvieron estas islas con poblaciones arahuacas, amerindias y caribes, con colonos franceses e ingleses y esclavos africanos y de la India les proporcionaron, entre otras, las influencias que hoy día se ven reflejadas en la gastronomía mestiza que ofrecen estos departamentos.

Las fuentes consultadas para elaborar este apartado han sido fundamentalmente las páginas Webs: Outre-Mer: <http://www.outremer.mnhn.fr/> Le portail de la Martinique: <http://www.martinique.fr/> Rendezvousenfrance.com: <http://www.es.rendezvousenfrance.com/>

## **2.2. RECURSOS NATURALES**

### **2.2.1. Recursos naturales de la Isla Martinica**

Martinica es una isla de 1.100 km<sup>2</sup> situada en pleno corazón del archipiélago de Las Pequeñas Antillas. Es uno de los departamentos franceses más pequeños, mide 80 km de largo y 40 km de ancho y se encuentra a 7.000 km del hexágono.

De relieve muy montañoso, debido a sus formaciones geológicas de origen volcánico, sus costas están bañadas al este por el océano atlántico y al oeste por el mar Caribe.

La isla Martinica ofrece un clima tropical y gracias a sus temperaturas en torno a los 26° C es llamada la “Isla de la eterna primavera”. Cuenta por tanto con un denso manto vegetal en el que destacan suntuosos bosques tropicales, sabanas, variedad de especies de árboles, frutas, plantas, flores y manglares (bosques pantanosos).

El norte se caracteriza por bosques densos, ríos y cascadas. La Montaña Pelée, es un volcán en activo con 1.397 m de altitud, y se constituye como el pico más alto de la isla.

El centro de la isla está muy urbanizado y es allí donde podemos encontrar el centro económico y comercial, así como el aeropuerto.

El sur de Martinica, compuesto por playas y bahías, destaca como zona turística donde encuentran los hoteles y las auténticas casas criollas de madera.

La información obtenida para la elaboración de este apartado ha sido a través de las páginas Webs: <http://www.es.rendezvousenfrance.com/> Casa de Francia Digital: <http://www.casadefranciadigital.org.mx/>

### **2.2.2. Recursos naturales del Archipiélago de Guadalupe**

El Archipiélago de Guadalupe cuenta con una extensión de 1.702 km<sup>2</sup>. Está formado por cinco grupos de islas situadas en el mar Caribe. Se sitúa a 6.700 km de la metrópolis, siendo uno de los principales destinos turísticos de las Antillas gracias a la gran diversidad de paisajes y a su clima templado tropical (temperatura media anual de 25°C).

Guadalupe debido a sus aguas cristalinas y mar azul, fue conocida por los indios caribes como la “Isla de las aguas hermosas”.

Situada en el Caribe, Guadalupe se compone de dos islas principales: Basse-Terre y Grande-Terre (con forma de mariposa), y tres menores: Désirade, Les Saintes y Marie-Galante.

La geografía del archipiélago de Guadalupe es variada destacando como características principales las pequeñas elevaciones de Grande-Terre dedicadas en parte al cultivo de la caña de azúcar y las abruptas montañas de Basse Terre en las que destacan las selvas tropicales. La Rivière Salée, estrecho canal de manglares, separa ambas islas.

En el interior de Basse-Terre se localiza un parque nacional en el que se encuentran las cataratas más altas del Caribe Oriental y La Soufrière, volcán en activo de 1470 m, que se constituye como el pico más alto de Guadalupe.

La orografía de las islas proporciona una variada vegetación con manglares y selvas tropicales en las que destacan tabonucos, castaños apuntalados, helechos salpicados de heliconias y jengibres en flor.



Figura 2.2. Archipiélago de Guadalupe

Fuente: <http://bonsplans.lesilesdeguadeloupe.net/>

Los contenidos de este apartado se basan en las página Webs: Viajerosonline.org: <http://viajerosonline.org/> France.fr: <http://www.france.fr/>

### 2.3. GASTRONOMÍA CRIOLLA Y ELABORACIÓN DEL RON

Guadalupe y Martinica son el reflejo de sus historias, poseen una cocina mestiza, con aromas europeos, africanos e indios. La cocina criolla se mezcla con la cocina francesa, platos picantes africanos, sabores orientales y productos caribeños. Producen platos tradicionales franceses adaptados a los productos locales y especiados son elaborados con delicadeza tal y como se elaboran en la metrópolis.

Las frutas autóctonas se constituyen como base de la cocina tradicional. Gracias a la gran variedad de sabores como el coco, mango, aguacate, guayaba, piña, pomelo o plátano, cualquier plato adquiere un sabor único. La fruta más particular es la “pomme de Jacque” en Guadalupe que puede pesar de 1 a 25 kg. Su sabor es dulce y puede ser consumida cruda o elaborada como mermelada.

Los postres más valorados son elaborados a base de frutas, destacando los helados de frutas tropicales, las tartas de coco y las confituras propias de cada localidad. De entre todos los postres destaca el blanc-manger coco. Ver receta en Anexo 1.

Las especialidades de la cocina de la Martinica la dotan de color y variedad, las más populares son las siguientes:

- Matoutou de crabes: Receta a base de cangrejos y arroz. Existe una tradición para la Fiesta de Pascua de ir en familia a la playa para pescar los cangrejos y degustar este plato en un ambiente festivo.
- Féroce d’avocat: Plato realizado con bacalao seco, mandioca y aguacate. Es un variante antillano del guacamole.
- Pâte en pot: Sopa suave de verduras, trocitos de cordero, vino blanco y alcaparras.
- Colombo de poulet: Estofado de pollo con verduras y especias.
- Calalou: Verdura parecida a las espinacas, es la más característica de esta isla. Se sirve con cangrejos, carne de cerdo o pescado fresco, siempre acompañado de una guarnición de champiñones.
- Langouste: Langosta sin pinzas del Caribe.
- Sandomas: Almejas dulces.
- Oursins: Erizos de mar.



**Figura 2.3. Le Matoutou de crabes.**

**Fuente:**

[http://www.casadefranciadigital.org.mx/viajesyrostros\\_articulo.php?i=1854](http://www.casadefranciadigital.org.mx/viajesyrostros_articulo.php?i=1854)

En Guadalupe el ingrediente estrella es el bacalao o las salazones en general, acompañados de tubérculos importados por los esclavos africanos, gran variedad de especias y legumbres secas provenientes de India y África.

Algunas especialidades de Guadalupe:



- Blaff: Guiso de pescado o almejas con muchas especias.
- Langostas asadas.
- Filetes de tortuga y lambi (caracola de mar).
- Lambi aux sauces chines: Caracola de mar con salsa de puerros.
- Rilletes de ganso.
- Carpaccio de atún con aceite de oliva y limón.
- Pato con raíz de jengibre.
- Barbo de mar a la sal.
- Papillote de perroquet: Loro asado y servido con salsa de albahaca.
- Marmita de Robinson: Fondue de dorada, atún, gambas y verduras.

Entre las especialidades que podemos encontrar en los dos departamentos se destacan:

- Crabes farsis: Cangrejos de tierra rellenos.
- Accras: Una de las grandes especialidades de esta cocina criolla. Son unos buñuelos salados confeccionados a base de carne, pescado o verduras muy populares en todas las Antillas y donde destacan los accras de bacalao. Ver receta en Anexo nº 2.
- Boudin créole: Salchicha criolla de cerdo o ternera muy especiada.
- Lambi (caracolas de mar) fresco o rebozado.



#### 2.4. Boudin créole

Fuente:

<http://www.cuisinealafrancaise.com/fr/regions/10guadeloupe/specialites>

Los productos más importantes en la elaboración de las distintas especialidades son aquellos productos provenientes del mar como pescados y mariscos frescos. Los guadalupenses son los segundos consumidores de pescado del mundo.

Las especias son ingredientes básicos en la comida Antillana. Una tradición culinaria en parte transmitida por los Arahucos nos permitió conocer el Roucou, un grano rojo utilizado para las salsas por sus propiedades colorantes, y por otra parte, especias provenientes de la india, como el curry, esencial para la preparación del colombo.

El café de las Antillas está entre los mejores del mundo. En Guadalupe el café es muy reconocido, debido a su cultivo mediante la técnica de sombreado bajo los árboles de plátano y suelo volcánico. También se puede degustar cacao biológico en las distintas chocolaterías de las islas.

En cuanto a las bebidas alcohólicas debemos citar el prestigioso ron y la bebida local Ti-Punch. El ron, elaborado con caña de azúcar, forma parte integrante de la cultura antillana. La caña de azúcar, procedente de Asia, fue introducida en las Antillas por Cristóbal Colon. Encontramos dos clases de ron:

- Ron industrial (o de azucarera) fabricado a partir de melaza tras la extracción de azúcar y comercializado a 65°.
- Ron agrícola elaborado a base del jugo de las cañas y comercializados a 50°, 55° y 70°.

La carta de los rones se desarrolla según la duración del envejecimiento de los mismos. Así pues se encuentran rones blancos, más jóvenes (reposo de 3 meses), viejos (3 años mínimo en barricas de roble) y los ámbares (que envejecen al menos 12 meses en barrica).

El ron blanco se utiliza para la preparación de cócteles y ponches, pero también para la elaboración de dulces.

El viejo ron de color ámbar se bebe solo, como digestivo y también se utiliza en repostería y en cocina.

Los primeros consumidores de ron fueron los esclavos negros que gracias a la introducción de nuevas técnicas para el refinado de azúcar dieron lugar a una mayor producción de ron.

El ron de Martinica es uno de los mejores del mundo. Es el único ron que ha obtenido una denominación de origen controlada. En 2008, el ron martiniqués fue recompensado con la Gran Medalla de Oro del Concurso Mundial de Bruselas. Cada año los rones de Martinica son premiados en el Concurso General Agrícola del Salón de la Agricultura de París. Este Salón será tratado con más detalle en el capítulo VI.

La bebida local y tradicional es el Ti punch, servido como cóctel de bienvenida. Es servido sin hielo en el aperitivo con accras de bacalao y morcilla antillana. En su origen, el ponche se preparaba con cinco ingredientes, y una nueva versión compuesta de tres ingredientes se convirtió en el pequeño ponche (petit punch en francés) o ti punch. Los ingredientes son ron agrícola blanco, jarabe de azúcar de caña y gajos de lima.

La fina y exquisita gastronomía de Martinica ha sido galardonada a escala Internacional por la Caribbean World Travel Award, que le ha otorgado el título de Destino Gastronómico del Caribe: "Best Gourmet Island of the Year, Londres 2008.

Para la elaboración de este párrafo han sido de gran utilidad las páginas Webs: La Martinique : <http://www.martinique.fr/> <http://www.lamartinique.ca/> Viajerosonline.org: <http://viajerosonline.org/> Les Îles de Guadeloupe: <http://www.lesilesdeguadeloupe.com/> Rendezvousenfrance.com: <http://www.es.rendezvousenfrance.com/> Routard.com : <http://www.routard.com/>

## **2.4. TURISMO DE NATURALEZA Y GASTRONÓMICO**

### **2.4.1. Turismo de Naturaleza y Gastronómico en Martinica**

Martinica ofrece un entorno y unas condiciones ideales para practicar actividades turísticas-deportivas como son la vela, windsurf, esquí náutico, kayak de mar, submarinismo, pesca de grandes especies o la moto acuática. También se puede hacer senderismo o simplemente nadar y broncearse en las playas.

En la isla se pueden realizar cerca de 30 rutas de senderismo, con un total de 130 km de senderos señalizados. De entre estos senderos destaca la ruta de la Montagne Pelée, Grand Rivière y la Route de la Trace. Esta última es una de las rutas turísticas más conocidas de la isla. Se realiza unos 30 km por la selva tropical.

Al sur de la isla se puede disfrutar de un baño en la playa de las Salinas en el pueblo de Sainte-Anne. A lo lejos se puede ver la Roca del Diamante (llamada así por su forma de piedra preciosa) donde se puede realizar submarinismo entre sus rocas. Otra zona atractiva para realizar submarinismo es la bahía Saint-Pierre ya que durante la erupción volcánica de 1902 se hundieron más de una docena de barcos y resulta un incentivo para los submarinistas.

