



Ilustraciones: Bernardo Campos

Consejo Editorial

Raúl Murrieta Cummings
Elizabeth Vilchis Pérez
Gerardo Alejandro Ruiz Martínez
Demetrio Castañeda Pacheco
Claudia Marizú Martínez Jiménez

Editor

Arturo Hurtado Ayala

Reportajes y Fotografía

Cristina Rodríguez Gutiérrez
Anabel Díaz Fabila

Diseño y Distribución

Gerardo Mercado Hernández

Reconocer: Órgano informativo de los servidores públicos del Poder Ejecutivo, es editado por la Dirección General de Innovación y se terminó de imprimir en septiembre de 2009. Distribución gratuita. Tiraje: 12,000 ejemplares. Domicilio de la publicación: Lerdo poniente 101, Edificio Plaza Toluca, 1er. piso, Col. Centro, Toluca, México, C.P. 50000. Teléfonos: (722) 214 0488, 214 8582 y fax 215 8923. Correo electrónico: reconocer@domex.gob.mx. Número de autorización del Consejo Editorial de la Administración Pública Estatal: CE:203/5/01/09. Esta revista fue impresa en los talleres de Jano S.A. de C.V., Lerdo poniente 864, Colonia Electricistas, C.P. 50040, Toluca, México.

2 Editorial

3 Ser mexiquenses nos debe llenar de orgullo. Guadalupe Monter Flores, Secretaria de Turismo

6 Pueblos con encanto del Bicentenario

15 El placer de los sentidos

16 Sabores mexiquenses

20 Hoteles ISSEMyM

23 Destinos de magia y aventura

24 Siete rutas para la aventura

29 Monarca, el alma del bosque

Impulso al turismo mexiquense

El Gobierno del Estado de México trabaja diariamente para ofrecer mejores condiciones de vida a los mexiquenses, a través de acciones y estrategias específicas, que están enfocadas a fortalecer la economía estatal.

En un contexto de crisis financiera mundial, acentuada en México por los efectos de la epidemia de la influenza AH1N1 que tuvieron importantes repercusiones económicas en la entidad mexiquense, la presente administración constituyó el Consejo Estatal para la Reactivación del Turismo, en el que participan autoridades de la secretaría del ramo, empresarios, prestadores de servicios y representantes de organismos sociales.

Asimismo, a través de la Secretaría de Turismo se presentó el Plan de Acciones Inmediatas, conformado por ocho vertientes que prevén la promoción, oferta turística por regiones, impulso al turismo de negocios para aprovechar la infraestructura carretera, hotelera y restaurantera; ferias mexiquenses de turismo y viajes, así como un trabajo coordinado con las diversas dependencias del gobierno estatal.

Aunado a este fortalecimiento del desarrollo económico mexiquense, la presente administración ha impulsado la construcción de infraestructura turística, lo que ha favorecido la modernización de la red de carreteras y otras vías de comunicación, como parte del crecimiento de la competitividad y productividad en la entidad.

En congruencia con estas acciones, la revista Reconocer ha promovido con interés los destinos turísticos y expresiones culturales de nuestro estado, a través de la sección “Rincones y Tradiciones” y se ha planteado, ahora en este número especial, ampliar y difundir aquellos tópicos que dan muestra de la riqueza turística mexiquense.

Guadalupe Monter Flores, Secretaria de Turismo

Ser mexiquenses nos debe llenar de orgullo



“Soy una persona muy comprometida con lo que hago, procuro ser muy responsable y mientras tenga la oportunidad de servir a los demás, por supuesto que estaré con mucho gusto haciéndolo”

Durante su trayectoria laboral en el servicio público, Guadalupe Monter Flores, licenciada en Derecho por la Universidad Autónoma del Estado de México, se ha desempeñado como Directora General del Registro Civil y Secretaria de Educación. Actualmente encabeza la Secretaría de Turismo del Gobierno del Estado de México.

¿Por qué decide incursionar en el servicio público?

Porque me apasiona trabajar y servir a los demás. Vengo de una familia que es comerciante, que ha trabajado y que de alguna manera me enseñó a trabajar y a servir a los demás. Hoy tengo la oportunidad que me da el Gobernador del

Estado de México de estar al frente de la Secretaría de Turismo, en donde es apasionante servir a los demás y, sobre todo, hacer algo por y para nuestro Estado.

¿Se identifica con alguna frase célebre o dicho popular?

“El respeto al derecho ajeno es la paz”.

Para usted ¿qué es la felicidad?

Puede ser vista de varias formas, creo que la felicidad parte desde que tú estás bien internamente; es decir, si tienes un equilibrio emocional. La felicidad se

puede obtener al hacer bien las cosas en el trabajo, ser un buen ser humano; buena madre, esposa, hija, pero sobre todo ser un buen ejemplo.

¿Tiene alguna anécdota que recuerde con cariño?

Son muchas, cada etapa de nuestra vida es una anécdota que compartir, en el ámbito familiar es ver crecer a los hijos; en el trabajo, los diferentes logros que he tenido al paso de la administración.

¿Cómo comparte su vida de servidor público con su familia?

Desde que las mujeres decidimos entrar al servicio público, tenemos que aprender a organizarnos con nuestra familia, con nuestros hijos y esposo para lograr un equilibrio.

Como profesionista que soy me apasiona mi trabajo y todos los días trato de cumplir hasta el final. Llego puntual para atender todo lo que tengo que hacer y también genero el espacio para estar con mis hijos y esposo en la hora de la comida. Después regreso a mis labores de la oficina.

Los fines de semana los dedico a la convivencia familiar. Es muy importante compartir, no podemos descuidar ninguna situación, somos mujeres y tenemos muy claros los roles que debemos desempeñar. Todavía es un esfuerzo extra el que hacemos, es un gran mérito para todas las mujeres que trabajan por sus hijos.

¿Cuáles son sus pasatiempos?

Me gusta mucho hacer deporte, desde los 8 años practiqué el basquetbol y hasta la fecha lo sigo haciendo, también me gusta correr. Me agrada ir al cine, pero eso no lo hago muy seguido.

¿Cuál es el recuerdo más preciado que tiene de su niñez?

