



Jurídico

DECRETO QUE REFORMA Y ADICIONA A LAS LEYES DEL INFONAVIT Y FEDERAL DEL TRABAJO

LEER MÁS



Economía

HACIENDA EMPEZÓ EL AÑO CERRANDO LA LLAVE DEL GASTO; CAYÓ 14.4% DURANTE ENERO

LEER MÁS



Eventos

INVITACIÓN ESPECIAL AL EVENTO MIT WIL – NETWORKING Y LIDERAZGO

LEER MÁS



Capacitación

CONTROL DE COSTOS DE ALIMENTOS Y BEBIDAS

LEER MÁS

TODO ES CUESTIÓN DEL MOMENTO

Cuando tu desayuno está lejos de ser común.

Conozca nuestras máquinas de café

Frankie A600

FRANKE



Gastronomía

CÓCTELES DE TEQUILA ELABORADOS POR UN BAR MEXICANO EN LOS PREMIOS OSCAR 2025

LEER MÁS



Industria

UN CLIENTE FIEL VALE MÁS QUE DIEZ NUEVOS. ¿CÓMO ASEGURAR SU LEALTAD?

LEER MÁS



Gastronomía

10 TIPS PARA ELEGIR PESCADO FRESCO PARA TUS PLATILLOS DE CUARESMA

LEER MÁS



Restaurantes

RESTAURANTE LOMA GUARÍN

LEER MÁS

Mifel el banco que te paga por ahorrar:

10% anual*

tu dinero y rendimiento, siempre disponible.

Abre tu cuenta

en solo 5 minutos





AMR
ASOCIACIÓN MEXICANA
DE RESTAURANTES, A.C.
DESDE 1948

PROGRAMA SEMESTRAL DE CAPACITACIÓN 2025

MARZO **24** y **25**
lunes martes

9:00 a 14:00 hrs.

Control de costos de alimentos y bebidas

Instructor: Fernando del Moral Muriel
Coordinadora: Martha Infante Bernal



MAYO **26** y **27**
lunes martes

9:00 a 14:00 hrs.

Ingeniería del menú

Instructor: Fernando del Moral Muriel
Coordinadora: Martha Infante Bernal



JUNIO **30** y **1**
JULIO lunes martes

9:00 a 14:00 hrs.

Desarrollo de habilidades de liderazgo positivo

Instructor: Fernando del Moral Muriel
Coordinadora: Martha Infante Bernal



JULIO **28** y **29**
lunes martes

9:00 a 14:00 hrs.

Taller de ventas sugestivas para meseros

Instructor: Fernando del Moral Muriel
Coordinadora: Martha Infante Bernal



DEL
MORAL
ASESORES

INICIO





Jurídico

Se publicó un Decreto en el Diario Oficial de la Federación que Reforma y Adiciona disposiciones de las Leyes del INFONAVIT y Federal del Trabajo, siendo lo fundamental:

DECRETO QUE REFORMA Y ADICIONA DIVERSAS DISPOSICIONES DE LAS LEYES DEL INFONAVIT Y FEDERAL DEL TRABAJO

- Que la construcción, reparación, ampliación o mejoramiento de las viviendas de INFONAVIT será a través de una Empresa Constructora creada como Filial.
- Que los trabajadores tendrán derecho a elegir la vivienda nueva o existente, o el sueldo que sea destinado para construcción, reparación o ampliación de vivienda, aplicando el importe del crédito que reciba con cargo al Fondo Nacional de la Vivienda.
- Que sólo los trabajadores al cumplir un año de cotización continua tendrán el derecho de participar en el Programa de Arrendamiento Social de Vivienda construida o administrada por el Instituto que se encuentre cerca de su centro de trabajo, y participar en los Programas de Opción de Compra de esas viviendas.
- Que el trabajador con crédito del Instituto y con conocimiento que haya dejado de percibir salarios, le otorgarán prórrogas en los pagos de las amortizaciones por concepto de capital e intereses ordinarios, con efecto retroactivo a la fecha de la pérdida de ingreso. Durante dichas prórrogas no se generarán intereses ordinarios. Estas prórrogas no

podrán ser mayores de 12 meses cada una, ni exceder en su conjunto más de 24 meses y terminarán anticipadamente cuando la persona trabajadora inicie una nueva relación laboral.