En cuanto al turismo gastronómico cabe citar que el mercado más grande de la isla lo podemos encontrar en Fort-de-France, llamado el mercado de las especias donde se puede adquirir frutas, verduras, especias, pescados, etc. También se puede degustar la comida criolla en los restaurantes cercanos.

En la isla también se pueden degustar chocolates 100% elaborados con productos naturales; dos productores y exportadores de chocolate son Elot y Lauzéea. Los hermanos Lauzéea han recibido la 4ª tableta de 5 en el último Salón del Chocolate celebrado en París, se trata de un premio a los mejores artesanos chocolateros de Francia y otros países. También aparecen en la edición 2014 de la Guía Internacional del Chocolate. Para conocer la historia, las diferentes etapas de fabricación del cacao y café de la isla se puede visitar el Museo du cacao y café en Trois Îlets. La visita se termina con una pequeña degustación de café y cacao.

A continuación se detalla una serie de eventos turísticos y gastronómicos realizados en la isla para promocionar la cocina local y atraer visitantes.

En Sainte-Marie tiene lugar la Semana Gastronómica. Se trata de una iniciativa de la Oficina de Turismo y de la Cultura donde se ofrece un programa variado que permite descubrir los sabores de la tierra, disfrutar de animaciones, menús promocionales de los restaurantes, degustaciones y demostraciones culinarias. Esta actividad concluye con un concurso donde los grandes chefs caribeños y franceses, rivalizan para cocinar los productos elegidos en cada edición. Es un evento creado especialmente para la promoción de la cocina criolla de Martinica y se lleva celebrando desde hace 20 años. En 2015 la Semana Gastronómica tuvo lugar del 11 al 18 abril.

Desde hace 10 años, la Oficina de Cultura del Municipio de Trinité organiza en julio, el "Trempage Show". Antiguamente el "Trempage" era un consomé de mero espesado con harina que se servía sobre pan seco, previamente remojado y extendido sobre grandes hojas de plátanos y aderezado con trozos de aguacate y plátano, recubierto con una salsa de especias. Hoy, se prepara con marisco, pescado, lambí o pollo. Según la tradición lo preparaban los hombres y se comía con los dedos. Constituye una auténtica exhibición contemplar cómo se elabora este plato para posteriormente pasar a degustarlo, por lo que está enfocado principalmente a los turistas.



Figura 2.5. Cartel Trempage Show 2013

Fuente: <http://www.mairie-latrinite.fr/trempage-show-16eme-edition/>

Todos los años durante el mes de agosto se celebra la Vuelta de Martinica en embarcaciones llamadas “yolas redondas”, con motivo de las fiestas patronales. Este gran evento de embarcaciones, construidas en maderas locales, reúne en cada etapa a miles de aficionados. El tour comienza y finaliza en la capital, Fort-de-France. El comité de turismo martiniqués organiza el "Martinique Yole Festival" con el objetivo de dar a conocer las yolas y hacer participar a los turistas. En la orilla se organizan fiestas amenizadas con música, bailes, degustaciones gastronómicas martiniquesas y catas de Ti punch.

También en agosto los profesionales de la pesca organizan la Fiesta del Pescado en Le Prêcheur. Se trata de un evento anual para poner en valor los productos del mar, productos esenciales en la gastronomía de Martinica.

En septiembre de 2014 se celebró la 7ª edición del Festival Culinario de Martinique Gourmande, donde 30 bares y restaurantes de Montreal invitan a descubrir los sabores de la Martinica a través de sus platos.

Como bebida local, el ron tiene su propio museo y fiesta. El museo está situado en una antigua casa colonial en Sainte-Marie y cuenta la historia del ron agrícola a través de fotografías que presentan las diferentes etapas de la elaboración del ron. La Fiesta del Ron es realizada por La Destilería Saint-James que celebra su ron una vez al año, en diciembre, donde el público puede degustarlo, visitar sus plantaciones, además de disfrutar de un programa de animación muy variado.

En relación a la cultura del ron, se ofrece la Ruta de los Grandes Ronces de Martinica basada en la famosa Ruta del Vino en Francia, donde se pueden degustar y visitar las 11 destilerías de ron que se localizan en la isla.



Figura 2.6. Ruta de los Grandes Ronces de Martinica

Fuente: <http://www.martiniquegourmande.ca/us/rhums-martiniquais-us.htm>

Los turistas que visitan la isla pueden realizar las actividades de naturaleza que hemos mencionado anteriormente combinándolas con actividades relacionadas con la gastronomía como asistir a fiestas tradicionales, ferias o simplemente degustando los platos típicos en restaurantes o mercados.

Las principales fuentes consultadas han sido: Martinique Gourmande : <http://www.martiniquegourmande.ca/> Viajerosonline.org: <http://viajerosonline.org/> Fédération des Yoles Rondes : <http://www.yoles-rondes.net/> Salon du chocolat : <http://www.salonduchocolat.fr/> La Martinique : <http://www.lamartinique.ca/>

#### 2.4.2. Turismo de Naturaleza y Gastronómico en Guadalupe

Declarada Patrimonio Mundial de la Unesco, Guadalupe es un conjunto de cinco islas apodadas Islas Esmeralda debido a las características de su vegetación. A continuación analizaremos cada una de estas islas:

**Basse-Terre:** Ocupada por el séptimo Parque Nacional de Francia, cuenta con más de 300 km de senderos. Se trata de la segunda Reserva de la Biosfera de las Pequeñas Antillas.

De entre la multitud de actividades que se pueden realizar en la isla se debe destacar los senderos que se dirigen al cráter del volcán de La Soufrière y a las cataratas más grandes de la isla, las cataratas del Carbet. A lo largo de estos espacios se puede disfrutar de contemplar una rica y abundante fauna y flora.

Los amantes del buceo podrán realizar esta actividad en la Réserve Cousteau de la isla Pigeon, frente a la costa oeste de Basse-Terre. Señalar en este punto que la pesca con arpón lleva mucho tiempo prohibida, por lo que las aguas de la isla están pobladas de numerosos peces, esponjas, abanicos de mar y corales.

A parte de las actividades ya mencionadas también se puede realizar otras como kayak, paseos en motos de agua, ecoturismo, paseos a caballo, visitas al zoo, jardín botánico con parque floral y de animales, museo de la banana, etc.

Una vez realizadas algunas de las actividades en plena naturaleza, el turista puede dirigirse a los mercados al aire libre como el que hay en Pointe-à-Pitre donde se venden numerosos productos (fruta, verduras, flores, especias picantes, artesanía y ropa) mientras el pescado fresco puede adquirirse directamente en los barcos recién atracados del muelle.

En relación a la historia del café y para comprender mejor por qué es el único café francés clasificado como uno de los mejores cafés del mundo, se debe visitar el Museo del Cacao y Café y la Hacienda de Vanibel, donde se realizarán visitas guiadas de la hacienda, plantaciones de café y vainilla y degustación de los productos. Cada museo dispone de su propia página Web: <http://www.maisonducacao.fr> y <http://www.vanibel.fr> respectivamente.

En julio 2014, se celebró la 6ª edición del Festival internacional de la Gastronomía tradicional en Guadalupe en Point-à-Pitre. Festival regional cada vez más popular en las Antillas, el cual en 2013 contó con 10.000 visitantes. Es un festival donde chefs de renombre de diferentes países realizan demostraciones, talleres, degustaciones de platos con productos de la tierra y conferencias en un entorno amenizado. Este Festival pone en valor el patrimonio y el saber hacer de Guadalupe. El evento está organizado por el Consejo de cultura, educación y medioambiente de la región de Guadalupe en colaboración con la ciudad de Point-à-Pitre.

Desde hace más de 90 años, se celebra en Pointe-à-Pitre la Fiesta de las Cocineras organizado por la Asociación de las Cocineras del lugar. Un verdadero acontecimiento cultural y turístico que tiene lugar todos los veranos, en agosto. Es una oportunidad única de saborear platos locales preparados por cocineras siguiendo recetas ancestrales de la cocina criolla y típicamente local. La fiesta consiste en un desfile hasta la catedral, dónde mujeres vestidas con el traje criollo y cargadas con cestas de platos tradicionales son bendecidas por el obispo. Tras el desfile, se organiza un banquete y un baile.

**Grande-Terre:** Cubierta en su mayor parte por cultivos de caña de azúcar, ofrece playas de arena blanca ideales para nadar y para practicar surf. En esta isla además de las actividades náuticas como vela, kayak y paseos en motos de agua, se podrán realizar visitas al acuario, senderismo, Golf, etc.

Cada abril se celebra en Morne-à-L'Eau la Fiesta del Cangrejo. En 2015, tendrá lugar la 23 edición de La Jornada del cangrejo y el manglar organizado por la Asociación y desarrollo del cangrejo y los manglares y la Unión para el desarrollo del pueblo donde tiene lugar. Esta fiesta persigue promoción turística a través del arte culinario, y en ella se ofrece platos elaborados con cangrejos a los turistas. Con esta iniciativa también intentan proteger el medio ambiente, el cangrejo y el manglar.

**Désirade:** Es la isla menos desarrollada y visitada del archipiélago. Alberga playas de arena blanca protegidas por largas barreras de coral, para el disfrute de bañistas y submarinistas.

Las numerosas ganaderías de cabras de la isla han dado lugar a la "Fiesta de la cabra", una iniciativa municipal que se celebra desde 2002 en abril en el Fin de Semana de Pascuas. Se trata de un evento festivo y turístico que pone en valor la carne de cabra en un entorno festivo, donde se organizan conciertos, conferencias, animación, concursos, degustación de platos con el ingrediente estrella, venta de cabras, etc. Se convierte en una feria gastronómica.

**Les Saintes:** Está compuesto de 9 islotes donde sólo dos se encuentran habitados. Terre-de-Haut es famoso por su bahía de agua turquesa clasificada por la UNESCO y en Terre-de-Bas se puede practicar senderismo.

La especialidad local de Les Saintes es llamada Tourment d'amour, un pequeño pastel relleno de coco, plátano o guayaba.

**Marie-Galante:** Conocida como "isla de los cien molinos" (antiguamente destinadas a fábricas de azúcar) es muy famosa por su ron. Se dice que es la tierra de los mejores rones del mundo y la isla conserva celosamente el secreto de sus especialidades culinaria. Es imprescindible degustar su especialidad Bébélé, a base de vegetales, callos y salsa). También alberga playas de arenas blancas ideales para nadar y broncearse y numerosos caminos señalizados para la práctica de senderismo.

Como estudiamos anteriormente el turista de naturaleza busca estar en contacto con las poblaciones autóctonas por este motivo se puede sentir atraído por las fiestas culinarias que hemos analizados en las diferentes islas.

Páginas Webs consultadas: Rendezvousenfrance.com:  
<http://www.es.rendezvousenfrance.com/> Îles du sud Guadeloupe :  
<http://www.ilesdusudguadeloupe.com/> Les Îles de Guadeloupe:  
<http://www.lesilesdeguadeloupe.com/> La fête du crabe édition 2015 :  
<http://www.feteducrabe.com/> Casa de Francia Digital :  
<http://www.casadefranciadigital.org.mx/> Nancy Roc: <http://nancyroc.com/>  
Laguadeloupe.com: <http://www.laguadeloupe.com/>

## CAPÍTULO III

### GUAYANA FRANCESA

#### 3.1. HISTORIA DE LA COLONIZACIÓN DE GUAYANA

Los primeros habitantes fueron los indios amerindios, arahuacos y caribes. Aunque Guayana fue descubierta en 1500 por Vicente Pinzón, la colonización no comenzó hasta el siglo XVII. En 1626 el Cardinal Richelieu autorizó la colonización de Guayana, fundándose la ciudad de Cayenne (actual capital) en 1637. El siglo XVII se ha caracterizado por un siglo donde franceses, ingleses, españoles y holandeses se han disputado la posesión de Guayana. El interés por colonizar Guayana incrementó aún más cuando empezó a divulgarse la leyenda del Dorado. Esta leyenda situaba una ciudad de oro en los bosques de Guayana.