Son muchas cosas, tengo la dicha de decir que crecí en el seno de una familia muy unida, de seis miembros y con unos padres que son muy alegres y trabajadores y que de alguna manera me inculcaron eso. Afortunadamente, todas las etapas de mi vida han sido alegres y felices, procuro reflejar eso que tengo dentro de mí con mi familia, con mis hijos, con mis compañeros de trabajo y con lo que hago todos los días.

¿A quién admira?

A Benito Juárez, porque fue un hombre con una gran visión, que le dio al Estado Mexicano grandes cosas. Sobre todo porque siempre estuvo pensando en el beneficio de su patria.

¿Cuál es su comida típica favorita?

Me encantan las enchiladas y también me gusta la pasta.

¿Colecciona algo?

Imanes y tazas.

En su vida ¿qué le falta por hacer?

Creo que estoy en un momento en donde tengo la oportunidad de dar lo mejor de mí. Soy una persona muy comprometida con lo que hago, procuro ser muy responsable y mientras tenga la oportunidad de servir a los demás, por supuesto que estaré con mucho gusto haciéndolo.

¿Cuál es la importancia del turismo en la entidad?

Primero que nada que la gente disfrute y se dé la oportunidad de conocer lo que tenemos.

Todas las etapas de mi vida han sido alegres y felices, procuro reflejar eso con mi familia, con mis hijos, con mis compañeros de trabajo y con lo que hago todos los días

El turismo engloba valores: es muy importante que la gente, que somos turistas en algún momento de nuestra vida, siempre vayamos con el fin de respetar los espacios que se ofrecen para la convivencia, como son los parques, los hoteles y restaurantes.

Contamos con programas muy importantes en donde se suman todos los ayuntamientos para seguir impulsando el mejoramiento de la imagen urbana, por ejemplo, destaca el que las viviendas de los primeros cuadros de sus municipios se encuentren bien pintados y arreglados. Todo esto es muy bello, pero lo es más cuando toda la gente lo conserva y cuida.



¿Cuáles son las actividades que está llevando a cabo la Secretaría de Turismo como parte de los festejos del Bicentenario de la Independencia de México?

Seguimos con la actividad de producción editorial, tenemos una meta de publicar 19 libros durante la administración. Se han editado libros muy bellos como el de *Artesanía Mexiquense* y el de *200 años de Vuelo en Libertad*.

El proyecto de la Biblioteca Mexiquense del Bicentenario es valiosísimo y nos da mucho orgullo que las dependencias de este gobierno y la ciudadanía esté participando. El ser parte de esta historia y dejar un legado como éste, realmente nos hace sentir muy orgullosos.

También seguimos propiciando actividades importantes dentro del turismo como es el proyecto de los parques ecoturísticos, que se vienen realizando con los ayuntamientos, donde todo será realizado en el marco del Bicentenario.

Seguiremos impulsando fuertemente el turismo en la entidad, hoy estamos enfocados a lo que es la difusión para continuar compartiendo todo lo que se hace con los mexiquenses y mexicanos.

Hoy en la Secretaría de Turismo nos vemos muy optimistas porque tenemos dos pueblos mágicos y 18 Pueblos con Encanto, un programa que implementó el Gobernador. También estamos trabajando intensamente con nuestros artesanos, logrando mayores capacitaciones, mayor financiamiento y, sobre todo, la comercialización de sus productos.

¿Qué mensaje le envía a los servidores públicos?

Todos los que somos servidores públicos tenemos la gran oportunidad de hacer grandes cosas. Primero, el ser mexiquenses nos debe llenar de orgullo y segundo, el estar trabajando en estos momentos en un go-



bierno muy dinámico y vanguardista, que encabeza un mexiquense destacado, como es el licenciado Enrique Peña Nieto, sólo nos queda seguir ese ejemplo, estar muy unidos para lograr un mayor progreso y un mejor desarrollo para nuestro estado, siempre con la convicción de que servir es dar lo mejor de uno.

¿Cuál es su mensaje para que los mexiquenses visiten los diversos destinos turísticos que hay en el Estado de México?

En esta revista se podrán observar los lugares que

hay que visitar, lo que hay que comer y reconocer de nuestro Estado. Hay que visitar nuestro Estado, hay que propiciar el turismo, cuidar, crear y tener fe en lo que tenemos y sentir un gran arraigo por el Estado de México.

Hay que apostarle al turismo local, que la ciudadanía se dé la oportunidad de conocer y salir de su casa, visitar sus regiones y los municipios que tenemos.

Siempre he dicho que para sentirnos orgullosos de lo que somos tenemos que estar concientes de lo que tenemos. Y tenemos grandes cosas.

Pueblos con encanto del Bicentenario

Con el fin de fomentar el desarrollo integral de diversos municipios mexiquenses y en el marco de las actividades conmemorativas del Bicentenario de la Independencia de México, la presente administración puso en marcha el Programa “Pueblos con Encanto del Bicentenario”, impulsando su crecimiento mediante la difusión de sus atractivos turísticos; el desarrollo de sus comunidades; la recuperación de paisajes; el rescate de su historia y su cultura; el desarrollo de la infraestructura urbana y de servicios; y el reconocimiento a sus habitantes por la preservación de la riqueza histórica y cultural mexiquense, haciendo del turismo una opción de negocios y de trabajo.

Actualmente, los destinos que se promueven son: Acolman, Aculco, Amanalco, Amecameca, Ayapango, El Oro, Ixtapan de la Sal, Malinalco, Metepec, Otumba, Sultepec, Tlalmanalco, Temascalcingo, Temascaltepec, Teotihuacán, Tonalco, Villa del Carbón y Zacualpan.

Descubre pintorescos pueblos y respira la tranquilidad de otro tiempo en su arquitectura colonial; recreáte con paraísos de exuberante vegetación y aguas termales; disfruta del agradable clima que ofrecen paisajes con bellas haciendas, conventos y capillas y conoce la tierra donde la semilla dio frutos en el árbol de la vida de un pueblo mexiquense rico en leyendas vivas, arte y tradición.



Acolman: Goza de la riqueza arquitectónica del Templo y Convento de San Agustín que data del Siglo XVI, con una fachada sombría y estilo plateresco. Se encuentra en la ex hacienda de San Antonio, Tepexpan, así como de la Nextlalpan, la presa del Castillo del Siglo XVIII y puentes de piedra construidos en la época colonial.