- Que los créditos del INFONAVIT se liberarán transcurridos 30 años contados a partir de la fecha de otorgamiento del crédito.
- Los trabajadores que obtengan un crédito del Instituto o de alguna Entidad Financiera para aplicar al pago de la construcción o adquisición de su vivienda o suelo destinado a ello, podrán dar en garantía de tal crédito, el saldo de su subcuenta de vivienda, la cual cubrirá la falta de pago en que pueda incurrir el trabajador al perder su relación laboral.
- Los créditos que el Instituto otorgue a los trabajadores estarán cubiertos por un Seguro para los casos de Incapacidad total, permanente o de muerte, que libere a la persona trabajadora o a sus beneficiarios de las obligaciones, gravámenes o limitaciones de dominio en favor del Instituto derivados de esos créditos. El costo del Seguro quedará a cargo del Instituto.





- Para proteger el patrimonio de los trabajadores, el Instituto podrá participar con Empresas Públicas y Privadas para promover el desarrollo, así como el abaratamiento a cargo de los acreditados que permitan ampliar la cobertura de siniestros.

- Con el otorgamiento de un crédito o de forma posterior, los trabajadores acreditados podrán expresar su voluntad ante el Instituto designando a las personas que en caso de muerte podrán adjudicarse el inmueble objeto del crédito como beneficiarias.

- El Instituto establecerá programas que otorguen a los trabajadores acceso a vivienda de arrendamiento social, las cuales se regirán por las reglas que emita el Consejo de Administración. No podrán establecerse cláusulas discriminatorias o contrarias a los Derechos Humanos.

Se Reforman y Adicionan los Artículos 97 Fracción III, 110 Fracción III, 139, 140, 141 Fracción III, 145 y 147 Fracción II de la Ley Federal del Trabajo conforme a lo siguiente:

Artículo 97.- Los salarios mínimos no podrán ser objeto de compensación, descuentos o reducción, salvo en los siguientes casos: Fracción III (Reformada). Pago de abonos para cubrir préstamos o rentas provenientes del Fondo Nacional de la Vivienda para los Trabajadores destinados al arrendamiento social, adquisición, construcción, reparación, ampliación o mejoras de vivienda o al pago de pasivos adquiridos por estos conceptos. Estos descuentos deberán haber sido aceptados libremente por la persona trabajadora y no podrán exceder el 20 por ciento del salario para préstamos y 30 por ciento del salario para rentas.

Artículo 110.- Los descuentos en los salarios de los trabajadores están prohibidos, salvo en los casos y con los requisitos siguientes: Fracción III (Reformada). Pago de abonos para cubrir préstamos o rentas provenientes del Fondo Nacional de la Vivienda para los Trabajadores destinados al arrendamiento social, adquisición, construcción, reparación, ampliación o mejoras de vivienda o al pago de pasivos adquiridos por estos conceptos. Estos descuentos deberán haber sido aceptados libremente por la persona trabajadora.

Artículo 141.- Aportaciones al INFONAVIT. (Reformada) Fracción II. Cuando la persona trabajadora deje de estar sujeto a una relación de trabajo y cuente con la edad establecida en la Ley del Seguro Social y la Ley del Instituto del Fondo Nacional de la Vivienda para los Trabajadores, tendrá derecho a que se le haga entrega del total de los depósitos que se hubieren hecho a su favor o sean transferidos a la Administradora de Fondos para el Retiro según lo determine la Ley de los Sistemas de Ahorro para el Retiro.

Artículo 145.- Créditos INFONAVIT (Adicionado). En los casos en que la persona trabajadora incapacitada que, durante el periodo señalado en el párrafo anterior, haya adquirido una nueva relación de trabajo y pierda esta, podría reiniciar el trámite de su cancelación del crédito ante el Instituto cuantas veces le resulte necesario, siempre que no se revoque la determinación de su incapacidad en los términos de la Ley del Seguro Social.

Artículo 147.- (Reformada). Fracción II. Cualquier otro tipo o modalidad de personas trabajadoras.



Economía

La Secretaría de Hacienda empezó el 2025 cerrando la llave del gasto, de acuerdo con la información divulgada por la dependencia a cargo de Rogelio Ramírez de la O.

La Secretaría de Hacienda y Crédito Público (SHCP) empezó el 2025 cerrando la llave del gasto, de acuerdo con la información divulgada por la dependencia a cargo de Rogelio Ramírez de la O.