Al igual que en Martinica y Guadalupe, en el siglo XVII se introdujeron esclavos negros africanos en Guayana para trabajar en los cultivos de caña de azúcar. La esclavitud quedó abolida definitivamente en 1848.

En el siglo XVIII Guayana fue disputada por portugueses y británicos pero finalmente fue devuelta a Francia en 1817. De los ingleses Guayana ha heredado un licor "Schrub" (bebida obtenida a partir de naranjas maceradas mezclada con ron) que se toma en Navidad.

El siglo XX se caracteriza por poblaciones que emigraron a Guayana provenientes de la China, Laos, Brasil, Indonesia e incluso de la metrópolis. Esta pluralidad étnica ha contribuido a construir una identidad culinaria rica y diversa.

En 1946, la Guayana recibió el estatuto de departamento de ultramar y en 2003 pasó a ser también una región francesa de ultramar.

Las fuentes consultadas para elaborar este apartado han sido fundamentalmente las página Webs Americas: <http://www.americas-fr.com/> L'aménagement linguistique dans le monde: <http://www.axl.cefan.ulaval.ca/>

#### 3.2. RECURSOS NATURALES DE GUAYANA

Guayana con una extensión de 87.000 km<sup>2</sup>, es el departamento francés de ultramar más grande. Se sitúa en el Océano Atlántico, en el noroeste de América del Sur. El río Maroni divide la frontera con el Surinam al este y al oeste el río Oyapock con Brasil. Guayana tiene un clima ecuatorial, con temperaturas casi constantes que se encuentran entre mínimas de 22°C y máximas próximas a 36°C.

El Parque natural regional de Guayana fue creado en 2001. El oeste está compuesto por manglares y el litoral. El este está compuesto por marismas y montañas. Las marismas albergan gran variedad de pájaros y también una de las últimas poblaciones estables de caimanes en el mundo.



Figura 3.1. Logo del Parque Natural Regional de Guayana

<http://www.outre-mer.gouv.fr/?societe-guyane.html>

Al sur se extiende el Parque amazónico, creado en 2007, que cubre y protege una parte del bosque ecuatorial amazónico. La selva amazónica ocupa el 90% del territorio.

Pertencen a Guayana las Islas de la Salvación formado por 3 islotes de origen volcánico y cubiertas por una densa vegetación. Se encuentran a 15 km al norte de Kourou (donde se encuentra el centro espacial). Estas islas son Île Royale, Île du Diable y la Île Saint-Joseph, fueron una colonia penal desde 1852 hasta 1946. Estas islas son conocidas por las torturas llevadas a cabo a los presos y las condiciones inhumanas a las que estaban sometidos. Son consideradas un lugar de culto para los turistas de prisiones.



Figura 3.2. Mapa de las Islas de la Salvación

Fuente: <http://nat-chris-44.skyrock.com/3043276173-Les-Iles-du-Salut-1.html>

Los datos para la elaboración de este apartado han sido extraídos de las páginas Webs: Les Outre-Mer: <http://www.outre-mer.gouv.fr/> La Guyane: <http://www.la-guyane.com/>

### 3.3. GASTROMÍA GUAYANESA

Tal y como se ha reflejado en el apartado dedicado a la historia de Guayana, este departamento tiene influencias europeas, africanas, amerindias e indias; por ello cuenta con una cocina mestiza caracterizada por la diversidad de gustos y especias. La cocina brasileña y la china también han aportado influencias a sus recetas.

Al igual que en Martinica y Guadalupe también se pueden degustar Accras, Boudin, Colombo y como no podía ser de otro modo Ti-punch. Algunas variantes del Ti-punch son el Ti-punch al jengibre o guayanés y el Punch con leche servido caliente.

Los guayaneses se alimentan principalmente de los productos provenientes de la pesca, caza y agricultura local. Guayana cuenta con una gran variedad de pescados y gambas con las que preparar escabeches, brochetas y caldos.

Las especias son un ingrediente imprescindible de la cocina de Guayana. Cabe destacar de entre ellas la nuez moscada, el jengibre, la canela, la pimienta y el chile (piment de Cayenne).

Algunas especialidades de la cocina de Guayana son:

- Le bluff: Caldo de pescado con cebollas, ajo, apio y albahaca.
- La pimentade: Concentrado de tomate aromatizado y picante que normalmente acompaña a pescados o crustáceos.
- Le rôti cougnade: Pescado asado. Se sirve acompañado de couac (harina o sémola fabricada a partir de raíces de yuca).



- Les fricassées: Carne roja o blanca de caza acompañada de arroz, zanahorias rojas o couac.
- Pollo ahumado: En Guayana tienen costumbre de ahumar tanto la carne como el pescado. Se suele comer frío en ensalada.
- Le bouillon d'awara: El caldo de awara es el plato nacional preparado en señal de bienvenida al visitante y consumido en especial con motivo de las fiestas de Semana Santa y Pentecostés. El awara, es una especie de palmera cuya pulpa del fruto es utilizada para preparar este caldo. Ver receta en Anexo 3.
- Albóndigas de gambas, gambas con salsa de coco, gambas marinadas, etc.

Las frutas exóticas como el coco, guayaba, papaya, mango y la piña se utilizan en postres para realizar tartas, mermeladas, sorbetes, siropes, etc.

En Guayana también se puede degustar ron agrícola, ya que la caña de azúcar fue introducida en el siglo XVII al igual que en Martinica y Guadalupe. De las 33 destilerías censadas en 1933 hoy la única destilería que ha sobrevivido la difícil competencia de las Antillas es la Destilería de Saint-Maurice du Maroni, creada en 1981, y le ha sido otorgado el Premio de Excelencia del Salón Internacional de la Agricultura de París en 2009, 2011, 2012.



Figura 3.3. Etiqueta de uno de los rones agrícolas de Guayana

Fuente: <http://www.rhumssaintmaurice.com/#!nos-rhums>

Otra bebida alcohólica que debe ser mencionada es la cerveza. Una de las cervezas de Guayana "Jeune Gueule" ha obtenido la medalla de bronce en el Concurso General Agrícola que se celebró en 2014 en el Salón Internacional de la Agricultura en París.

Datos extraídos del libro: Albin Michel (1999): *Guyane: Produits du terroir et recettes traditionnelles* y las páginas Webs: La Guyane: <http://www.la-guyane.com/> Le portail de la Guyane: <http://www.guyane.fr/> Rendezvousenfrance.com: <http://www.es.rendezvousenfrance.com/> France-Voyage.com: <http://www.france-voyage.com/francia-guia-turismo/outre-mer-region.htm>

### 3.4. TURISMO DE NATURALEZA Y GASTRONÓMICO EN GUAYANA

Entre las actividades de naturaleza que se pueden practicar en Guayana destacamos el senderismo por el bosque. Existen senderos señalizados con paneles descriptivos de la flora y la fauna en los alrededores de Cayenne, Saül y Cacao. También se pueden atravesar las marismas de Kay en piraguas de madera y conocer su fauna los pueblos típicos y su auténtica cultura. Los ríos son las vías de circulación naturales de Guayana para penetrar en el bosque.

Otras actividades que se pueden practicar son la pesca, vela, surf y cruceros a la Isla Salvación. Para nadar y tomar el sol, el litoral y l'Awala-Yalimapo tienen bonitas playas, también se puede observar puestas de tortugas Laúd entre abril y julio.

Cayenne y Cacao son dos importantes ciudades de Guayana que pueden atraer a turistas por sus recursos naturales, gastronomía y productos locales. El mercado de productos frescos de Cayenne es popular entre sus habitantes, pueblos vecinos y visitantes. Idóneo para descubrir los productos locales, como la gran variedad de fruta exótica y especias; además de degustar el ti-punch y los zumos locales de aguacate y cerezas.



**Figura 3.4. Mercado de frutas y verduras en Cayenne**

Fuente: <http://int.rendezvousenfrance.com/fr/outre-mer/rubric/44870/guyane-marche-cayenne>

En la ciudad de Cacao una tradición, la Fête de Ramboutant, se ha convertido en un evento cada vez más turístico, donde asisten cada año más de 5.000 visitantes. Ramboutant es una fruta roja y peluda introducida en Guayana por un laosiano. El día de la cosecha anual, en el mes de abril, todo el mundo se dirige a Cacao para celebrar esta fiesta. Se trata de recoger la cosecha, degustarla y luego comprar la fruta a buen precio. Se realiza un programa de animación, stands de productos locales, etc.

Otro evento anual que espera más de 8000 visitantes es el Salón de Turismo y de Ocio que se celebra en Matoury. Organizado por el Comité de Turismo de Guayana, lleva 17 años celebrándose con éxito. Este año ha tenido lugar del 17 al 19 de abril. El objetivo principal de este salón es dar a conocer el potencial turístico que ofrece la región. Los stands están repartidos en estos tres bloques: Artesanía, proveedores turísticos y gastronomía. Entre los expositores están asociaciones culinarias, restaurantes, productores locales y empresas exportadoras de productos de la zona.

En Matoury también se celebró del 14 al 16 de abril una exposición de verduras y frutas donde hubo conferencias, debates y se podían comprar productos in situ. Otra forma de revalorizar los productos de la tierra.

Con respecto a la promoción de la gastronomía y productos locales debemos mencionar una empresa que tiene como objetivo promover los sabores y saber hacer de Guayana en el exterior "Délices de Guyane". Es una empresa dedicada a la fabricación y venta de mermeladas, siropes, helados, rones, condimentos, etc. Presentó su último producto, Couac, en el Salón Internacional de Agricultura de 2015.

Para elaborar este apartado se han utilizado las páginas Webs: Région Guyane : <https://www.cr-guyane.fr/> Fédération Régionale des Acteurs en Promotion de la Santé, Guyane : <http://www.gps.gf/> Guyane 1ère: <http://guyane.la1ere.fr/> France.fr: <http://www.france.fr/>

## **CAPÍTULO IV**

### **LA ISLA REUNIÓN**

#### **4.1. HISTORIA DE LA COLONIZACIÓN DE LA ISLA REUNIÓN**

La Reunión fue descubierta en el siglo XVI por los portugueses. Durante mucho tiempo fue escala en la ruta de las Indias de portugueses, holandeses e ingleses. Europa ha realizado por tanto aportaciones a la gastronomía reunionesa tal y como la charcutería, gratinados y el gusto por la carne a fuego lento.

Esta isla no fue ocupada hasta la llegada de los franceses en 1642 nombrándola Île Bourbon (nombre de la familia que reinaba en Francia).

En el siglo XVIII introdujeron esclavos provenientes de Madagascar y África para trabajar en las plantaciones de café. En 1793 fue rebautizada con el nombre actual, Reunión. De los esclavos africanos se ha heredado el consumo de raíces, cereales y el picante.

La Isla Reunión estuvo en manos inglesas desde 1810 a 1815 y conoció prosperidad gracias a la introducción de la caña de azúcar. Del mismo modo que en los otros departamentos franceses en 1848 se abolió la esclavitud. El siglo XIX se caracterizó por la llegada de inmigrantes de la India y China que se asentaron en la isla dejando los diferentes aromas a cúrcuma y cardamomo de la India y jengibre de Asia.

En relación a lo expresado en los párrafos anteriores Reunión cuenta con una población muy diversa e influyente en la cultura, sobre todo en la refinada y colorida cocina.

Tras la ley del 19 de marzo de 1946, esta isla se convierte en departamento de ultramar y en 2003 pasa a ser también región de Francia.

Los datos de este apartado se han extraído de las página Web <http://www.outremer.mnhn.fr/>

#### **4.2. RECURSOS NATURALES DE LA ISLA REUNIÓN**

La Reunión se formó hace tres millones de años cuando el volcán Piton des Neiges entró en erupción. Esta isla volcánica y de relieve montañoso está situada en el Océano Índico. Con 63 km de largo y 45 km de ancho cuenta con una superficie de 2.512 Km<sup>2</sup>. Y está localizada en el archipiélago de las Mascareñas, 700 km al este de Madagascar.