Aculco: Conserva una arquitectura tradicional de construcciones, sostenidas por columnas de cantera, y calles adoquinadas. Reside la Parroquia de San Jerónimo que data del Siglo XVI y el Santuario del Señor de Nenthé. Posee la presa Ñadó y la cascada de la Concepción o Salto de Tixhiñú.



Amanalco: Tiene grandes superficies cubiertas por bosques que constituyen un interesante paisaje, posee parajes naturales como las zonas boscosas Corral de Piedra y Capilla Vieja, así como diversos valles ricos en aguas que provienen de los manantiales. En su arquitectura religiosa destaca el templo de San Bartolomé, del Siglo XVII.



Amecameca: Entre volcanes y orgulloso pasado prehispánico y colonial en donde se ubican el Santuario del Sacromonte, la Capilla de la Virgen de Guadalupe y el templo de la Virgen de la Asunción; el Parque Nacional Izta-Popo, ideal para la práctica del alpinismo y deporte de montaña.





Ayapango: Es una típica población de calles empedradas y casas con techos a dos aguas de oscuras tejas planas de barro. También conserva detalles arquitectónicos como la “Casa Grande” y la “Casa Afrancesada”, con portales, balcones, dinteles, alféizares y recovecos.



El Oro: Sus construcciones reflejan un estilo europeo del Siglo XVIII, prevalecen las minas “La Esperanza” y “El Consuelo”. La belleza de su Teatro Juárez y el palacio municipal pertenecen al estilo art nouveau y al neoclásico inglés y francés.





Ixtapan de la Sal: Cuenta con un clima cálido y aguas termales a las que se le atribuyen cualidades curativas. Brinda excelentes servicios medicinales y de belleza para el turista que busca salud y descanso, rodeado de exuberante vegetación. Posee la Parroquia de La Asunción, de herencia colonial y se puede disfrutar de su deliciosa gastronomía.



Malinalco: Se ubica en un hermoso valle de vegetación al pie de las montañas, es un pueblo ancestral que cuenta con museos y una zona arqueológica, en donde destaca el santuario de los guerreros Águila y Jaguar. Se deleita el sabor de las truchas y las nieves.



Metepec: Su magia está en las manos de sus artesanos que transforman el barro en hermosas piezas. Cuenta con edificios coloniales, como el convento e iglesia franciscana del siglo XVI, con su fachada barroca y el templo El Calvario con un estilo neoclásico del Siglo XVIII.



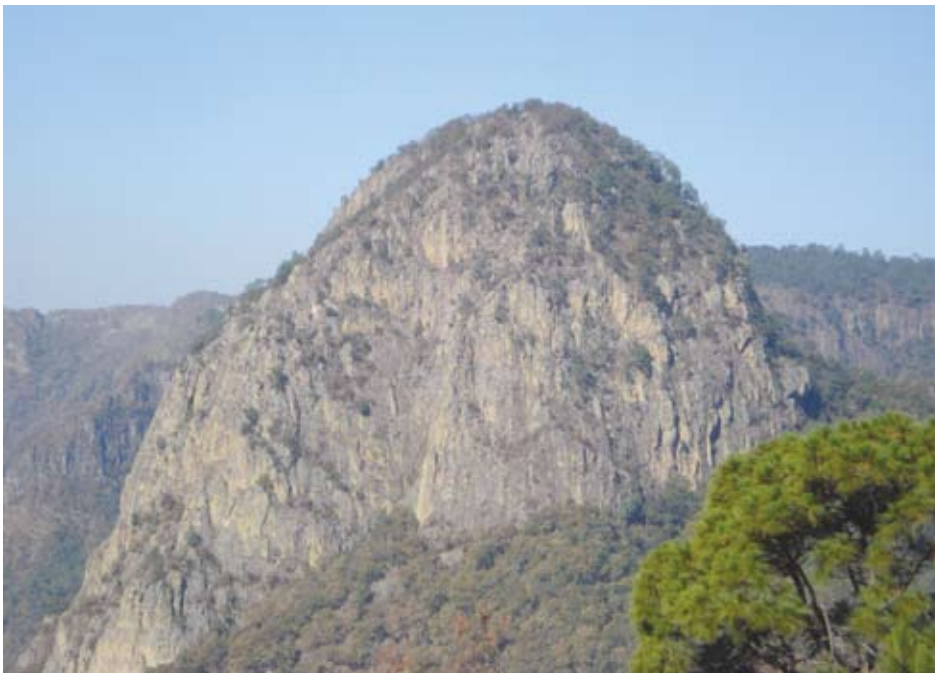
Otumba: Es un lugar histórico de arquitectura del Siglo XVI, como el ex convento de San Nicolás Oztotipac y el de la Purísima Concepción. Posee el acueducto de Zempoala y cuenta con los balnearios “Los Pajaritos” y “El Temascal”.



Sultepec: Conserva su trazo colonial de bellas calles empedradas; el ex convento San Antonio de Papua y el santuario del Señor de la Santa Veracruz, ambos del siglo XVII, ubicados en el centro del poblado que se caracteriza por sus callejones, su mirador, la cascada de Diego Sánchez, las aguas azufradas de Pepechuca y sus delicados trabajos artesanales de cerámica y alfarería.



Temascalcingo: Entre los lugares de interés se encuentra el Borbollón o manantial de Jesús, de aguas termales, que desemboca en una alberca natural; cuenta con el parque “José María Velasco”, localizado en la ladera de una montaña, con miradores. Su templo de San Miguel Arcángel, de manufactura relativamente reciente, es de cantera rosa y muestra un reloj que corona los arcos atriales.



Temascaltepec: Tierra de mineros, dispone de los mejores sitios naturales para admirar a la mariposa Monarca y practicar el deporte extremo. La parroquia de Nuestra Señora de la Consolación data del siglo XVI. Su artesanía se destaca por los deshilados y bordados.