En enero de este año, el gasto público ejercido sumó 719,258 millones de pesos, lo que representó una disminución de 14.4% en comparación anual, indicó el Informe de Finanzas Públicas y la Deuda Pública a enero.

HACIENDA EMPEZÓ EL AÑO CERRANDO LA LLAVE DEL GASTO; CAYÓ 14.4% DURANTE ENERO

“En enero, el gasto público fue 14.4% inferior en términos reales respecto al mismo mes de 2024, en línea con los objetivos de consolidación fiscal y sin afectar la provisión de bienes y servicios esenciales para la población”, señaló Hacienda.

Asimismo, resultó en un subejercicio de 203,274 millones de pesos, es decir, el gobierno de Claudia Sheinbaum gastó menos de lo aprobado en el periodo.

Dentro del reporte de Hacienda se observó que la mayor disminución se dio en el gasto no programable, sin considerar el costo financiero de la deuda.

El gasto no programable – que contempla las participaciones y adefas – fue de 113,782 millones de pesos, lo que representó una caída de 30.3% anual.

“El gasto federalizado se ubicó 12.4% por debajo de lo observado en el mismo mes de 2024. Al interior, si bien las participaciones fueron 11.8% menores, se ubicaron 5,500 millones de pesos por arriba de lo previsto en el programa”, detalló la dependencia a cargo de Ramírez de la O.





En contraste, el costo financiero de la deuda aunque resultó menos de lo esperado – en 14,720 millones de pesos – creció 40% en comparación anual.

En tanto, el gasto programable, que es el que se destina para proveer servicios a la población, fue de 501,980 millones de pesos, lo que representó una caída de 16.8% en comparación con enero del año pasado.

Ingresos crecen pero no cumplen

En el caso de los ingresos, Hacienda reportó que, aunque presentaron un crecimiento, quedaron por debajo de lo estimado.

En enero, los ingresos públicos reportaron 712,073 millones de pesos, un incremento de 4.3% en comparación anual, pero 23,960 millones de pesos por debajo de lo programado.

A detalle, los ingresos petroleros le dejaron al erario una cantidad de 69,822 millones de pesos, es decir, un aumento de 5.2% en comparación anual.

“Los ingresos petroleros aumentaron 5.2% real anual en enero, favorecidos por la depreciación del tipo de cambio, que elevó los ingresos por exportación de crudo, factor que más que compensó la disminución en el precio promedio y la producción”, dijo Hacienda.

En el caso de los ingresos que se obtienen por el pago de impuestos, estos sumaron 517,416 millones de pesos, un aumento en comparación anual de 5.1 por ciento.

De esta manera, el déficit presupuestario se ubicó en 7,200 millones de pesos, significativamente menor al nivel programado de 186,500 millones de pesos.

Lo anterior, dijo Hacienda, reflejó “un manejo prudente de las finanzas públicas. Por su parte, el balance primario presupuestario alcanzó un superávit de 96,300 millones de pesos, que se compara favorablemente respecto al déficit

programado de 68,300 millones de pesos. En cuanto a los Requerimientos Financieros del Sector Público, éstos se situaron en 23,000 millones de pesos”.

FUENTE: El Economista

INICIO



Mifel el banco que te paga por ahorrar:

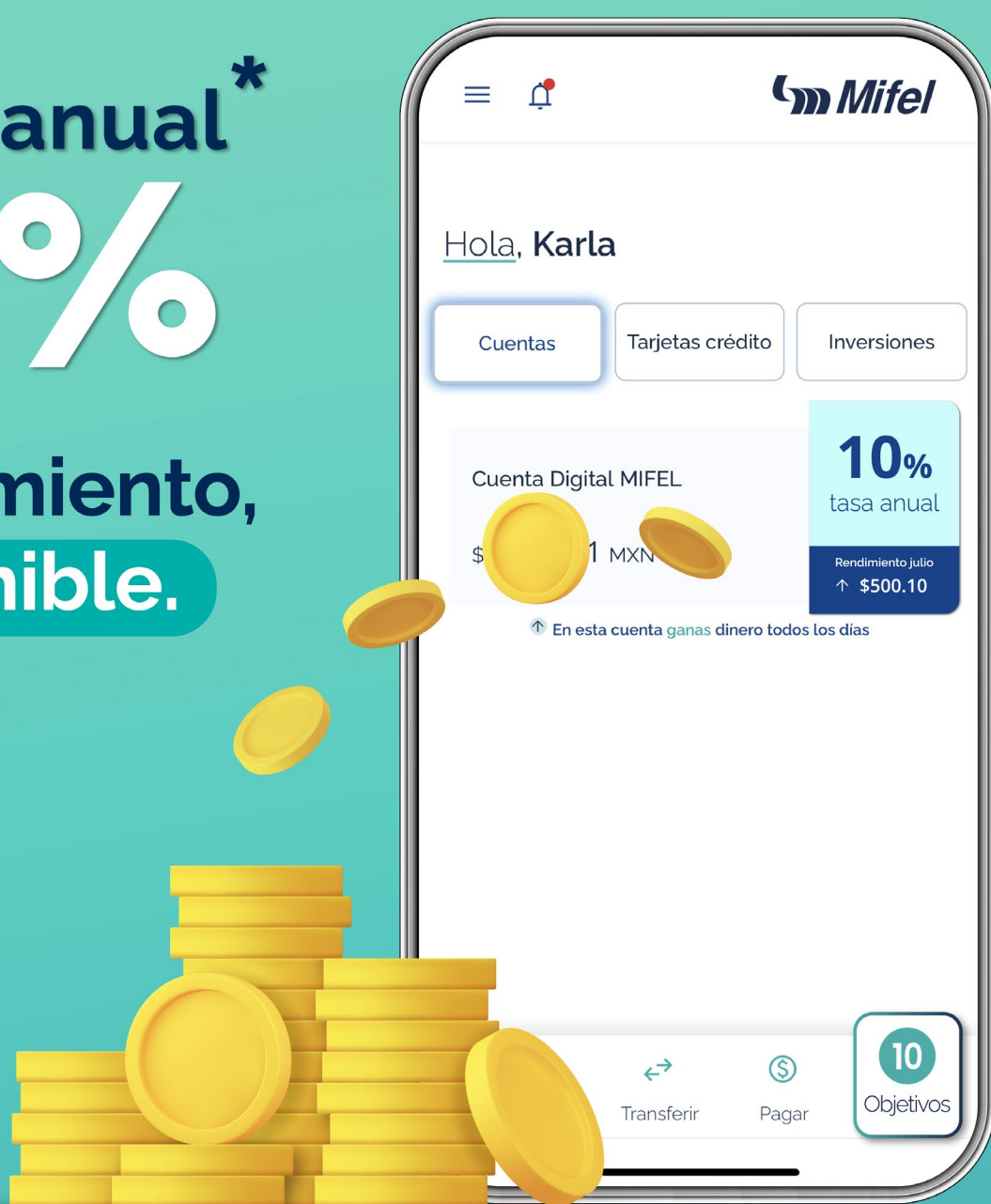
10% anual*

tu dinero y rendimiento,
siempre disponible.

Abre tu cuenta



en solo 5 minutos



GAT para fines informativos y de comparación a partir de \$100 pesos (cien pesos 00/100 m.n.) **GAT nominal de 10.52% anual antes de impuestos. GAT real de 6.51%.** La **GAT real** es el rendimiento que obtendría después de descontar la inflación estimada. *La tasa de interés fija anual bruta es de 10.00%. Consulta **Términos y Condiciones, requisitos de contratación, unidad monetaria, cobertura geográfica, comisiones y folleto informativo** en www.mifel.com.mx. Fecha de cálculo de **GAT Nominal y Real:** 25 de septiembre de 2024, vigentes al 31 de diciembre de 2024. Vigencia de la promoción del 01 de octubre de 2024 hasta el 31 de diciembre de 2024. Producto garantizado por el IPAB hasta por 400 mil UDIS por persona, por banco. Para mayor información consulta la página www.ipab.org.mx. La marca MIFEL es una marca registrada propiedad de GRUPO FINANCIERO MIFEL S.A. DE C.V.

INICIO



Faltan

7 días

¡Última llamada!

¿Lista para una noche de sabores,
networking y experiencias únicas?

Eventos

INVITACIÓN ESPECIAL AL EVENTO MIT WIL – NETWORKING Y LIDERAZGO

Estimados agremiados,

Como parte de nuestra alianza con la Asociación de Mujeres del Vino, las invitamos al evento de networking y taller de liderazgo que se llevará a cabo el 7 de marzo en Miliere 310 a las 12:45 p.m.