El oeste y centro de la isla están caracterizados por tres enormes depresiones: los circos de Cilaos, de Mafate y de Salazie. Al sureste, se encuentra uno de los volcanes más activos del planeta, Piton de la Fournaise, de 2.632 m. Se pueden observar por tanto gran variedad de paisajes como barrancos, desiertos, cascadas y campos de lava.

Desde 2007, la Reunión alberga el 9º Parque Nacional de Francia. Debido a su Patrimonio Natural (pitones, circos y escarpaduras) fue incluido en la Lista del Patrimonio Mundial de la Humanidad por la Unesco, lo que supone alrededor de un 40% de la superficie del departamento francés de ultramar.

Para la elaboración de este apartado se han utilizado las páginas Webs: Île de la Réunion: <http://www.reunion.fr/> Les Outre-Mer : <http://www.outre-mer.gouv.fr/?-decouvrir-l-outre-mer-.html>

### 4.3. GASTRONOMÍA REUNIONESA

La gastronomía criolla es una mezcla de la cocina india, china, africana y europea. Estas influencias y la calidad de los productos locales han dado lugar a platos emblemáticos de la Reunión como Caris, Rougail y el Paté de la Reunión. Las Antillas también ha aportado el aroma de la especia quatre-épices es una planta que mezcla los olores del jengibre, pimienta, clavo y nuez moscada.

Una especia muy utilizada en la Reunión es la vainilla, bautizada como la vainilla de Bourbon (antiguo nombre de la isla) para diferenciarla de las producciones de vainilla del Océano Índico. Aunque principalmente es utilizada en pastelería también suele emplearse en algunos platos, como el famoso pato a la vainilla, en los ponches, rones y en el café.

De la India proviene la receta de los Caris, que es un plato frecuente y simple de hacer. Consiste en un plato de carne o pescado con tomates, cebollas, ajo, cúrcuma y diferentes especias. Se sirve con arroz acompañado de judías blancas, rojas o lentejas de Cilaos y salsa rougail (salsa de tomate muy especiada). El orden para servirlo es el siguiente: se sirve el arroz con las judías o lentejas y luego se cubre el arroz con la salsa rougail. Rougail es también una variante del plato Cari pero elaborado con salchichas frescas o ahumadas o empleando bacalao. Ver receta en Anexo 4.

Otras especialidades de la Reunión:

- Ensalada de palmito: Se prepara con una variedad de palmito de pequeño tallo que es aliñado con aceite, limón, pimienta y sal.
- Bouchons: Albóndigas de carnes envueltas en una pasta de arroz proveniente de la china.
- Bonbon piments: Buñuelos de harina, pimientos, cebollas y especias (jengibre, comino, pimienta, azafrán, etc.). Tapa típica criolla que se puede degustar en la calle y mercados.
- Pescado ahumado: Dorada, atún, pez espada, pez aguja, etc.
- Shop suey boeuf au légumes: Salteado de verduras con ternera de influencia china.
- Pollo o cabrito massalé: Plato muy picante de influencia china. Massalé es una mezcla de especias (comino, granos de mostaza y cilantro).
- Brèdes: Hojas y tallos de diferentes plantas (chayote, calabaza, col, etc.) que se guisan con ajo, jengibre, cebolla y pimienta.
- Encebollado de tortuga al vino rojo (la caza y cría de tortugas de mar están prohibidas).

La Reunión cuenta con más de 50 variedades de frutas exóticas: banana, mango, papaya, granadina, fruta de la pasión, coco, piña, lichi, guayaba, chayote, etc. Las frutas son utilizadas para elaborar gran variedad de mermeladas, siropes y postres. Un postre tradicional de fruta sería el Paté de Guayaba.



**Figura 4.1. Frutas exóticas de la Reunión**

**Fuente:** <http://www.reunion.fr/pratique/lile-de-la-reunion/gastronomie>

La bebida principal de la isla Reunión es el ron pero también cabe citar la cerveza artesanal bourbon apodada “Dodo” (pájaro endémico de la isla desaparecido que está representado en la etiqueta de la cerveza) y el vino autóctono de Cilaos.

Las fuentes que han sido consultadas para la elaboración de este apartado son las páginas Webs: Guide Réunion : <http://www.guide-reunion.fr/> Isla Reunión: <http://www.islareunion.com/> Cuisine à la française : <http://www.cuisinealafrancaise.com/> Routard.com : <http://www.routard.com/> y el libro: Alibert Pierre (1999): *La cuisine de l'océan Indien: Madagascar, Ile Maurice, Mayotte, Ile de La Réunion, Seychelles*.

#### **4.4. TURISMO DE NATURALEZA Y GASTRONÓMICO EN LA ISLA REUNIÓN**

Entre las actividades de naturaleza que se pueden realizar en la isla se han seleccionado las siguientes:

- La Ruta de las Lavas: Ruta de asfalto de 1,6 km, en medio del deslizamiento de lava. Comienza en Tremblet, a pocos km de allí se puede ver la entrada de un túnel de lava a través de un punto de observación.
- Ruta del Volcán Piton de la Fournaise: Es un volcán muy accesible que cuenta con varios itinerarios de diferentes dificultades. Se puede ir andando o en bici. Y se puede acceder incluso al cráter del volcán.
- Más de 1.000 km de senderos que discurren por paisajes verdes, circos naturales como Cilaos, Mafate y Salazie, que permiten descubrir una flora variada.
- También se pueden practicar deportes de aventura como BTT, parapente, sobrevuelos con ultraligero o helicóptero, surf, submarinismo, etc.

Las actividades citadas anteriormente pueden complementar el viaje de un turista cuya principal motivación es gastronómica.

La isla Reunión acoge miles de turistas en sus diferentes fiestas locales. Los municipios de cada región organizan mensualmente fiestas agrícolas teniendo en cuenta los productos de la temporada. Se trata de poner en valor la producción local y agricultura en un ambiente festivo. Las fiestas agrícolas se complementan con animación y actividades turísticas, degustaciones, conciertos, debates, etc.

MES	NOMBRE DEL EVENTO	LUGAR
ENERO	Fiesta de la viña o de Saint-Vincent	Cilaos
MAYO	Fiesta del Chayote	Salazie – Hell-Bourg
JUNIO	Fiesta de la guayaba	Plaine des Palmistes
JULIO	Fiesta de la caña de azúcar	Sud sucrier
OCTUBRE	Fiesta del ajo y de las especias	Petite-Île
DICIEMBRE	Fiesta gastronómica	Trois-Bassins

**Tabla 4.1. Calendario de Fiestas relacionados con los productos locales**

Fuente: <http://www.agrotours-reunion.com/fetes-agricoles-reunion.php>

Como la mayoría de las fiestas se celebran en torno a frutas tropicales y verduras, tal y como se observa en la anterior tabla, se considera interesante conocer un poco mejor algunas de las fiestas citadas.

- La Fiesta de Saint-Vincent en honor a los viñeros que tiene lugar en enero. La Confrérie du Pied de Raisin y Destination Sud de La Réunion celebra esta fiesta con el objetivo de promover el reputado vino de Cilaos y de desarrollar una imagen de productos de calidad. Durante dos días tienen lugar degustaciones, animación, comidas campestres (arroz flambeado), desfiles, visitas a los viñedos, conferencias enológicas, etc.
- La Fiesta del ajo y especias intenta poner en valor la riqueza culinaria del sur de la isla. El ajo es un elemento imprescindible en la cocina criolla.

Existen tres museos dedicados a tres productos básicos en la gastronomía de la isla:

- Museo del ron: Está instalado en una antigua destilería familiar todavía en activo, la Saga du Rhum en Saint-Pierre. Muestra un recorrido por la historia y la cultura de los habitantes. La caña de azúcar introducida en el siglo XVII proporcionó a los primeros habitantes un zumo dulce y fue evolucionando hasta el ron que conocemos hoy día.
- Museo de la cúrcuma en Saint-Joseph. La Cúrcuma es un tubérculo procedente de la india que cuando se seca se reduce a polvo. Llamada también polvo de oro de la Reunión es una especia muy codiciada por los chefs para elaborar platos aromáticos. En este pequeño museo se puede descubrir cómo se fabrica la cúrcuma y también se pueden apreciar otras especias utilizadas en la cocina reunionesa como la pimienta, massalé, vainilla, jengibre, etc.
- Museo de la cerveza “Dodo” en Saint-Denis: Situado en una cervecería, ofrecen visitas guiadas para descubrir el proceso de fabricación con productos 100% naturales de esta cerveza tan famosa de la Reunión.

Fuentes consultadas: Revistaiberica.com: <http://www.revistaiberica.com/>  
 Réunionnais du monde : <http://www.reunionnaisdumonde.com/> La Saga du Rhum : <http://www.sagadurhum.fr/> Destination Sud Réunion : <http://www.sud.reunion.fr/>  
 Zinfos974.com: <http://www.zinfos974.com/>

## CAPÍTULO V

### ISLA MAYOTTE

#### 5.1. HISTORIA DE LA COLONIZACIÓN DE MAYOTTE

El primer asentamiento en Mayotte data del Siglo V y VI de origen bantú, (población que hablaba esa lengua establecida en Sudáfrica) cuya ocupación se prolongó hasta el Siglo XVIII. Con influencia africana se preparan platos a base de arroz, mandioca, banana y pescado.

En el Siglo XII se suceden una serie de invasiones árabes que trasladan la cultura Swahili y la religión musulmana, creándose así sultanatos rivales.

Los primeros europeos, portugueses y franceses, desembarcaron en Mayotte en el Siglo XV, utilizando el archipiélago como un sitio de paso hacia la ruta de las indias. A ello se debe la influencia europea en la cocina de Mayotte.

A finales del Siglo XVIII y principios del Siglo XIX en Mayotte se dieron lugar capítulos violentos entre razas, esclavos (la esclavitud se abolió en 1846), guerras de sucesión, saqueos, etc.

En 1871, el sultán Andriant Souli, de origen malgache, cedió la isla Mayotte a Francia y se convierte en colonia francesa. Tras algunas revueltas, Mayotte obtuvo el estatuto de Territorio de Ultramar en 1946, dotándola de autonomía administrativa. En 1974 se independizó el archipiélago de Comoras de Francia, excepto la isla de Mayotte que dos años después se constituye como colectividad territorial de la República Francesa.

Finalmente, tras la consulta del referéndum de 2009, Mayotte se proclamó departamento francés y en 2011 también se proclama como región francesa. Mayotte es el último departamento y región de ultramar de Francia que se ha unido a Martinica, Guadalupe, Reunión y Guayana.

Las fuentes consultadas para elaborar este apartado han sido fundamentalmente las páginas Webs <http://www.outremer.mnhn.fr/les-outre-mer> Portail de l'Etat à Mayotte: <http://www.mayotte.pref.gouv.fr/>

#### 5.2. RECURSOS NATURALES DE MAYOTTE

El nacimiento de Mayotte tuvo lugar hace unos 6-8 millones de años a causa de la erupción de dos grandes volcanes. Pertenece por tanto al archipiélago volcánico de las Islas Comoras situado en el Océano Índico, en el extremo norte del Canal de Mozambique. Mayotte cuenta con un clima tropical húmedo y una temperatura media anual de 25.6°C. Tiene una extensión de 374 km<sup>2</sup> y está formado por dos islas principales Grande-Terre, Petite-Terre y de muchas otras pequeñas islas, algunas de ellas deshabitadas. "Mayotte ha desarrollado particularmente una vegetación rica y "sabrosa" que proporciona para nuestro placer multitud de frutas durante todo el año: Piñas, plátanos, mangos, fruta de la pasión, guayabas, lichis, cítricos, cocos, etc." Reboul Charles (2005).

Grande-Terre, conocida también como Mahoré el nombre nativo de la isla principal especialmente por los partidarios a la Unión de las Comoras, es geológicamente la más antigua de las Islas Comoras. Cuenta con un suelo volcánico y su punto más alto es el Monte Benara, a 660 metros sobre el nivel del mar. Está rodeado por un arrecife de coral que rodea gran parte de la isla, protegiendo así el hábitat de los peces.

En Petite Terre, menos erosionada que Basse Terre, se pueden observar huellas de la erupción. Existe un cráter llamado Dzaoudzi, ocupado por el lago Dziani.