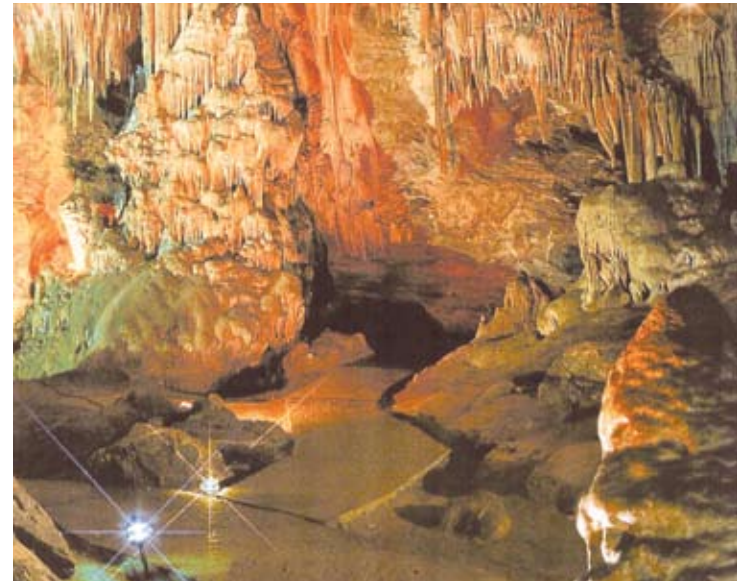


Teotihuacán: La ciudad sagrada ostenta por mérito propio el título de Patrimonio Histórico de la Humanidad. Cuenta con templos y construcciones con una extraordinaria armonía geométrica, como las pirámides del Sol y la Luna, la Ciudadela, el Templo de Quetzalcóatl, los palacios de los Jaguares y el de Quetzal-Papalotl, así como el Templo de los Caracoles Emplumados, entre otros.





Tlalmanalco: Bajo la orden de los monjes franciscanos y con la mano de obra indígena fue construida la iglesia y monasterio dedicado a San Luis Obispo, verdadera joya del arte novo hispano. Su pequeño museo Comunitario Nonohualca exhibe piezas arqueológicas encontradas en la región.



Tonatico: Reúne bellezas naturales, monumentos históricos y tradiciones ancestrales. Se encuentra la iglesia de Nuestra Señora de Tonicato, el balneario municipal, las Grutas de la Estrella, el Parque del Sol y el Salto de Tzumpantitlán.



Villa del Carbón: Cuenta con cinco centros vacacionales para el ecoturismo y deportes extremos. La Iglesia de Nuestra Señora de la Peña de Francia y los portales en el centro del poblado, donde se venden artículos de piel, rompopo y licor de sabores.



Zacualpan: De hermosos paisajes naturales, rodeado de montañas, con sus templos llenos de historia y leyenda, como el de San José, la Párrroquia de la Inmaculada Concepción, el teatro El Centenario, el Hotel Real de Zacualpan del siglo XVI y el Monumento al Minero; su artesanía hecha a mano a base de latón, bejuco o piel.



El placer de los sentidos



Sabores mexiquenses

La comida, como elemento de identidad individual y colectiva, es parte fundamental del patrimonio de un pueblo para transmitir su cultura, tradición y costumbres

Gusano elotero o cinocuill

Las mariposas de esta especie depositan sus huevecillos en la punta de la mazorca en desarrollo, de ahí, las diminutas larvas se introducen en el elote, comiéndose primero los cabellos y después el maíz tierno. Los cinocuilles son más abundantes y de mayor tamaño en el maíz cahuaazintle.

Los campesinos juntan los gusanos dentro de un bule que tapan con un elote, los tuestan en el comal y se los comen en tacos, son deliciosos pues su sabor es indiscutiblemente a elote.

Estos gusanos se encuentran en todas las regiones maiceras del Estado y del País. En la entidad, se pueden adquirir en municipios como Calimaya, Zinacantepec y Almoloya de Juárez, entre otros.



Ranas

La rana catesbeiana o rana toro es de coloración verdusca parda en el lomo y amarillento-blanca en el vientre; su carne es de color blanco, de textura firme, fina y digerible y al igual que la gran cantidad de animales de agua dulce, es baja en carbohidratos, además contiene aminoácidos esenciales que benefician al cuerpo, proteínas, agua, fósforo, magnesio, calcio, hierro, zinc y yodo, entre otros.

En México, la talla mínima comercial de la rana toro es de 12.7 cm. En la entidad, el kilo de esta carne tiene un costo de entre 80 a 100 pesos y un solo platillo de ancas de 200 gramos, cuesta alrededor de 90 pesos.

Las ranas se consiguen vivas o asadas en tamal con epazote, venas de chile pasilla y nopales picados, envueltas en hojas de maíz o en cueros de maguey, durante el mes de septiembre en los mercados de Santiago Tianguistenco y de Zumpango; si las desea marinadas, fritas a la mantequilla, empapeladas a la jardinera, hawaiana o a la diablo, puede adquirirlas durante todo el año en Malinalco y en Villa Guerrero.



Acociles

Se localizan en las orillas de los lagos, ríos, lagunas o estanques, parecen camarones pequeños que miden entre 3 y 6 cm de longitud, tienen dos tenazas, cuatro antenas y cuatro patas.

Cuando se pescan son de color negro, por la tierra; se lavan, se escurren y se asan o se guisan en una cacerola, se les pone sal y se dejan cocer en su jugo, cuando están bien cocidos su color cambia a rojo.

Generalmente los venden cocidos y se comen en tacos, con aguacate, pápalo, rodajas de cebolla y chile manzano. Además, se pueden cocinar rellenos de huevo, cuando están vivos se colocan en una cubeta con agua limpia, se les vacían huevos crudos batidos por la noche, al otro día amanecen rellenos de huevo y se doran en aceite.



Jumiles

Son una especie de chinche de monte que se desarrolla sobre los tallos y entre las hojas secas de los encinos pequeños, despiden un olor fuerte que se intensifica al tocarlos. Abundan durante la temporada otoño-invierno, en los meses de noviembre a febrero y desaparecen con las primeras lluvias.

Su sabor es muy fuerte, pero esto depende del tamaño del insecto; los más pequeños son más insípidos que los adultos. Se comen asados al comal con limón y sal o en salsa de tomate y en chile guajillo. También se muelen tostados con chile seco para espolvorear los alimentos, además se consumen vivos acompañados de una tortilla hecha a mano, en ocasiones se sumergen vivos en tequila para enseguida masticarlos con el sabor del agave.



