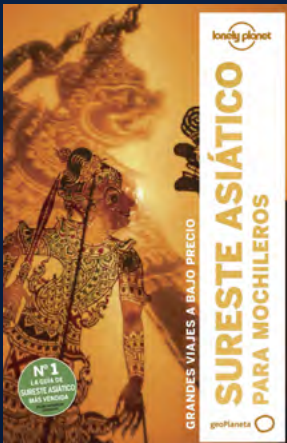




Sureste asiático para mochileros

Myanmar (Birmania)

David Eimer



PDF

Capítulos incluidos en la guía

Sureste asiático para mochileros 6

geoPlaneta





Myanmar (Birmania)

📍 95 / 54,94 MILLONES DE HAB.

Incluye »

Yangón	500
Mawlamyine	516
Hpa-an	518
Dawei	521
Lago Inle	521
Nyaungshwe	522
Kalaw	525
Mandalay	528
Pyin Oo Lwin	539
Bagan	543
Mrauk U	553

Los mejores alojamientos

- ➔ Ostello Bello (p. 523)
- ➔ Pickled Tea Hostel (p. 501)
- ➔ La Maison Birmane (p. 522)
- ➔ Mr Charles Guest House (p. 541)

Expresiones básicas en birmano

Hola ming-guh-la-ba

Adiós thwà-me-naw

Gracias jày-zù ding-ba-de

¿Hablas inglés?

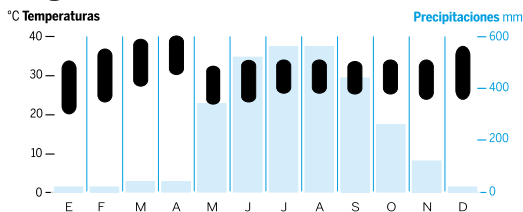
ing-guh-lay'loh
byàw-da'thuh-là

Por qué ir

Es el momento de visitar esta extraordinaria tierra poco conocida, salpicada de pagodas y monasterios dorados, donde perduran las formas tradicionales de Asia. Tras cuatro décadas de régimen militar represivo, Myanmar borbotea con una energía nueva y esperanzadora, aunque el avance hacia la democracia se produce de manera calmada; pese a todos los cambios, sigue siendo un país mágico y sin igual, alejado aún del turismo de masas.

Una visita a Myanmar es la oportunidad para dejar en suspenso las exigencias de la vida moderna y sumergirse en paisajes serenos de selvas exuberantes, montañas, ríos serpenteantes e inmaculadas playas con palmeras. Los viajes y la vida cotidiana se desarrollan a un ritmo pausado, lo que deja mucho tiempo para la contemplación. Lo mejor de todo es conocer a unas gentes amables, sociables, consideradas, curiosas, apasionados y con sentido del humor.

Cuándo ir Yangón



Dic-feb La mejor época, pero es temporada alta y conviene reservar antes hoteles y transporte.

Abr La época más calurosa; se recomiendan las colinas de Chin y el estado de Shan, con mejor temperatura.

May-oct Temporada de lluvias; hay menos visitantes pero hay carreteras remotas intransitables.

DE UN VISTAZO

Moneda Kyat birmano (MMK)

Idioma Birmano

Dinero Efectivo principalmente

Visados 28 días

Teléfonos móviles

Las tarjetas SIM de prepago se encuentran sin dificultad.

Datos básicos

Extensión 676 578 km²

Capital Nay Pyi Taw

Urgencias Policía (Yangón) 199

Tipos de cambio

El dólar estadounidense es la única divisa extranjera permitida, bien como moneda de cambio o para pagar artículos y servicios.

EE UU	1 US\$	1358 MMK
Laos	10 000 LAK	1846 MMK
Tailandia	10 THB	485 MMK
Zona euro	1 €	1833 MMK

Véanse los tipos de cambio actuales en www.xe.com.

Presupuesto diario

Pensión o albergue
10-40 US\$

Alquiler bicicleta 1 día
1-2 US\$

Menú de 2 platos en un restaurante de precio medio 5-15 US\$

Caminata de Kalaw al lago Inle 30 US\$/persona y día

Indispensable

Myanmar es uno de los países budistas más devotos. De visita obligada son la Shwedagon Paya (Yangón), la Mahamuni Paya (Mandalay) y los templos de la llanura de Bagan, pero hay muchos más enclaves que impresionan por su belleza y espiritualidad: el imponente Shwemawdaw Paya, que se cierne sobre Bago; la poca visitada Mrauk U (antigua capital de Rakhine), salpicada de templos y monasterios centenarios; o el monte Kyaiktiyo, donde se puede acompañar a los peregrinos que acuden para venerar su roca dorada, que desafía la gravedad.