Figura 5.1. El lago Dziani sobre el cráter en Petite Terre

Fuente: <http://es.rendezvousenfrance.com/es/destinos-europeos-de-excelencia/cita-en-mayotte>

La costa se caracteriza por ser muy irregular formando cabos, bahías profundas, bordeadas de manglares dándole la forma particular de caballito de mar. Los manglares, con más de 700 hectáreas de superficie son verdaderas defensas naturales contra los efectos de la polución sobre el lago y permiten la supervivencia de las especies marinas.

Mayotte conocida como la isla en el lago, posee uno de los lagos más grandes del mundo, delimitado por una barrera de coral de más de 160 km. El lago rodea casi en su totalidad a la isla, dejando sólo algunos pasajes, que como dice la leyenda Mahoré era para proteger la isla de los intrusos extranjeros. Cuenta con una profundidad de entre 20-70 m y alberga una fauna y flora muy diversificada. Es un acuario natural donde podemos encontrar desde pequeños peces multicolores hasta ballenas, delfines, tortugas, etc. En el lago se puede practicar numerosas actividades marinas como la observación de fauna acuática, ski náutico, submarinismo (arrecife de corales), pesca deportiva, navegación, etc.

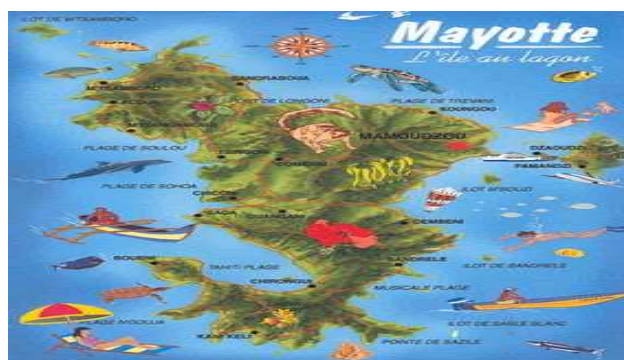


Figura 5.2. Mapa turístico de Mayotte

Fuente: <https://www.pinterest.com/pin/29794133156993736>

Este apartado ha sido elaborado gracias a las fuentes: Portail de l'Etat à Mayotte: <http://www.mayotte.pref.gouv.fr/> Île Mayotte: <http://www.ilemayotte.com/>



### 5.3. GASTRONOMÍA MAHORESA

La cocina Mahoresa ha sido influenciada por africanos, indios y europeos. Del norte de la india provienen las samosas. Este plato también se come en otras islas francesas como Isla Mauricio y La Reunión. Ver receta Anexo 5.

La cocina cotidiana es simple y poco variada. Dos especias importantes en la cocina mahoresa son la vainilla y la canela. Algo muy peculiar son los *mamas-brochettis* puestos de calle que venden brochetas de ternera o *mabawas* (alitas de pollo a la plancha), a buen precio.



Figura 5.3. Representación de los *mamas-brochettis* en un sello de Mayotte

Fuente: <http://www.delcampe.net/page/item/id.95531771,var.PAP-avec-timbre-Le-paille-en-queue-sur-papier-glace-satine-et-illust-Mayotte-Mamas-brochettis-carte.language.E.html>

El lago provee multitud de pescados y crustáceos: pulpo, mero, atún, cangrejo, barracuda, etc. Aunque el consumo de tortuga está prohibido debido a la gran demanda, se practica la pesca furtiva para servirla como aperitivo.

Algunas especialidades de Mayotte:

- Mataba: Es una de las grandes especialidades de Mayotte. Es un plato muy difícil de hacer y lleva mucho tiempo. Se realizan talleres diversos para aprender a elaborar este plato. Hojas comestibles de mandioca cocida en leche de coco, y pescado o carne desmenuzados.
- Pilao: Plato a base de arroz con trozos de pollo o carne y especias.
- Putu-Putu: Salsa muy picante servida en cada comida para realzar el gusto..
- Pescado Kakamoukou: Plato de pescado y arroz muy perfumado con especias.
- Raya Matsangou: Raya hervida con salsa de tomate, cebolla y ajos aderezada con pimienta, comino, azafrán y sal .Se sirve con banaba verde hervida.

Encontramos otras muchas especialidades elaboradas con frutas: Pollo con salsa de coco, croquetas de pulpo y bananas, pato a la vainilla y canela, etc.

En los mercados se puede encontrar el “jus de baobab et du trembo” zumo extraído de la palmera o del coco. Se bebe sin y con alcohol.

"Toda la fruta, verdura, condimentos tienen en común algo especial: la mayoría han crecido de manera tradicional, sin abono ni pesticidas" Reboul Charles (2005).

Se pueden encontrar una gran variedad de cervezas de entre las que destaca la Hipo 101, una cerveza elaborada localmente.

Las fuentes consultadas para la elaboración de este apartado han sido las páginas Webs: Cuisine de Mayotte et des Comores : <http://www.mayotte-cuisine.fr/> Île Mayotte: <http://www.ilemayotte.com/> y el libro: Reboul, Charles (2005): *Mayotte et sa cuisine*.

#### 5.4. TURISMO DE NATURALEZA Y GASTRONÓMICO EN MAYOTTE

Entre las actividades de naturaleza que se pueden realizar en la isla se destacan:

- Buceo en la reserva del Paso en S, llamado así la forma sinuosa y la reserva de Saziley, rico en corales y peces.
- Safari en las pequeñas islas desiertas, donde no se aprecian construcciones. Desde el barco se pueden ver delfines y tortugas, incluso ballenas en verano.
- Visitas al jardín botánico de Coconi, lleno de orquídeas y especies endémicas.
- Visitas a las plantaciones de ylang-ylang, son unas flores amarillas con forma de estrellas y 6 pétalos largos. Visita al eco museo de la vainilla y del Y-lang-Y-lang instalado en una casa de madera. A través de paneles informativos y fotos explican la historia de estas dos plantas tan emblemáticas de Mayotte. Guerlain utiliza estas flores para elaborar el aroma de sus perfumes.
- Senderismo. Existen 160 km de senderos por zonas forestales, recorridos fáciles que permiten observar la variedad de flora y fauna.
- Disfrutar de un baño en más de una centena de playas de arena blanca, negra u ocre.
- Lago Dziani, lago en el vestigio de un cráter de explosión que data de hace unos 10.000 años. La visita a este lago de cráter tiene un fácil acceso.
- Kayak y piragua por la costa o por los manglares para observar la fauna.
- Algunas actividades de aventura como la escalada, equitación, golf, helicóptero, ultraligero, etc.

En relación con el Turismo Gastronómico además de visitar el eco-museo de la vainilla se pueden realizar otras actividades como la visita a mercados agrícolas, asistir a jornadas o exposiciones gastronómicas y Ferias de Turismo. A continuación se detallan algunas de estas actividades.

La Asociación Mayotte Breizh, cuyo principal objetivo es promover la cultura y gastronomía del país, organizó el pasado 11 abril una jornada gastronómica en Lorient. Contó con una programación variada donde tuvo lugar una exposición sobre la isla de Mayotte, taller de máscaras y se pusieron a la venta galletas Mahorés.

En Coconi se celebra mensualmente el mercado agrícola donde se reúnen los productores más importantes de Mayotte. Se trata de un evento turístico cada vez más conocido donde los visitantes pueden descubrir la producción local.

La Asociación Sentidos y Sabores de Mayotte celebró el 4 de octubre de 2014 un concurso en el mercado agrícola de Coconi, para poner en valor los productos agrícolas, donde se eligió la producción local que participaría en el Salón de la Agricultura de París. El jurado de este concurso estaba compuesto por los mismos visitantes que probarían mermeladas, zumos de frutas y conservas para dar su opinión sobre el sabor, olor y textura. Esta asociación tiene por objetivo promover los productores de productos agroalimentarios y cosméticos Mahoré de calidad. Entre sus

iniciativas cabe mencionar los talleres de Mataba que organizan, para aprender hacer este plato según la receta tradicional y jornadas de Y-lang donde enseñan a cosechar y destilar las flores.



**ATELIER  
MATABA**  
16 MAI 2015

**Programme :**  
**07h30** RDV au Jardin Botanique de Coconi (BAR A JUS)  
**08h45** Début des travaux pratiques sur l'exploitation (cueillette des feuilles de manioc, préparation des cocos, ...)  
**10h30** Rafraîchissement  
**11h00** Préparation du mataba selon la recette traditionnelle  
**12h30** Voulu à base de produits issus de l'exploitation  
**Fin de la journée prévue à 17h00**

Participation :  
Enfant de moins de 12 ans : 10€ / Adulte : 25€

**Renseignements et inscriptions**  
Chadhuili - 0639 670 562  
ouanganiproduction@orange.fr

OUANGANI PRODUCTION

The poster features a central photograph of two women in traditional headwraps preparing green herbs in a large bowl. To the right, there is a smaller inset photo showing a group of people in a field. The text is arranged in a structured layout with bold headings and clear time slots.

Figura 5.4. Cartel de un taller de Mataba

Fuente: <https://www.facebook.com/saveursetsenteursdemayotte>

Anualmente se celebra en Mamoudzou el Salón del Turismo y Ocio de Mayotte. Cada año un nuevo tema acompaña a los exponentes, en su 3ª edición del 3-4 octubre de 2014, la temática fue el alojamiento. Organizado por el Comité de Turismo de Mayotte, obtuvo más de 10.000 visitantes. Entre sus diferentes espacios es imprescindible visitar la zona Tourisme gourmand donde exponen restaurantes, productos locales, agrícolas, biológicos, comida para llevar, etc. El principal objetivo de este salón es dinamizar las actividades de turismo y de ocio de Mayotte implicando a la población residente para que se conviertan en propios turistas de la isla.

En Mamoudzou también se celebra cada segundo sábado del mes la Exposición permanente Bweneso, organizada por el Comité de Turismo. Se trata de una exposición-venta del saber hacer de los artesanos de Mayotte que fabrican sus propios productos in situ. Los artesanos transforman los productos agrícolas en zumos, mermeladas, crean bisutería, perfumes, etc. El objetivo es dar valor y dar a conocer estos productos de Mayotte.

Mayotte fue premiada en 2010 por el concurso EDEN sobre el tema "Turismos y espacios acuáticos". Este concurso anual fue creado por la Comisión Europea para apoyar a la industria del turismo. Su resultado es la selección de "Destinos Europeos de Excelencia" de cada país participante, fomentando modelos de desarrollo de un turismo sostenible. Actualmente, Francia disfruta de una red nacional EDEN de 18 destinos turísticos de excelencia, por lo que cuenta con una gran diversidad cultural, histórica y gastronómica.

Datos extraídos de las páginas Webs: Mayotte Hebdo: <http://www.mayottehebdo.com/>  
Facebook : <https://www.facebook.com/saveursetsenteursdemayotte>  
Mayotte Breizh: <http://www.partenaire.remb.yt/>  
Mayotte : <http://www.mayotte-tourisme.com/>  
France-Voyage.com: <http://www.france-voyage.com/francia-guia-turismo/outr-mer-region.htm>

## **CAPÍTULO VI**

## PROMOCIÓN TURÍSTICA Y GASTRONÓMICA DE LOS DEPARTAMENTOS Y REGIONES DE ULTRAMAR DESDE LA METRÓPOLIS Y ESPAÑA

### 6.1. PRIMER SALÓN DE LA GASTRONOMÍA DE ULTRAMAR

Este Salón de la Gastronomía de Ultramar tuvo lugar por primera vez del 7 al 9 de febrero de 2015 en París, con el objetivo de promover la gastronomía de los territorios de ultramar que se encuentran repartidos por las Antillas, Océano Índico, Pacífico y América del Sur.

Ha sido fundado y organizado por Babette de Rozières, una conocida y reputada chef nacida en Guadalupe. Ha escrito varios libros de cocina y también participa en algunos programas de cocina en televisión, es una persona muy popular en Francia. Su entusiasmo por la gastronomía y atracción por los territorios de ultramar la ha llevado a proponer esta feria que tiene como proyecto la preservación y promoción del patrimonio culinario de ultramar. Se trata por tanto de dar a conocer estos lugares que están alejados del hexágono y donde su cultura y su patrimonio culinario son casi desconocidos por los mismos franceses que viven en la metrópolis.