Chapulines

Los chapulines varían en tamaño, según el lugar donde habiten; los más pequeños y más finos se producen en la alfalfa, mientras que los de milpa son un poco más grandes. Éstos se recogen manualmente con un tenate o cesto de palma o con redes fijas de varas de carrizo.

Se acostumbra dejarlos toda la noche en una olla en la que se colocan hojas de maíz y de calabaza o hierbas olorosas para que se purguen, así –dicen– se limpian por dentro y no amargan al comerlos.

Después se enjuagan y se arrojan vivos en agua hirviendo con sal; se escurren y se venden. También se asan en el comal y se acompañan con tortillas y salsa de chile pasilla o bien se condimentan con sal y limón.

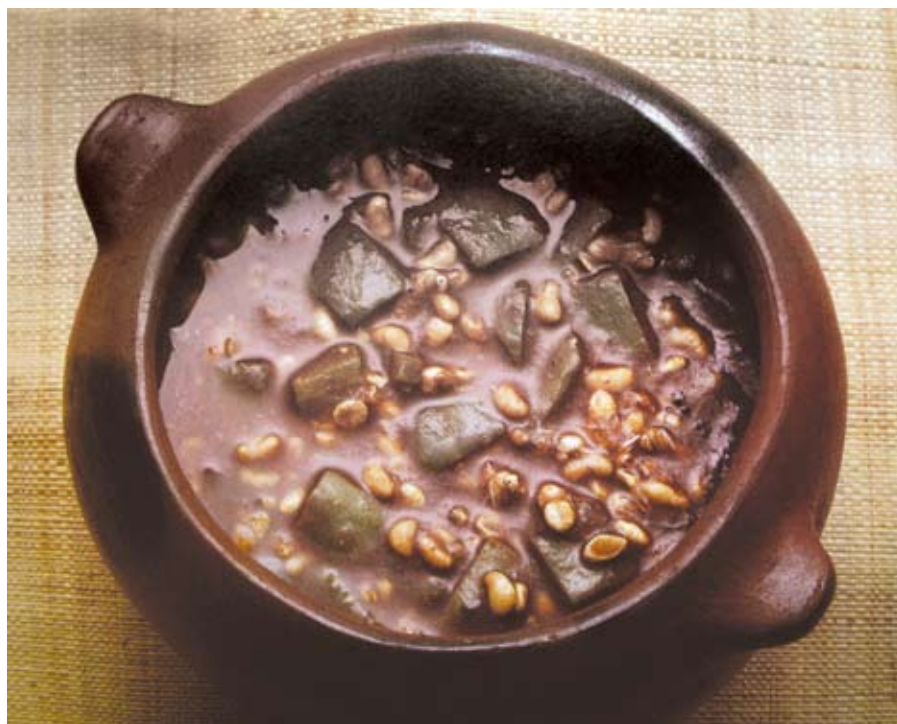
Ajolote

Su nombre proviene del náhuatl axólotl que significa “monstruo acuático”. Es un anfibio de la familia de las salamandras que viven en diversos lagos de México y en estanques en el Estado de México.

Su piel es de color negro, tiene patas, cola y plumas o guedejas que parecen bigotes. Pese a su aspecto desagradable, es un manjar delicioso de carne blanca y con poco hueso.

Para su preparación, primero se talla la piel con ceniza de leña para que se desprenda y pueda consumirse sólo la carne. Se le cortan las plumas o guedejas, se limpia por dentro –como el pescado–, se lava, se le pone sal y venas de chile seco, se envuelven en hojas de maíz y se cuece al vapor. Se puede comer en tamal y también se guisa enchilado, en caldillo o sobre el comal, pues su carne es muy blanda.

Se puede guisar con la piel, pero ésta desprende una sustancia gelatinosa. En ocasiones esta piel se pone a secar para preparar un jarabe que ayuda a tratar las infecciones pulmonares y que servía anteriormente para atender a la gente enferma de tisis.



Escamoles o hueva de hormiga

En el Estado de México se les conoce como guijes, en realidad lo que se comen no son los huevos sino las larvas que, cuando están frescas, presentan un color blanco cremoso y son parecidas al arroz inflado.

Con estas larvas se prepara el azcatl-mulli o mole de hormiga; un caldillo enchilado en el que se pone a cocer el escamole lavado, se le añaden nopales picados y cocidos con una rama de epazote y se deja hervir. También se come en torta de huevos, cuajados en el comal, en mixiote, fritos con mantequilla o simplemente asados acompañados de una salsa picante.

El costo del escamol es elevado debido a su escasez y complejidad para obtenerlo, pues sólo se pueden encontrar en el mes de marzo y abril; tan sólo un kilo cuesta entre 500 y 600 pesos, cuando no

están en temporada, su precio llega a elevarse hasta los mil pesos. Pese a esta circunstancia, vale la pena consumirlos, pues contienen un 96% de proteínas.

La hueva de hormiga se puede conseguir en algunos municipios de la zona oriente de la entidad, como San Martín de las Pirámides, Tepotztlán, Zumpango y Nopaltepec, entre otros.



Gusanos de maguey

La mariposa de la cual nace este gusano vuela de junio a octubre y pone sus huevos, principalmente, bajo las pencas del maguey pulquero. Los también conocidos “palomilla del maguey” o “champoloco”, nacen y se introducen hacia el corazón del maguey formando un túnel, en el que viven y se alimentan; son gruesos, de color blanco, se sacan del maguey por la cabeza con un gancho que se hace cortando una tira muy delgada de la orilla de una penca a la que se le quitan todas las espinas, menos la del extremo. Las larvas se guardan en bolsitas hechas con la piel de una penca de maguey tierna.

Para comerlos, se puede poner la bolsa de la penca llena de gusanos sobre las brasas o entre la ceniza caliente o tostarse directamente en el comal hasta que se inflan y se estiran, deben quedar crujientes y dorados.

Los gusanos de maguey pueden conseguirse durante el mes de abril en los municipios de Nopaltepec, Tepotztlán, Axapusco, Hueypoxtla, Lerma, Ocoyoacac y Temascalapa, entre otros.



Tepalcates o atepalcates

Son larvas de las ranas; su cuerpo tiene forma oval, su cabeza es prominente, tiene ojos, boca, agallas y órganos internos, su cola es aplanada y más larga que el dorso, son completamente acuáticos y nadan moviendo la cola lateralmente.