Hemos asegurado un costo preferencial para todas nuestras asociadas y mujeres de la industria en posiciones de liderazgo.

Pueden encontrar más detalles e inscribirse en la siguiente liga: <https://www.boletiland.com/evento/aliadosestrategicos-mitwit-2025>

Para cualquier duda, pueden contactar directamente a Joanna Vallejo, presidenta fundadora de la Asociación de Mujeres del Vino y Sommelier de la AMR.

¡Esperamos verlas ahí!





Mujeres In Taninos - Women In Leadership

Yo voy al Mit Wil 2025, ¿y tú?

¡Apúntate!

07Marzo
CDMX





Mujeres In Taninos - Women In Leadership Summit

MIT AFILIADAS

SAVE THE DATE

07Marzo

13hs - 22hs

Moliere 310
CDMX





Mujeres In Taninos - Women In Leadership

Fecha

7 de Marzo

Dónde

Moliere 310, CDMX

PROGRAMA

Hora	Actividad	Contenido	Patrocinador
13:00 - 15:00 horas	Registro y networking lunch	Bienvenidas y Bienvenidos a nuestro networking lunch con nuestros patrocinadores e invitados especiales para comenzar este día	
15:00 horas	Mensaje de bienvenida	De viva voz de nuestras Presidentas Fundadoras demos inicio a una tarde de inspiración y celebración al rol de la mujer en el sector del Vino en México. Coffe break.	 
15:30 - 18:30 horas	Workshop in Leadership	Liderado por COLECTIVO 23, cuyo objetivo es que más mujeres impulsen sus carreras o posiciones de liderazgo, es urgente cerrar la brecha de género en el sector, buscar más y mejores espacios dentro de los organismos y empresas.	
18:30 - 19:30 horas	Somos MITS	En presencia de invitados estatales presentaremos resultados de la encuesta de Percepción de Rol de la Mujer en el Sector Vitivinícola y se presentará a la nueva mesa directiva de Mujeres In Taninos	
19:30 - 22:00 horas	Brindis por nosotras	Coctel de celebración y networking, disfruta de lanzamientos de vinos, destilados y conoce nuevas propuestas de nuestro sector. Convive con proveedores y líderes de nuestra industria.	 

Nuestros Aliados





FUENTE: Asociación de Mujeres del Vino

INICIO



AMR
ASOCIACIÓN MEXICANA
DE RESTAURANTES, A.C.
DESDE 1948

CAPACITACIÓN AMR

BOLETÍN
AMR-DICARES

MARZO

24 y 25

lunes

martes

9:00 a 14:00 hrs.

Control de costos de alimentos y bebidas

Temario

1. La importancia del costo de alimentos y bebidas en los resultados de la empresa.
2. Gastos de operación y la importancia en los resultados.
3. Definición del concepto del control y sus características.
4. Definición del costo de alimentos y bebidas.
5. Etapas del control en el proceso operativo.
6. Identificación de las causas de desviaciones del costo.
7. Costeo de recetas, catálogo de recetas.
8. Compras, control, políticas y reportes.
9. Almacén, control, políticas.
10. Inventarios, toma de inventarios, control, rotación de inventarios.
11. Cocina, reportes, recomendaciones de control.
12. Ventas y caja, control.
13. Reportes mensuales de costos.
14. Indicadores e informes para evaluar la eficacia del control de costos.
15. Comité de costos.
16. Autoevaluación del control de costos.

Instructor

Fernando del Moral Muriel



Superior de Gastronomía: Av. Sonora 189, Hipódromo Condesa, CDMX

\$2,000 SOCIOS

\$2,800 NO SOCIOS

f @AMRrest

INSCRÍBETE

Noemi Alarcón · nalarcon@amr.org.mx · T. 55 5250 1146

INICIO



DISFRUTA **LA VARIEDAD** DE CAFÉ BLASÓN®

NUEVO
Café Blasón®
de grano



EXPERTOS
FOOD SERVICE

@HerdezFS @herdezfoodserviceoficial @herdezfoodservice Herdez Food Service Herdez Food Service www.herdezfoodservice.com.mx Llama al 01 (800) 2289 HFS (437)



INICIO





Gastronomía

Inspirados en México, los Premios Oscar 2025 ofrecerán cócteles de tequila mexicano como parte del menú para la entrega de este año. Elaborados por parte del equipo del bar mexicano Handshake Speakeasy, parece que serán los protagonistas de la noche. Conoce de qué estarán hechos.