En el salón han participado más de 100 chefs, productores y artesanos de ultramar. Cada jornada de la feria está dedicada a un producto: frutas y bebidas exóticas, verduras, pescados, crustáceos, etc.

Este salón de la gastronomía ha estado formado por más de 70 stands dedicados a la gastronomía y productos alimentarios, espacios restaurantes de la cocina local, demostraciones de los chefs, concursos, conferencias, animación y debates.

En los espacios restaurantes tenemos que destacar el restaurante la Casa de Babette donde se puede degustar la gastronomía antillana. Este año se ha podido degustar de forma gratuita la bebida local por excelencia de las Antillas, el Ti-Punch.

El salón ha resultado todo un éxito, con más de 15.000 visitantes. Este salón que tendrá lugar cada año ya tiene fecha prevista para el próximo año, del 12 al 15 febrero 2016, en París.



Figura 6.1. Cartel del 1º Salón de la Gastronomía de Ultramar

Fuente: <http://www.sortiraparis.com/loisirs/salon/articles/78011-le-1er-salon-de-la-gastronomie-des-oultre-mer>

Para la elaboración de este apartado se ha consultado las página Webs: Salon de la Gastronomie des Outre-Mer : <http://www.sagasdom.com/> Outre-Mer 1ère : <http://www.la1ere.fr/>

## 6.2. FIESTA DE LA GASTRONOMÍA FRANCESA

Francia celebra la Fiesta de la Gastronomía Francesa después de que el 16 de noviembre de 2010, la Unesco incluyera dicha gastronomía como Patrimonio Mundial Inmaterial de la humanidad. Esta fiesta se celebra de forma anual a nivel nacional e internacional, en las grandes ciudades, barrios, metrópolis, ultramar, etc.

En cada edición del festival se aborda un tema diferente. En 2014 la temática se centró en la importancia de la transmisión de tradiciones de una generación a otra, de un oficio, etc. El tema se denominó “amor en el detalle y del saber hacer. En 2015 el tema elegido es “Creatividad y Audacia”.

En este festival, chefs y restaurantes crean menús especiales, se pueden intercambiar recetas, realizar degustaciones, banquetes populares, exposiciones, conferencias y animación.

Esta fiesta tiene una dimensión plural: económica, social, turística y cultural. Su éxito se confirma año tras año. En 2014 generó 9.291 eventos por toda Francia y 232 iniciativas en el extranjero. Más de 1.800.000 visitantes y en la última edición participaron cerca de 280.000 profesionales.

La fiesta es un Proyecto estratégico para Francia y para la valoración de su patrimonio. Es un momento festivo donde todos los franceses y extranjeros están invitados a participar. Con esta fiesta se pretende valorar la excelencia del saber-hacer francés, abrir nuevas oportunidades tanto a los profesionales como aficionados, poner en valor la calidad de los productos y crear una oferta turística gastronómica para el país.



Figura 6.2. Cartel Fiesta de la Gastronomía 2015

Fuente: <http://www.economie.gouv.fr/fete-gastronomie/accueil>

La información de este apartado se ha extraído de las páginas Webs: Le portail de l'économie et des finances : <http://www.economie.gouv.fr/> Direction Générale des entreprises : <http://www.entreprises.gouv.fr/>

### 6.2.1. Fiesta de la Gastronomía Francesa en los Departamentos de Ultramar.

La Fiesta de la Gastronomía Francesa también se celebró en los 5 Departamentos de Ultramar. Guayana lo celebró en su capital Cayenne, St Laurent du Maroni y algunos lugares más. En Cayenne fue organizado por el Comité de Turismo de Guayana. Se pudieron degustar especialidades amerindias y criollas. Tanto los kioscos ambulantes como los restaurantes ofrecieron degustaciones de gastronomía local a buen precio.



Figura 6.2.1. Cartel Fiesta de la Gastronomía en Cayenne, Guayana.

Fuente: <http://www.guyaweb.com/agenda/fete-de-la-gastronomie/>

### 6.2.2. Fiesta de la Gastronomía Francesa en Madrid.

Esta fiesta tuvo lugar en Madrid del 26 y el 28 de septiembre 2014, con más de 8.000 actos organizados para poner en valor el saber-hacer francés. Con motivo de la cuarta edición de la Fiesta de la Gastronomía en toda Francia se celebró la 1ª edición de la Semana de la Gastronomía Francesa en Madrid del 25 de septiembre al 4 de octubre de 2014. La semana gastronómica fue organizada por el Gobierno francés con el objetivo de fomentar uno de los pilares principales de la cultura francesa. Se puso en marcha la Ruta Gastronómica por Madrid donde los restaurantes franceses ofrecían degustaciones de menús a buen precio.

Para elaborar este apartado se ha consultado la siguiente página Web: Embajada de Francia en Madrid: <http://www.ambafrance-es.org/>

### 6.3. SALÓN INTERNACIONAL DE LA AGRICULTURA

El Salón Internacional de la Agricultura de París, es una cita anual donde participan los mejores profesionales y especialistas del sector. Cuentan con más de 1.000 expositores procedentes de 40 países y cerca de 4.000 animales.

El Salón Internacional de la Agricultura se compone de 4 secciones:

- La ganadería y sus sectores.
- Los productos gastronómicos franceses y extranjeros, que presentan un recorrido por las principales tradiciones culinarias francesas y permiten descubrir nuevos sabores en el espacio "agriculturas y delicias del mundo".
- Los cultivos y las industrias vegetales, la madera, las plantas y las flores.
- Los servicios y oficios de la agricultura.

El salón también incluye el Concurso General Agrícola. Este concurso selecciona y premia los mejores productos y vinos franceses y a los mejores animales reproductores. Debido a que está bajo el control del estado y sigue una rigurosa selección, este concurso es conocido y reconocido por su imparcialidad y el valor de sus resultados. En este concurso General Guadalupe ha obtenido 16 medallas por sus rones y ponches frente a las 27 de Martinica.

RONES Y PONCHES	MARTINICA	GUADALUPE
Medalla oro	11	5
Medalla plata	12	6
Medalla bronce	4	5
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>16</b>

**Tabla 6.3. Medallas concedidas en el Concurso General Agrícola de 2014**

**Fuente:** Elaboración Propia con los datos publicados en [http://www.concours-agricole.com/palmares\\_departement.aspx](http://www.concours-agricole.com/palmares_departement.aspx)

Indicar que este Salón anual tendrá lugar del 26 de febrero al 6 de marzo de 2016, en las instalaciones del recinto ferial Paris Porte de Versailles, en la capital francesa.



**Figura 6.3. Stands de Guadalupe en el Salón Internacional de la Agricultura**

**Fuente:** <http://www.fxgpariscaraibe.com/2015/02/salon-de-l-agriculture-2015-quadeloupe.html>

El stand de Guadalupe es como una vitrina donde muestra su diversidad gastronómica como rones, miel, café, azúcar, fruta, etc. Presenta como innovación un vino seco con gas y sabor a banana.

Datos extraídos de la fuente: Salon International de l'agriculture : <http://www.salon-agriculture.com/>

#### **6.4. FAITOUTS CRÉOLES**

La Asociación de Desarrollo y Promoción de la Cocina Tradicional, del Arte de la Mesa Créole en Europa y la Organización de Eventos, organiza cada año Les Faitouts Créoles. Un salón compuesto por más de 40 stands dedicados principalmente a la gastronomía, talleres de demostraciones y artes de la mesa, stands de cosmética, artesanos y flores.

El 24 de mayo de 2015 tendrá lugar la VI edición en Drancy (Isla de Francia), como todos los años. El conjunto de stands dedicados a la gastronomía deberán representar las 5 regiones de Ultramar, además de Isla Mauricio y Haití (el invitado honor para ese año). Cada edición se realiza en torno a un producto, este año se intenta poner en valor el boniato (patata douce) y al menos un plato de los propuestos debe llevar este ingrediente. Los organizadores valoran este evento como un incentivo para el turismo dado que se considera como el mejor método para promover y descubrir una región.

Fuente consultada: Le Journal De Mayotte : <http://lejournaldemayotte.com/>



## **CAPÍTULO VII**

### **RESULTADOS, ANÁLISIS Y DISCUSIÓN**

Una vez finalizado el cuerpo teórico del proyecto, donde se ha plasmado toda la información de los departamentos y regiones de ultramar necesaria para este estudio, procedemos a mostrar los resultados para su posterior análisis. Los resultados encontrados son los siguientes:

- Las características de los recursos naturales de los departamentos y regiones de ultramar son idóneas para la práctica de actividades turísticas relacionadas con la gastronomía.
- En los departamentos de ultramar el turista puede combinar actividades de naturaleza con otras actividades turísticas como son las gastronómicas.
- La combinación de actividades de naturaleza con actividades gastronómicas crean sinergias positivas que pueden ayudar a mejorar la competitividad del destino.
- El turismo gastronómico permite recuperar y/o perpetuar en el tiempo las tradiciones culturales relacionadas con la gastronomía.
- El turismo de naturaleza favorece la conservación de los recursos naturales.
- La cultura gastronómica pone en valor los productos locales.
- La promoción turística y gastronómica de los departamentos de ultramar tanto dentro como fuera de estos territorios es imprescindible para la buena marcha del sector.

A continuación mostramos el análisis personal de los resultados mencionados anteriormente.

Consideramos que las características propias de los departamentos de ultramar deberían permitir por sí mismas no solo la potenciación del turismo de naturaleza sino del turismo gastronómico y con ello de la cultura y productos locales de estos lugares. Las características de los recursos naturales y el clima hacen posible el fomento de las actividades de naturaleza, deportivas y de aventura.

Recordando la definición de turista de naturaleza encontramos que se siente atraído por nuevas experiencias, por la autenticidad de los lugares, pudiéndolas disfrutar en los mercados de frutas y verduras y/o fiestas tradicionales culinarias, como podría ser la Fiesta del cangrejo en Guadalupe. Estas fiestas se han convertido en un incentivo importante para el turista a la hora de elegir un destino turístico.

La promoción turística de estos territorios ha sido llevada a cabo a través de las ferias y salones nacionales e internacionales, cabe destacar que este año ha sido la primera vez que se ha realizado un Salón Internacional de la Gastronomía de Ultramar en París. Eso quiere decir que estos lugares han visto la necesidad de promoción en el exterior porque entienden que cuentan con una rica y variada gastronomía pero si no son conocidos fuera no pueden aumentar el número de visitantes o alargar la estancia del turista. Necesitan ser destinos más competitivos.

La Reunión parece que ha entendido bien este concepto pero sólo a nivel local, ya que ha creado un calendario por meses de fiestas en torno a la producción local con el objetivo de fomentar los productos de la tierra, aumentar ingresos y atraer turistas. Igualmente las oficinas de turismo y asociaciones culturales ponen en marcha

festivales o fiestas que se celebran anualmente. Algunos de estos eventos se llevan celebrando más de 20 años ya que ello les ayuda a no perder sus tradiciones. Están claramente enfocados al turista porque suelen llevar adjunto un programa de animación tanto para niños como para adultos. Además normalmente hacen partícipes a los turistas de estas actividades.

Cuando decimos gastronomía no sólo nos referimos a los productos locales, platos y especialidades sino también a visitas de museos (ron, vainilla, cerveza, etc.), mercados de verduras y frutas y tradiciones culinarias.

Creemos que el turismo gastronómico debe ser valorizado en estos lugares porque aparte de contar con una cocina muy diversa y atractiva suelen utilizar productos de calidad, la prueba es que algunos de ellos son reconocidos en el concurso general agrícola del Salón Internacional de la Agricultura, como es el caso del ron.