Antes de que la larva pase la metamorfosis para ser renacuajo, los tepalcates son atrapados en los charcos o en los ríos con poca agua, para posteriormente destriparlos, lavarlos y hervirlos en caldo con o sin tomate, cebolla, epazote y sal al gusto.

Los tepalcates pueden conseguirse en los municipios de Malinalco, Villa Guerrero e Ixtapan de la Sal.

Fuentes:

Castelló Yturbide, Teresa. Presencia de la Comida Prehispánica, Ed. Tonatiuh Gutiérrez, México, 1986.
Sánchez, Rosita. Conversación en la Cocina, Gastronomía Mexiquense, Ed. Biblioteca Mexiquense del Bicentenario, Toluca, Estado de México, 2006.
Manual de Producción Comercial Rana Toro, Secretaría de Desarrollo Agropecuario, Metepec, Estado de México, 2001.
www.diccionarioweb.org/acosiles
Rosita Sánchez, Propietaria del Restaurante La Finca de Alobe, Metepec, México.
Mary Carmen Borja, Propietaria del Restaurante Misión de Santa María, Almoloya de Juárez, México.

Ideal para actividades de ecoturismo:
campismo, equitación o paseos en bicicleta.



38 habitaciones y 1 suite, 6 cabañas, restaurante, bar, alberca cubierta, jacuzzi, sauna
y vapor, 2 canchas de tenis, juegos infantiles, salón de eventos y estacionamiento.

ABIERTO A TODO EL PÚBLICO

INFORMES Y RESERVACIONES:

(712) 120 09 92 y (712) 120 09 93

(722) 213 83 50 y (722) 226 19 00 Ext. 1402 al 1405 y 1433.



GOBIERNO DEL
ESTADO DE MÉXICO



Compromiso
Gobierno que cumple

Famoso por las propiedades curativas de sus aguas termales y manantiales.



40 habitaciones, restaurante, lobby bar, alberca con velarea bar, chapoteadero, áreas verdes, salón de usos múltiples y estacionamiento.

ABIERTO A TODO EL PÚBLICO
INFORMES Y RESERVACIONES:

(721) 141 06 85 y (721) 141 09 95

(722) 213 83 50 y (722) 226 19 00 Ext. 1402 al 1405 y 1433.



GOBIERNO DEL
ESTADO DE MÉXICO



Compromiso
Gobierno que cumple

Hoteles ISSEMUM

VALLE DE BRAVO

Catalogado **pueblo mágico**, en Valle de Bravo se mezcla lo **típico** con lo **contemporáneo**.



46 habitaciones y 2 suites, restaurante bar, palapa bar, alberca, chapoteadero, salón de usos múltiples, cancha de frontón y voleibol, y área de juegos infantiles.

ABIERTO A TODO EL PÚBLICO

INFORMES Y RESERVACIONES:

(726) 262 00 68 y (726) 262 43 00

(722) 213 83 50 y (722) 226 19 00 Ext. 1402 al 1405 y 1433.

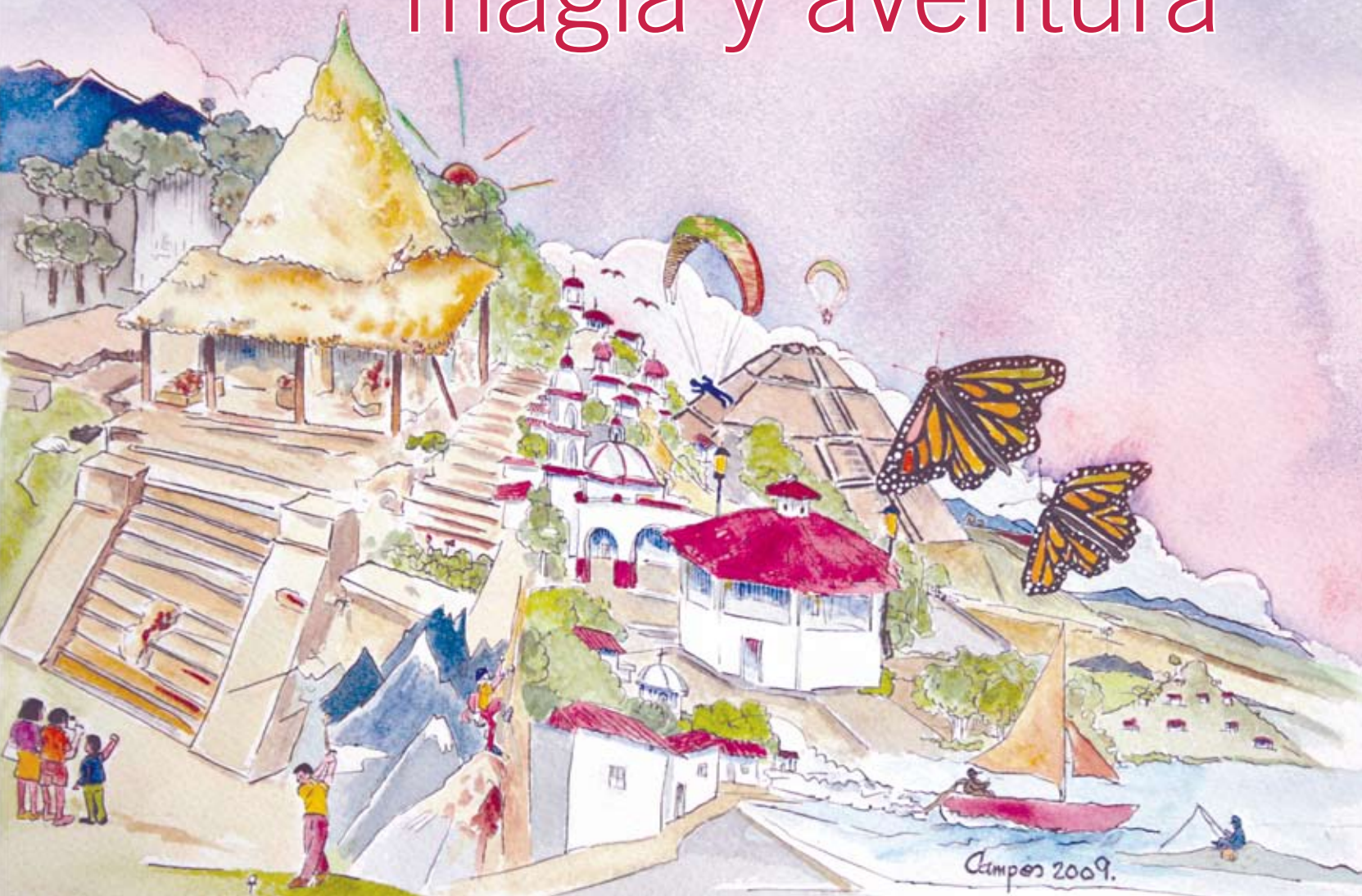


GOBIERNO DEL
ESTADO DE MÉXICO



Compromiso
Gobierno que cumple

Destinos de magia y aventura



Campes 2009.