ASÍ SON LOS CÓCTELES DE TEQUILA ELABORADOS POR UN BAR MEXICANO QUE BEBERÁN LOS FAMOSOS EN LOS PREMIOS OSCAR 2025

PREMIOS OSCAR 2025: ¿QUÉ TOMARÁN LAS ESTRELLAS DE CINE?

Así lucen los cócteles con tequila mexicano que tomarán

Para la edición número 97 de la entrega de los Oscar, se ofrecerá un menú exclusivo en donde los cócteles con tequila serán los principales protagonistas.

Elaborado con tequila mexicano, estos cócteles aportarán todos los sabores y esencia de México. Se diseñaron 5 diferentes cócteles con tequila que serán ofrecidos a las estrellas de Hollywood.

El mixólogo Charles Joy será el encargado de ponerle el sabor mexicano a la ocasión. Pero será en colaboración con Eric Van Beek y el equipo del bar mexicano Handshake Speakeasy.





Los cinco cócteles serán:

- "El Histrión": elaborado con lima, mango y agave.
- "El Claro Ganador": flor de jamaica, especias y chiles.
- "Gran Ovación": de apariencia dorada.
- "Gimlet de la Edad Dorada": un martini especial.
- "Un Ejemplo de Clase": cóctel elaborado con menta.

Los sabores de México estarán presentes en esta lujosa selección de cócteles para la premiación de los Oscar 2025. Todo parece indicar que el motivo se debe a una de las películas contendientes a ganarlo todo y más polémicas: “Emilia Pérez”.

¿CUÁL ES EL MENÚ DE LOS PREMIOS OSCAR 2025?

Al mando del famoso chef austriaco **Wolfgang Puck**, las estrellas de Hollywood disfrutarán de un menú muy exclusivo. El líder del restaurante **Spago**, en Los Ángeles, será de nueva cuenta el encargado de alimentar a los famosos.

El menú de los Oscar 2025 consiste en pequeños aperitivos como tartár de atún, mini hamburguesas de waygu y minitacos. Destacará el jamón de ibérico de bellota de Cinco Jotas como parte de las entradas.

Para el plato fuerte, Puck reveló que ofrecerán platos como: macarrones con queso, agnolottis y pastel de pollo trufado. Los postres serán todo un espectáculo pues habrá más de 30 tipos de postres diferentes, entre los más destacados el strudel de manzana, macarrones marmoleados de melocotón, profiteroles de fresa y cigarros de chocolate.

FUENTE: Animal Gourmet

INICIO





Industria

El restaurante de don Ernesto siempre estaba lleno. Desde que abrió sus puertas hace 25 años en la colonia Roma, su clientela se mantuvo constante. Los mismos clientes que iban con sus padres ahora llevaban a sus hijos, celebraban cumpleaños y cenas de aniversario en sus mesas. Pero en los últimos años, algo cambió.

“Cada vez veo más caras nuevas y menos clientes de siempre”, le comentó un día su gerente. A primera vista, esto parecía algo positivo, pero los números decían otra cosa: los nuevos clientes no regresaban y la facturación se volvía inestable. La fidelización que antes llegaba sola, ahora requería estrategia.

UN CLIENTE FIEL VALE MÁS QUE DIEZ NUEVOS, ¿CÓMO ASEGURAR SU LEALTAD?

El costo real de perder clientes

El 80% de los restauranteros están obsesionados con atraer nuevos clientes, cuando la clave del crecimiento sostenible está en retener a los que ya tienen. Según Harvard Business Review, conseguir un nuevo cliente cuesta entre 5 y 25 veces más que retener uno existente. Pero más allá del costo de adquisición, los clientes fieles gastan hasta un **67% más** que los nuevos y son quienes recomiendan el negocio a otros.

Don Ernesto nunca pensó que necesitaría fidelizar clientes, hasta que su contabilidad le reveló una verdad incómoda: cada mesa que no regresaba representaba miles de pesos en ingresos perdidos al año.

toteat





¿Cómo lograr que un cliente vuelva?