## CAPÍTULO VIII

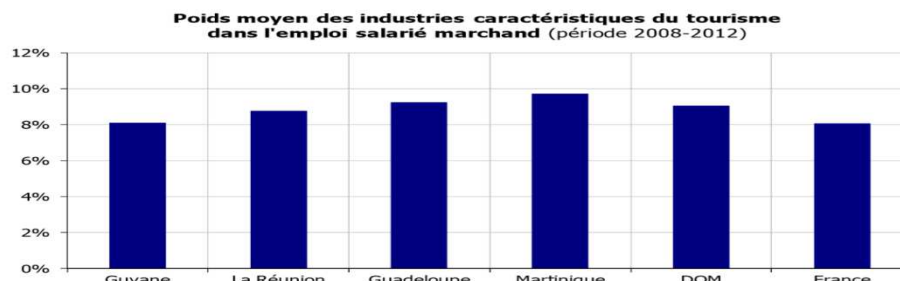
### CONSIDERACIONES FINALES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El turismo gastronómico es una modalidad de turismo que ayuda a diversificar la oferta turística. Con esta estrategia de diversificación de la oferta se intenta que el visitante cuente con más de una motivación para elegir un destino turístico. El turismo gastronómico suele ir unido al turismo de sol y playa pero, tal y como se muestra en este estudio, también se integra perfectamente con otras modalidades como el turismo de naturaleza. Con la diversificación de la oferta se persigue el aumento de la oferta turística.

El turista además de disfrutar del sol y playa, de las actividades deportivas y de naturaleza puede aprovechar para conocer la cultura y modo de vida de un lugar a través de la gastronomía. Además de degustar nuevos productos, frutas tropicales, especias, etc. también puede conocer e incluso participar en tradiciones que giran en torno a la cultura gastronómica. Los turistas se sienten atraídos por este tipo de tradiciones, convirtiéndose en algunos lugares en un reclamo turístico.

El Turismo gastronómico también puede combatir la estacionalidad de algunos destinos. Algunos destinos de sol y playa o de naturaleza debido a las condiciones climáticas no son atractivos para el viajero en ciertos períodos del año. Sin embargo se puede complementar con otra modalidad turística, en este caso la gastronomía, para hacer este destino atractivo durante todo el año y así ayudar a incrementar el número de visitantes en la temporada baja.

Para concluir debemos comentar, tal y como acabamos de analizar, que el turismo gastronómico como complemento del turismo de naturaleza ofrece ventajas relevantes para todos los actores del turismo. Beneficia tanto a la oferta como a la demanda turística. A parte de ayudar a diversificar la oferta y a la desestacionalización también ofrece algunas ventajas a las poblaciones locales ya que actúa como dinamizador de la economía local, generando empleo, mejorando el nivel de vida de las poblaciones, creando nuevas infraestructuras, formando los habitantes, etc. En la siguiente gráfica se puede observar el peso que tiene la industria turística en el empleo en Guayana, Reunión, Guadalupe y Martinica en el período 2008-2012. Cuentan con una media del 9.1% frente al 8.1% de la metrópolis.



Source : Base de données Séquoia de l'Acoss et des Urssaf

**Tabla: 8.1. Peso medio de la industria turística en el empleo**

Fuente: [http://www.iedom.fr/IMG/pdf/note\\_ie\\_le\\_tourisme\\_outre-mer\\_-\\_mars\\_2015.pdf](http://www.iedom.fr/IMG/pdf/note_ie_le_tourisme_outre-mer_-_mars_2015.pdf)

Finalmente enumeramos una serie de recomendaciones con el objetivo de mejorar la industria turística de estos departamentos y regiones de ultramar:

1. Llevar a cabo una estrategia de enfoque: Como demuestran las cifras del estudio publicado en la página Web [http://www.iedom.fr/IMG/pdf/note\\_ie\\_le\\_tourisme\\_outre-mer\\_-\\_mars\\_2015.pdf](http://www.iedom.fr/IMG/pdf/note_ie_le_tourisme_outre-mer_-_mars_2015.pdf), la mayoría de los visitantes de los departamentos y regiones de ultramar son franceses residentes en la metrópolis que gastan poco en la industria turística. En la gráfica que mostramos a continuación, podemos observar que en 2012 la mayoría de llegadas provinieron de la metrópolis, siendo Guadalupe y La Reunión los lugares más visitados, casi triplicando el número de llegadas de Guayana. Sin embargo en Martinica la duración de la estancia es de una noche más que en Guadalupe y de dos más que en Reunión.

**Hôtellerie de tourisme en France d'outre-mer : arrivées, nuitées, durée moyenne de séjour**  
Selon le DOM fréquenté en 2012

	Arrivées			Nuitées				Durée moyenne de séjour (en nuitées)			
	Total (en milliers)	Français	Étrangers	Total (en milliers)	Français		Étrangers		Total	Français	Étrangers
					En milliers	Part (en %)	En milliers	Part (en %)			
Guadeloupe	411	345	65	1 372	1 118	81,5	254	18,5	3,3	3,2	3,9
Martinique	292	267	26	1 277	1 136	88,9	141	11,1	4,4	4,3	5,5
Guyane	120	106	14	349	284	81,3	65	18,7	2,9	2,7	4,7
Réunion	384	341	44	825	727	88,1	98	11,9	2,1	2,1	2,3
<b>Total</b>	<b>1 207</b>	<b>1 059</b>	<b>149</b>	<b>3 825</b>	<b>3 266</b>	<b>85,4</b>	<b>559</b>	<b>14,6</b>	<b>3,2</b>	<b>3,1</b>	<b>3,8</b>

Source : Insee, Dgcis, EFH.

**Tabla 8.2.: Gráfica sobre las llegadas, noches y duración media de la estancia de Guadalupe, Martinica, Guayana y Reunión.**

Fuente: <http://www.entreprises.gouv.fr/etudes-et-statistiques/memento-tourisme-edition-2013-0>

El objetivo de esta estrategia consistiría en captar otros segmentos de mercados a través de la promoción de estos destinos en mercados emisores de turistas distintos a la metrópolis, priorizando los mercados emergentes.

2. Mejorar la imagen en el exterior ampliando la oferta turística en internet y la reputación online.
3. Impulsar la competitividad de las empresas y destinos turísticos a través de la elaboración de un Plan Estratégico de Marketing con el objetivo de aumentar la rentabilidad del sector turístico.

Para la elaboración de este apartado se han utilizado las páginas Web <http://www.culinary-tourism.com/es/site/antecedentes>.

---

## Bibliografía

---

### Citas de libros:

- Albin Michel (1999): *Guyane: Produits du terroir et recettes traditionnelles*. Conseil national des arts culinaires.
- Alibert Pierre (1999): *La cuisine de l'océan Indian: Madagascar, Ile Maurice, Mayotte, Ile de La Réunion, Seychelles*. Ed.Orphie G.Doyen.
- Reboul, Charles (2005): *Mayotte et sa cuisine*. Comité du Tourisme.

### Internet

- Americas: <http://www.americas-fr.com/es/historia/quayana.html> (Consultado: 27/04/15).
- Atout France: <http://atout-france.fr/content/tourisme-des-outr-mer> (Consultado 17/06/15).
- Cuisine à la française : <http://www.cuisinealafrancaise.com/> (Consultado 22/04/15).
- Cuisine de Mayotte et des Comores : <http://www.mayotte-cuisine.fr/cuisine.htm> (Consultado : 09/05/15).
- Culinary Tourism: <http://www.culinary-tourism.com/es/site/antecedentes> (Consultado 16/06/15).
- Delcampe.net: <http://www.delcampe.net/page/item/id,95531771,var,PAP-avec-timbre-Le-paille-en-queue-sur-papier-glace-satine-et-illust-Mayotte-Mamas-brochettis-carte,language,E.html> (Consultado: 15/06/15).
- Délices de Guyane : <http://www.delices-de-guyane.fr/> (Consultado: 27/04/15).
- Destination Sud Réunion : <http://www.sud.reunion.fr/sortir-faire-la-fete/fetes-et-festivals.html> (Consultado : 02/05/15).
- Direction Générale des entreprises : <http://www.entreprises.gouv.fr/secteurs-professionnels/fete-la-gastronomie-2014> (Consultado: 13/05/15).
- Domaine de Vanibel : <http://www.vanibel.fr/index.php?lng=fr> (Consultado: 10/03/15).
- Embajada de Francia en Madrid: <http://www.ambafrance-es.org/Fiesta-de-la-gastronomia-francesa> (Consultado: 13/05/15).
- Facebook : <https://www.facebook.com/saveursetsenteursdemayotte> (Consultado: 04/05/15).
- Fédération des Yoles Rondes : <http://www.yoles-rondes.net/fyrm2/index.php/bouton-menu-le-tour> (Consultado: 13/02/15).
- Fédération Régionale des Acteurs en Promotion de la Santé, Guyane : <http://www.gps.gf/calendrier/conference-debat-les-legumes-et-fruits-qui-soignent-mediathèque-matoury/> (Consultado: 27/04/15).
- France.fr. Sitio oficial de Francia: <http://www.france.fr/es/regiones-y-metropolis/geografia-la-francia-de-Ultramar.html> (Consultado: 19/01/15).

- 
- France-Voyage.com: <http://www.france-voyage.com/francia-guia-turismo/outre-mer-region.htm> (Consultado: 19/01/15).
  - French frogs: <http://frenchfrogs.fr/methodes-pour-apprendre-le-francais/apprendre-le-francais-en-rencontrant-des-francophones-1-les-francophones-de-france/> (Consultado: 11/02/15).
  - Guide Réunion : <http://www.guide-reunion.fr/ile-de-la-reunion/cuisine-creole/> Consultado : 30/04/15).
  - Guyane Amazonie.fr : <http://www.tourisme-guyane.com/incroyable-guyane/nature/sejour-nature-en-amazonie-francaise.html> (Consultado: 25/04/15).
  - Île de la Réunion: <http://www.reunion.fr/> (Consultado: 01/05/15).
  - Île Mayotte: <http://www.ilemayotte.com/> (Consultado: 06/05/15).
  - Îles du sud Guadeloupe : <http://www.ilesdusudguadeloupe.com/commission-ids/87-agenda/107-la-fete-du-cabri-a-la-desirade-fet-a-kabrit> (Consultado 22/04/15).
  - Institut d'Émission des Départements d'Outre-Mer: [http://www.iedom.fr/IMG/pdf/note\\_ie\\_le\\_tourisme\\_outre-mer\\_-\\_mars\\_2015.pdf](http://www.iedom.fr/IMG/pdf/note_ie_le_tourisme_outre-mer_-_mars_2015.pdf) (Consultado 15/06/15).
  - Institut national de la statistique et des études économiques : <http://www.insee.fr/fr/methodes/default.asp?page=definitions/departement-outre-mer.htm> (Consultado 22/04/15).
  - Instituto de estudios turísticos: <http://www.iet.tourspain.es/img-iet/revistas/ret-169-170-2006-pag7-38-97560.pdf> (Consultado: 15/06/15).
  - Isla Reunión: <http://www.islareunion.com/gastronomia-de-ista-reunion/18/03/2007> Consultado : 30/04/15).
  - La fête du crabe édition 2015 : <http://www.feteducrabe.com/> (Consultado: 16/03/15).
  - La Guyane: <http://www.la-guyane.com/gastronomie.html> (Consultado: 28/04/15).
  - La Maison du Cacao Guadeloupe : <http://www.maisonducacao.fr/> (Consultado: 16/03/15).
  - La Martinique : <http://www.lamartinique.ca/rums/> (Consultado: 13/02/15).
  - La Saga du Rhum : <http://www.sagadurhum.fr/-le-musee-.html> (Consultado: 02/05/15).
  - Laguadeloupe.com: <http://www.laguadeloupe.com/guadeloupe-evenements.php> (Consultado : 13/03/15).
  - L'aménagement linguistique dans le monde: <http://www.axl.cefan.ulaval.ca/amsudant/guyanefr3.htm> (Consultado: 24/04/15).
  - Le portail de l'économie et des finances : <http://www.economie.gouv.fr/fete-gastronomie/accueil> (Consultado : 11/05/15).
  - Le portail de la Guyane : <http://www.guyane.fr/cuisine-creole> (Consultado: 24/04/15).
  - Le portail de la Martinique : <http://www.martinique.fr/cuisine-et-saveurs> (Consultado : 13/02/15).