Siete rutas para la aventura

Los entusiastas de los deportes extremos encuentran en muchos de los escenarios naturales del Estado de México lugares ideales para el desarrollo de su afición. En esta ocasión, ofrecemos siete de ellos que consideramos los más representativos para la práctica de estas actividades

RESERVA ESTATAL MONTE ALTO (VALLE DE BRAVO)

Valle de Bravo es el sitio idóneo para practicar deportes extremos en el Estado de México. La región cuenta con una presa que se ha convertido en un importante atractivo para el turismo; en ella se practican diversos deportes acuáticos, entre los que destacan el esquí, jet esquí, el velleo, canotaje, kayak de aguas planas, regatas, windsurf y motonáutica. En la zona, destaca la Reserva Estatal Monte Alto, un lugar privilegiado por la naturaleza, en el cual puede practicarse el vuelo en ala delta, parapente y tandem (papalote tripulado). Asimismo, esta reserva cuenta con un circuito de 21 kilómetros para la práctica de ciclismo de montaña dividido en tres pistas: principiantes, intermedios



y avanzados, así como con una plataforma natural de donde se lanzan los audaces voladores en un paisaje formado por bosques, ríos y cascadas. Por sus bosques de coníferas se pueden realizar caminatas, paseos, comidas campestres y cabalgatas.

¿Cómo llegar?

La Reserva Estatal Monte Alto está ubicada a 70 kilómetros de la ciudad de Toluca. Se llega por la carretera federal No. 15, tomando la desviación a Amanalco de Becerra. En sus alrededores se encuentran las vialidades Toluca-Villa Victoria; Toluca-Amanalco y Toluca-Temascaltepec.

Deportes extremos que se practican:

- Ciclismo de montaña
- Rapel
- Vuelo en ala delta
- Vuelo en ultraligero
- Vuelo en parapente
- Paracaidismo



NEVADO DE TOLUCA (ZINACANTEPEC)

El Nevado de Toluca es la cuarta montaña más alta de México, su punto más alto es conocido como “Pico del Fraile” y su clima es frío la mayor parte del año. Este volcán es el único en el país en el que se puede llegar al cráter por carretera; después de ascender por hermosos bosques de coníferas se llega a la región en donde el suelo está cubierto de arena y grava, en donde crecen los cardos y musgos. En el cráter se encuentran dos lagunas llamadas de El Sol, la más extensa y de La Luna, la de menor dimensión; en ellas se puede pescar; esquiar, si hay nieve, y practicar el buceo de altura. La belleza de sus escenarios naturales y la diversidad de la topografía representa, a los entusiastas de la actividad física, el sitio ideal para la práctica de los deportes extremos.

¿Cómo llegar?

El Nevado de Toluca se localiza a 45 kilómetros hacia el suroeste de la ciudad de Toluca. Es necesario tomar la carretera Toluca-Temascaltepec-Sultepec, primero se llega a la carretera que va a Temascaltepec y a 18 kilómetros se encuentra la desviación hacia Sultepec, ésta conduce al camino de acceso al Nevado de Toluca.

Deportes extremos que se practican:

- Ciclismo de montaña
- Buceo
- Montañismo
- Escalada
- Rapel



SAN MARTÍN DE LAS PIRÁMIDES

San Martín de las Pirámides es considerado uno de los municipios turísticos más importantes del Estado de México, pues la zona arqueológica de Teotihuacán recibe millones de visitas al año. Además, cada 21 de marzo, es visitada por más de 200 mil personas que acuden a presenciar el equinoccio de primavera. San Martín de las Pirámides es un lugar donde es posible respirar la paz de la naturaleza, practicar deportes extremos como el ciclismo de montaña y observar el espléndido panorama del Valle de Teotihuacán en un inolvidable vuelo en globo aerostático.

¿Cómo llegar?

San Martín de las Pirámides se encuentra ubicado a 45 kilómetros de la Ciudad de México. Para llegar se debe ingresar a la autopista México-Pachuca, al norte de la ciudad; al terminar la avenida Insurgentes Norte. Ya en la autopista se debe tomar la desviación hacia las pirámides de Teotihuacán. Al llegar a las pirámides se cruza o rodea el periférico de éstas. El municipio de San Martín de las Pirámides se encuentra justo detrás de la Pirámide de la Luna.

Deportes extremos que se practican:

- Vuelo en globo aerostático
- Ciclismo de montaña



GRUTAS DE LA ESTRELLA (TONATICO)

Es un parque con un gran atractivo natural que consiste en grutas subterráneas con figuras caprichosas representadas en las formaciones rocosas, además de bellos escenarios naturales. Las grutas han sido acondicionadas con senderos, escalinatas, puentes y un sistema de iluminación que hace resaltar las formaciones en su interior, las cuales han sido bautizadas con los nombres de: mamut, el águila, el pór-tico y los candiles, entre otros. Además de la visita por sus diferentes salas para admirar las formaciones, cuenta con otro recorrido para el visitante más temerario; de febrero a junio se puede hacer un recorrido de tres horas y media

por el río subterráneo El Zapote, el cual incluye recorrido en bote, rapel y nado a través de algunas de las pozas.

¿Cómo llegar?

Las Grutas de la Estrella se localizan a 60 kilómetros de la ciudad de Toluca, para llegar se debe tomar la carretera a Tenango-Ixtapan de la Sal, Tonicato y Taxco; después de pasar por Ixtapan de la Sal y Tonicato se encuentra la desviación hacia las grutas.