1. Haz que la primera visita sea inolvidable

La primera impresión cuenta más de lo que crees. La experiencia del primer servicio influye directamente en la probabilidad de que el cliente regrese. Un error aquí, y lo más probable es que no vuelvas a verlo.

Don Ernesto entendió que no bastaba con buena comida. Su equipo comenzó a registrar a los clientes frecuentes, recordar sus platillos favoritos y ofrecer una atención personalizada.

2. Diseña incentivos inteligentes

Las tarjetas de lealtad han existido por décadas, pero la clave está en hacerlas relevantes. No se trata de ofrecer descuentos a cualquiera, sino de premiar la recurrencia. Un cliente que ha visitado el restaurante cinco veces en un mes, merece algo especial.

En su nuevo programa de fidelización, don Ernesto regaló un postre especial en la quinta visita. No era tanto por el costo del postre, sino por el gesto. Los clientes lo valoraban.

3. Experiencia y servicio por encima del precio

La mayoría de los clientes no deja de ir a un restaurante por el precio, sino por una mala experiencia. Según Deloitte, el 60% de los clientes dejarán de visitar un negocio después de dos malas experiencias.

Ernesto comenzó a implementar un control más estricto sobre la atención en el salón, redujo tiempos de espera con un sistema de pedidos

digital y mejoró la comunicación en la cocina con un KDS. El resultado: menos errores, más satisfacción y clientes que regresaban por la calidad del servicio.

4. Usa la tecnología para mantener el contacto

Hoy, un restaurante no puede darse el lujo de perder el rastro de sus clientes. Herramientas como Toteat permiten crear bases de datos con información clave: cual es el platillo que más piden, cuando se venden más.

Así, Ernesto implementó campañas de WhatsApp con ofertas personalizadas y recordatorios de eventos especiales. Un simple mensaje con “Te extrañamos en [nombre del restaurante], esta semana tu primera copa de vino es cortesía” hizo que muchos clientes volvieran.

El resultado: más clientes recurrentes, menos mesas vacías

Un año después de aplicar estas estrategias, don Ernesto vio un cambio radical. Las caras familiares comenzaron a regresar, y su facturación se estabilizó.

En el negocio de los restaurantes, la clave no está en atraer, sino en retener. La tecnología está ahí para ayudar, pero la verdadera diferencia la hace un restaurante que entiende que cada cliente que se sienta en su mesa es una oportunidad de negocio a largo plazo.

En Toteat, sabemos que la fidelización no es un lujo, sino una necesidad. Si quieres descubrir cómo optimizar tu operación para que tus clientes vuelvan una y otra vez, [hablemos](#).

FUENTE: Toteat

INICIO

QUESO EXTRAORDINARIO TODOS LOS DÍAS



INICIO





Gastronomía

¿Te gustaría aprender a elegir pescado fresco? Se aproxima Semana Santa y todos aquellos que respetan la abstinencia de carnes rojas, ya sea por creencia o por tradición, deben saberlo.

Sin embargo, al encontrarse nuestra ciudad tan lejos de los océanos y, honestamente, al ser los ciudadanos tan poco consumidores de pescado, es indispensable que aprendas a distinguir un pescado fresco de aquellos que no lo están.

10 TIPS PARA ELEGIR PESCADO FRESCO PARA TUS PLATILLOS DE CUARESMA

APRENDE A ELEGIR PESCADO FRESCO Y DE CALIDAD

En primer lugar, debes de fijarte que el pescado se encuentre en congelación o entre hielo fresco y consistente, y a la sombra.

En esta época de calor recomendamos comprarlo en locales cerrados y no en puestos de la calle, ya que permanecer mucho tiempo en el calor lo puede echar a perder.

1. El cuerpo del pescado debe estar arqueado y rígido.
2. Las escamas deben permanecer unidas entre sí, y no deben estar viscosas sino brillantes.
3. Si puedes desprenderlas con facilidad, quiere decir que el pescado está pasado.
4. La piel debe ser del color de cada especie, debe estar húmeda y sin arrugas ni manchas.
5. Las branquias deben estar húmedas, deben ser de color rosado o rojo intenso.





