

# Planifica tu viaje a QUITO

*tenemos algunas sugerencias*

## QUÉ COMER

---

- Locro quiteño
- Fritada / Hornado
- Bolón de verde
- Tigrillo
- Empanadas de verde, morocho y viento
- Espumilla (postre típico)
- Canelazo (bebida alcohólica caliente)
- Helado de paila
- Llapingachos (tortillas de papa con queso)
- Seco de chivo o de pollo
- Humitas y quimbolitos

## DÓNDE COMER

---

- Somos (gastronomía ecuatoriana moderna)
- Clara (fusión y sabores locales)
- Hasta la Vuelta Señor (cocina tradicional en el Centro Histórico)
- Hotel Casa Gangotena (ideal para almorzar en el rooftop con vista al Centro Histórico)
- Café Mosaico (con vista espectacular de la ciudad)
- Zavalita (mariscos)

## QUÉ VISITAR

---

*En Quito:*

- Monumento Mitad del Mundo
- Centro Histórico de Quito
- Iglesia de La Compañía
- La Basílica del Voto Nacional
- El Panecillo
- Cumbayá
- Museo Casa del Alabado (arte precolombino)
- Casa Museo Guayasamín
- La Capilla del Hombre

*En las afueras de Quito:*

- Termas de Papallacta (aguas termales, 90 mins)
- Otavalo (mercado artesanal y cultura indígena, 120 mins)
- Cotopaxi (parque nacional y volcán activo, 90 mins)
- Laguna de San Pablo (90 mins)
- Mindo (bosque nublado, mariposas, chocolate, 120 mins)
- Mashpi Lodge (experiencia de selva de lujo, 180 mins)
- Baños de Agua Santa (aventura y cascadas, 180 mins)
- Cuenca (ciudad colonial, 55 mins en avión)

## TIPS

---

Transporte

- Uber
- Metro (ideal para llegar al Centro Histórico sin tráfico)

Mal de altura

- Mareol (no necesita receta médica)
- Comer ligero el primer día
- Mantenerse hidratado



QUITO