Deportes extremos que se practican:

- Rapel
- Rafting

PARQUE NACIONAL INSURGENTE MIGUEL HIDALGO Y COSTILLA (OCOYOACAC, LERMA Y HUIXQUILUCAN)

El Parque Nacional Insurgente Miguel Hidalgo y Costilla, mejor conocido como “La Marquesa”, fue uno de los primeros parques naturales en el país, pues data de 1936. El parque abarca una superficie de mil 760 hectáreas de bosque de pino, oyamel y cedro; en él se puede practicar el excursionismo, campismo, escultismo, montañismo, equitación, pesca, motocross, ciclismo de montaña y paseos a caballo. También se puede degustar comida tradicional como: quesadillas, tlacoyos, sopa de hongos, de médula y guisados de chorizo, cecina y barbacoa.

¿Cómo llegar?

El Parque Nacional Insurgente Miguel Hidalgo y Costilla se encuentra entre el Distrito Federal y Toluca, está ubicado a 34.5 kilómetros de la capital del Estado, para llegar se deberá tomar la Carretera federal México-Toluca.

Deportes extremos que se practican:

- Ciclismo de montaña
- Montañismo
- Escalada
- Motocross





PARQUE SIERRA DE NANCHITITLA (LUVIANOS)

El parque debe su nombre a su admirable cañada y a su escarpada topografía que ofrece llamativos paisajes de montaña con abundante vegetación y roqueríos espectaculares. Los bosques constituidos por grandes macizos de pinos y encinos han sido protegidos para conservar su ecología y proporcionar un sano esparcimiento físico y mental. Se distingue por su enorme cascada de 105 metros de altura en tres saltos sucesivos, la cual forma el río que se divide en pequeños riachuelos y caídas de agua mientras avanza por el accidentado terreno. Por su conformación tiene varios microclimas que van del tropical al frío, su territorio es pródigo de flora y fauna, predominan el eucalipto y pino, árboles frutales, encinos tropicales, orquídeas y musgos. El Parque cuenta

con un interesante museo de sitio que se refiere al ecosistema de la región y su entorno es favorable para realizar comidas campestres.

¿Cómo llegar?

El Parque Sierra de Nanchititla se localiza a 155 kilómetros al suroeste de la ciudad de Toluca, para llegar se sigue la carretera hacia Temascaltepec y Tejupilco, tomando posteriormente la desviación que va a El Estanco (Palos Prietos), donde continúa una carretera de 28 kilómetros que conduce al Parque.

Deportes Extremos que se practican:

- Ciclismo de montaña
- Alpinismo
- Rapel

PARQUE SIERRA MORELOS (TOLUCA)

El Parque Sierra Morelos se localiza en las faldas del Cerro de La Teresona, cuenta con áreas verdes, bosque de encino inducido con pinos, eucaliptos, cedros y plantas de ornato; en esta zona se puede disfrutar de cuatro lagos artificiales, uno de ellos dedicado a la reproducción de carpa. Sus instalaciones permiten la realización de días de campo, ciclismo de alta montaña, atletismo, excursiones, fotografía escénica, deportes al aire libre, basquetbol, futbol y caminatas. Entre sus servicios se encuentran kioscos, mesabancos, asadores para comidas campestres, canchas deportivas y exhibidores de fauna silvestre en cautiverio.

¿Cómo llegar?

El Parque Sierra Morelos está localizado en las afueras de la ciudad de Toluca, en la parte noroeste; se llega por la carretera Toluca-Zitácuaro a 2 kilómetros de la ciudad de Toluca.

Deportes extremos que se practican:

- Ciclismo de montaña
- Motocross



Mayores Informes:
Comisión Estatal de Parques Naturales y de la Fauna (CEPANAF).
Teléfonos: 01 (722) 2 14 99 19 y 2 14 37 86.
Departamento de Promoción de la Secretaría de Turismo.
Teléfonos: 01 (722) 2 75 68 98 y 2 75 68 99.

A close-up photograph of a monarch butterfly perched on a dark, textured tree branch. The butterfly's wings are a vibrant orange with black veins and a black border with white spots. The background is a soft, out-of-focus green and brown.

Monarca, el alma del bosque



Los bosques mexiquenses se pintan de anaranjado con la llegada de la mariposa monarca. Entre troncos y hojas de los árboles se refugian y penden de las ramas gigantes de oyamel y pino.



Cerca del mediodía, las mariposas monarca comienzan a desprenderse de los árboles, abren sus esplendorosas alas anaranjadas con negro para volar por el cielo y emprender su camino en busca de agua.





Los visitantes, detenidos en el sendero y disfrutando de la tranquilidad del bosque, son recibidos por una gran estampida de mariposas monarca que se desprenden para descansar por un instante en el cabello, cara y brazos de sus observadores.



En el Parque Santuario de la Mariposa Monarca, en el municipio de Donato Guerra, los habitantes de la zona se convierten en guías para llevar a los turistas por veredas entre el bosque, ya sea caminando o a caballo, hasta los núcleos de mariposa monarca, en el transcurso del recorrido los lugareños describen el fenómeno migratorio como un gran espectáculo, que año con año, llega a tierra mexiquense.

En el transcurso de un año viven cuatro generaciones de mariposas monarca. Tres de estas cuatro generaciones viven en la época de primavera y verano y duran aproximadamente dos meses. Pero con la llegada del otoño, la situación de la cuarta generación cambia. Esta última vive seis meses más que las otras tres generaciones anteriores para alcanzar la madurez reproductiva y completar la migración. Se aparean a fines de marzo, antes de emprender el viaje de regreso. Poco después de completar el viaje y llegar a Canadá, mueren, pero antes dan nacimiento a una nueva generación y el ciclo se repite.

Durante el recorrido por el sendero se recomienda:

- Guardar silencio, el ruido altera el comportamiento de las mariposas.
- No introducir o portar armas de fuego o punzocortantes.
- No realizar colectas de flora, fauna o tierra.
- No arrojar basura.
- No introducir o ingerir bebidas embriagantes.
- No introducir aparatos de sonido.
- No fumar o encender fuego.
- No salir del sendero, ni correr dentro del mismo cuando se aproxime a las colonias de las mariposas.