- Le Réseau agrotourisme de la Réunion : <http://www.agrotours-reunion.com/fetes-agricoles-reunion.php> Consultado: 30/04/15).
- Les Îles de Guadeloupe: <http://www.lesilesdeguadeloupe.com/> (Consultado: 13/03/15).
- Les Outre-Mer : <http://www.outre-mer.gouv.fr/?-decouvrir-l-outre-mer-.html> (Consultado: 19/01/15).
- Martinique Gourmande : <http://www.martiniquegourmande.ca/us/speciaux-us.htm> (Consultado : 13/02/15),
- Mayotte Breizh: <http://www.partenaire.remb.yt/?p=1> (Consultado: 04/05/15).
- Mayotte : <http://www.mayotte-tourisme.com/fr/accueil/le-salon-du-tourisme-de-mayotte.html> (Consultado: 04/05/15).
- Overblog: <http://www.fxgpariscaraibe.com/2015/02/salon-de-l-agriculture-2015-guadeloupe.html> (Consultado: 15/03/15).
- Palmarès du concours général agricole 2014: [http://www.concours-agricole.com/documents/pdf/2014\\_DEP\\_971.pdf](http://www.concours-agricole.com/documents/pdf/2014_DEP_971.pdf) (Consultado: 08/05/15).
- Pinterest: <https://www.pinterest.com/pin/29794133156993736/> (Consultado: 04/05/15).
- Portail de l'Etat à Mayotte: <http://www.mayotte.pref.gouv.fr/Decouvrir-Mayotte/Geographie> (Consultado: 04/05/15).
- Région Guyane : <https://www.cr-guyane.fr/salon-du-tourisme-des-loisirs-2014/> (Consultado: 28/04/15).
- Rendezvousenfrance.com. Página oficial de Turismo de Francia: <http://www.es.rendezvousenfrance.com/> (Consultado: 20/01/15).
- Réunionnais du monde : <http://www.reunionnaisdumonde.com/spip.php?article16305> (Consultado: 30/04/15).
- Rhums et Maurice : <http://www.rhumssaintmaurice.com/#!nos-rhums> (Consultado: 06/05/15).
- Routard.com : <http://www.routard.com/> (Consultado: 13/03/15).
- Salon de la Gastronomie des Outre-Mer : <http://www.sagasdom.com/> (Consultado 20/02/15).
- Salon du chocolat : <http://www.salonduchocolat.fr/exposants.aspx> (Consultado: 10/03/15).
- Salon International de l'agriculture : <http://www.salon-agriculture.com/Exposant-et-Presses/Exposer-au-Salon-International-de-l-Agriculture> (Consultado: 08/05/15).
- Significados: <http://www.significados.com/gastronomia/> (Consultado: 15/06/15).
- Vie Publique : <http://www.vie-publique.fr/decouverte-institutions/institutions/collectivites-territoriales/categorie-collectivites-territoriales/que-sont-departements-regions-outre-mer.html> Consultado: 13/03/15).
- Ville de La Trinité: <http://www.mairie-latrinite.fr/trempage-show-16eme-edition/> (Consultado: 17/02/15).

### Prensa digital

- Guyane 1ère: <http://guyane.la1ere.fr/2013/04/08/le-ramboutan-dans-tous-ses-etats-25185.html> (Consultado: 29/04/15).
- Le Journal De Mayotte : <http://lejournaldemayotte.com/societe/faitouts-creoles-a-vos-marmites/> (Consultado 06/05/15).
- Martinique 1ère : <http://martinique.la1ere.fr/2014/07/06/ils-ont-devore-le-trempage-167229.html> (Consultado: 11/03/15).
- Mayotte Hebdo: [http://www.mayottehebdo.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=271:le-terroir-mahorais-en-test-a-coconi&catid=73&Itemid=249](http://www.mayottehebdo.com/index.php?option=com_content&view=article&id=271:le-terroir-mahorais-en-test-a-coconi&catid=73&Itemid=249) (Consultado: 06/05/15).
- Nancy Roc: <http://nancyroc.com/guadeloupe-6e-edition-du-festival-de-la-gastronomie>
- Outre-Mer 1ère : <http://www.la1ere.fr/2015/02/07/le-succes-de-la-premiere-journee-du-salon-de-la-gastronomie-outre-mer-228049.html> (Consultado: 20/02/15).
- Zinfos974.com: [http://www.zinfos974.com/Good-France-La-gastronomie-en-fete-La-Reunion-participe-a-l-evenement\\_a82782.html](http://www.zinfos974.com/Good-France-La-gastronomie-en-fete-La-Reunion-participe-a-l-evenement_a82782.html) (Consultado: 30/04/15).

### Revista digital

- Casa de Francia Digital : [http://www.casadefranciadigital.org.mx/viajesyrostros\\_articulo.php?i=1363](http://www.casadefranciadigital.org.mx/viajesyrostros_articulo.php?i=1363) (Consultado: 13/03/15).
- Revistaiberica.com: <http://www.revistaiberica.com/isla-reunion/> (Consultado: 28/04/15).
- Viajerosonline.org: <http://viajerosonline.org/component/content/article/478-islas-del-caribe/5583-martinica-informacion-turistica-y-guia-de-viaje-de-martinica.htm> (Consultado: 16/03/15).
- Viajerosonline.org: <http://www.viajerosonline.org/component/content/article/478-islas-del-caribe/5494-guadalupe-informacion-turistica-y-guia-de-viaje-de-guadalupe.html> (Consultado: 15/03/15).
- Hosteltur.com: [http://www.hosteltur.com/121860\\_turismo-gastronomico-oportunidad-revitalizar-diversificar-oferta.html](http://www.hosteltur.com/121860_turismo-gastronomico-oportunidad-revitalizar-diversificar-oferta.html) (Consultado: 15/06/15).

### Leyes

- Le Service Public de la Diffusion du droit : <http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000000868445> (Consultado : 13/03/15).



## Anexos

---

Se ha optado por incluir una receta local de cada uno de los departamentos en los anexos. Las recetas que se han elegidos son las especialidades más populares y frecuentes de cada lugar, siendo algunas de ellas platos de bienvenida.

### **ANEXO 1: RECETA LE BLANC-MANGER COCO**

**Receta para 6 personas.**

**Ingredientes:**

- 25 cl de leche - 20 cl nata para montar
- 20 cl de nata - 40 cl de leche de coco
- 3 claras de huevos
- 100 g de azúcar de caña
- 5 hojas de gelatina

**Elaboración:**

1. Poner las hojas de gelatinas en agua fría para ablandarlas.
2. Se hierva la leche y la nata.
3. Echar la azúcar, los huevos y las hojas de gelatinas escurridas. Mezclar bien.
4. Añadir la leche de coco (podemos añadir un poco de ron blanco).
5. Dejarlo al menos 2 horas en el frigorífico en moldes individuales.
6. Acompañarlo con un zumo de mango o una ensalada de frutas exóticas.



**Figura Anexo 1.1. Blanc-manger coco**

**Fuente:** <http://www.martinique.org/le-blanc-manger-coco#sthash.Lgn1VHE9.dpuf>

## ANEXO 2: RECETAS ACRAS DE BACALAO

Receta para 4-6 personas.

Preparación: 30 minutos - Cocción: 10 minutos.

Ingredientes:

- 250 g de bacalao desalado
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 1 chile
- 1 ramillete de perejil
- 250 g de harina
- 2 huevos
- 5 cl de leche
- 1 bolsa de levadura química
- 1 pellizco de sal

Elaboración:

1. Retirar las raspas del bacalao, y triturar la carne.
2. Triturar la cebolla, el ajo, el chile y el perejil, y añadirlos al bacalao..
3. Mezclar la preparación con la harina, y los huevos. Por fin, verter la leche y añadir una pizca de sal.
4. Freír bolitas de pasta en una freidora durante unos minutos, hasta que las croquetas estén bien doradas.
5. Colocar los buñuelos encima de papel absorbente, en cuanto se saquen del baño de aceite, para eliminar el exceso de grasa.
6. Una vez escurridos, se sirven inmediatamente con rodajas de lima y una salsa aderezada con tomate, jengibre y pimentón. Para comer como entrante o en el aperitivo con un ponche.



Figura Anexo 2.1. Accras de Bacalao

Fuente: <http://www.france.fr/es/gastronomia/acras-de-bacalao.html>

## ANEXO 3: RECETA BOUILLON D'AWARA

**Receta para 10 personas.**

**Ingredientes :**

- 2 kg de pulpa de áwara
- 500 g de ternera en trozos
- 500 g panceta ahumada
- 500 g cola de cerdo
- 500 g jamón
- 500 g pescado ahumado
- 500 g pollo asado
- 500 g cerdo asado
- 500 g gambas
- 1 kg judías verdes
- 1 kg espinacas
- 500 g pepinos
- 1 kg col verde o blanca
- 500 g pepinos picantes
- 500 g berenjenas

**Elaboración:**

1. Poner en agua todos los salazones (menos la panceta) la noche anterior y cambiar el agua por la mañana. Después dejar dos horas más en agua limpia.
2. Diluir la pulpa d'áwara en agua caliente.
3. Poner los salazones en el zumo y dejar cocer 2 horas a fuego lento.
4. Cocer la col, después incorporarla al caldo con las otras verduras cortadas en trozos menos las espinacas. 6-7 horas de cocción en total.
5. Añadir los crustáceos y el pescado ahumado en el último momento.



**Figura Anexo 3.1. Bouillon d'áwara**

Fuente: <http://www.la-guyane.com/gastronomie.ht>

## ANEXO 4: RECETA ROUGAIL DE SALCHICHA

El rougail de salchicha es un plato aromático cocinado a fuego lento. Es el plato más conocido de los rougails. Se elabora con salchichas criollas, frescas o ahumadas, poco grasas. El nombre de rougail procede del idioma tamil, originario de la India y muy hablado en Isla Reunión. Además del rougail de salchicha con una salsa muy roja y bien espesa, existe también el rougail acecinado con pescado o pollo ahumado, el rougail de bacalao o de gambas..

**Preparación: 30 min - Cocción: 20 minutos.**

**Receta para 4-6 personas.**

### Ingredientes:

- 1 kg de salchichas
- 3 cucharadas soperas de aceite
- 2 cebollas
- 2 dientes de ajo
- 1 trozo de jengibre
- 1 kg de tomates
- 1 cc de cúrcuma
- 1 chile

### Elaboración:

1. Rehogar en aceite las salchichas cortadas en rodajas. Reservar.
2. Pelar y cortar la cebolla, chafar el ajo y saltearlos en el aceite de las salchichas, con cúrcuma.
3. Reducir el fuego después de añadir los tomates, cortados en dados, y las salchichas.
4. Añadir el chile chafado y el jengibre rallado, y dejar cocer a fuego lento 10 minutos.



**Figura 4.1. Rougail de salchicha**

**Fuente:** <http://www.france.fr/es/gastronomia/el-rougail-salchicha.html>

## ANEXO 5: RECETA SAMOSAS DE CARNE

Pasta crujiente rellena de carnes, pescados, quesos o verduras envueltos en hojas de pasta de arroz o de trigo. Las samosas siempre son muy condimentadas: pimentones, especias como el cilantro y la cúrcuma y en ocasiones pastas de curri. Tras freírlos en aceite, se sirven como entrantes o en el aperitivo como tapas.

**Preparación: 30 min - Cocción: 30 minutos**

**Receta para 12 samosas.**

### Ingredientes:

- 6 hojas de brick
- 200 g de buey picado
- 3 chalotes
- 2 cebolletas
- 1 trozo de jengibre
- 1 pizca de polvo de pimienta de Cayena
- 1 cucharada sopera de aceite de oliva
- Aceite de freír

### Elaboración:

1. Saltear la carne en aceite de oliva.
2. Añadir el chalote y el jengibre, las cebolletas cortadas y la pimienta.
3. Cortar cintas en las hojas de brick, y rellenarlas con la preparación a base de carne. Plegarlas en triángulos.
4. Freír los samosas en un wok, girándolos para que se doren bien de ambos lados.
5. Colocar los samosas encima de papel absorbente, para esponjar el exceso de aceite, antes de servir.



**Figura Anexo 5.1. Samosas**

Fuente: <http://www.france.fr/en/regions-and-cities/mayotte-preserved-archipelago.html>