6. El olor debe ser suave. Si percibes un aroma penetrante y desagradable, no está fresco.
7. Los ojos deben verse brillantes y salientes. Deben ser transparentes y el iris no debe estar manchado de rojo.
8. La mejor prueba es presionar una parte del cuerpo con el dedo y, a los segundos, debe recuperar su forma original. Si se queda hundido, no está fresco.
9. Busca pescados de temporada.
10. Procura comprar en establecimientos donde te garanticen que estás consumiendo la especie que eliges y su frescura. En la Ciudad de México, el Mercado de la Viga es la mejor opción.

CÓMO SABER QUE ESTÁS COMPRANDO PESCADO AUTÉNTICO

Este último punto es muy importante ya que Oceana México a través de su programa Gato x liebre que lleva a cabo desde 2018, ha descubierto que un 44% del pescado que compramos en México, creyendo que es de una determinada especie, en realidad es sustituido por otras.

Esto sucede sobre todo en pescaderías que podrían clasificarse como de barrio o de mercado, que no tienen que pasar por certificaciones, donde el porcentaje de sustitución es del 55%.

BENEFICIOS DE CONSUMIR PESCADO

El consumo de pescado es muy recomendable si quieres llevar una dieta saludable, ya que contiene ácidos grasos Omega 3, que ayudan a combatir los procesos inflamatorios, las erupciones cutáneas y la fatiga.

Además, comer pescado aporta vitaminas del grupo B, mientras que los pescados grasos o azules, como el salmón aportan una importante cantidad de vitaminas liposolubles como la A, D y E.

Así que ya sabes: elígelo fresco, compra en sitios confiables y ten cuidado de que no te den gato por liebre.

FUENTE: Animal Gourmet

INICIO



Restaurantes

Un espacio donde la gastronomía, la naturaleza y la exclusividad se encuentran.

RESTAURANTE LOMA GUARÍN

Sobre nosotros

Restaurante de Cocina Fusión con Especialidad en Parrilla y Coctelería Premium

Loma Guarín es más que un restaurante, es una experiencia gastronómica de alto nivel, diseñado para quienes buscan una combinación perfecta entre elegancia, naturaleza y exclusividad.

Ubicado sobre la Av. Toluca - Naucalpan, nuestro espacio ofrece vistas panorámicas, un ambiente sofisticado y una propuesta

culinaria excepcional, convirtiéndolo en el lugar ideal para reuniones corporativas, eventos empresariales y experiencias únicas.

Nuestra Propuesta de Valor

- Ubicación exclusiva con vistas panorámicas inigualables.
- Gastronomía de alto nivel, con platillos diseñados para conquistar paladares exigentes.
- Ambientes adaptables: desde cenas privadas hasta eventos empresariales de gran escala.



Menú Destacado

En Loma Güarín ofrecemos una experiencia gastronómica de primer nivel con cortes al grill, especialidades del mar y una selección de entradas y guarniciones que complementan cada platillo. Nuestro menú está diseñado para satisfacer todos los gustos, incluyendo opciones para niños y una variedad de acompañamientos.

Nuestra coctelería combina creaciones de autor con los clásicos más icónicos, ofreciendo una selección de bebidas que realzan cada momento. También contamos con mocktails y opciones sin alcohol para una experiencia refrescante y sofisticada.

Experiencia Corporativa y Convenios

- **Encuentros corporativos:** Espacios exclusivos para reuniones, presentaciones y eventos corporativos.
- **Encuentros networking:** Eventos de networking, catas y experiencias sensoriales para equipos de trabajo.
- **Servicios exclusivos:** Descuentos y beneficios en consumo para empresas afiliadas.

Eventos y Celebraciones Empresariales

Nos especializamos en crear eventos únicos para empresas. Algunos de nuestros servicios incluyen:

- Cenas corporativas y de fin de año
- Reuniones estratégicas y de networking
- Lanzamiento de productos y presentaciones
- Catas de vino, degustaciones y experiencias gastronómicas
- Team buildings y dinámicas empresariales con un toque gourmet

¡Ven y disfruta de nuestra comida ahora!

Santa Cruz Ayotuzco, Méx.
T. 55 4896 8005
@loma.guarin
lomaguarin.com



FUENTE: Restaurante Loma Guarín

INICIO



¡PLATICA CON TUS HIJOS!

NO ESTÁ
Chido
QUE FUMEN

INFÓRMATE AQUÍ



Consejo de la Comunicación
Voz de las Empresas

INICIO