LAS REGIONES DE UN VISTAZO

Yangón alberga templos icónicos, mercados bulliciosos y los mejores restaurantes del país, mientras que el suroeste birmano tiene playas de fácil acceso, templos y artesanía original. El sureste cuenta con las mejores playas y el monte Kyaiktiyo (Roca Dorada), lugar de peregrinación sagrada, y Bagan y la región central destacan por sus lacados y los miles de templos repartidos en una amplia llanura. En el lado oriental, se puede navegar en el lago Inle y caminar a través de poblados minoritarios. Mandalay, la capital cultural de Myanmar, ofrece espectáculos de danza y títeres, así como monasterios y templos. En el norte abundan las montañas y minorías étnicas, así como las excursiones en barco por el río Ayeyarwady. En la occidental Myanmar you se puede escapar del bullicio en las colinas Chin, o descansar en la playa de palmeras en Ngapali.

Comida y bebida

'Āthouq' Ensaladas ligeras, ácidas y especiadas elaboradas con verduras o frutas crudas y aderezadas con zumo de lima, cebolla, cacahuets, y chile. La común *leq-p'eq thouq* incluye hojas de té fermentadas.

'Mohinga (moun-hinga)' Desayuno popular consistente en fideos de arroz servidos con sopa de pescado.

'Shan khauk-swe' Sopa de fideos al estilo shan: fideos finos de trigo en un caldo ligero con carne o tofu, disponible en todo el país, pero particularmente en Mandalay y Shan.

'Htamin chin' Una ensalada del color cúrcuma, de origen shan.

Té negro Preparado al estilo indio, dulce con un montón de leche.

Entrada al país

Los vuelos internacionales llegan a los aeropuertos de Yangón y Mandalay. Los accesos por tierra son desde Mae Sai, Mae Sot, Ranong y Phu Nam Ron, en Tailandia. También se puede entrar desde Ruili, en China, y Moreh, en la India, tras la expedición de un permiso.

CHINA
(TIBET)



Imprescindible

- 1 Shwedagon Paya** (p. 500) Dejarse deslumbrar por el templo budista más importante del país y por el bullicio de Yangón.
- 2 Lago Inle** (p. 521) Contemplar este mágico paisaje de aldeas flotantes, monasterios sobre pilotes y jardines acuáticos.
- 3 Bagan** (p. 543) Admirar la belleza de un amanecer brumoso sobre 4000 templos budistas desde lo alto de alguna *paya* (templo).
- 4 Kalaw** (p. 525) Practicar el senderismo o el ciclismo de montaña en la ruta hacia el lago Inle.
- 5 Mrauk U** (p. 553) Perdersse entre los cientos de templos y fortificaciones en ruinas de la atemporal y antigua capital de Rakhine.
- 6 Mawlamyine** (p. 516) Explorar esta apacible ciudad dotada de arquitectura colonial, pagodas históricas y cercanas playas.
- 7 Hsipaw** (p. 540) Relajarse en la histórica y sosegada ciudad entre caminatas a los cercanos poblados de las minorías étnicas.
- 8 Sagaing** (p. 538) Recorrer la antigua capital real y su cueva-monasterio.
- 9 Lago Rih** (p. 556) Tomar el camino menos transitado a este lago místico en el remoto estado de Chin.

Carreteras y fronteras cerradas

A la mayoría de los lugares de este capítulo se accede por carretera, pero no todas las carreteras del país están abiertas a los extranjeros. Para más detalles acerca de las entradas y salidas por tierra del país, véanse los recuadros correspondientes a los pasos fronterizos de este capítulo.

YANGÓN

☎01 / 4 728 524 HAB.

Yangón (ရန်ကင်း), la mayor metrópoli de Myanmar, es también el lugar más fascinante, con antiguos exiliados políticos, inversores asiáticos y aventureros extranjeros que acuden en masa. Centro comercial y artístico del país, refleja los cambios ocurridos desde que Myanmar se reabrió al mundo, con una explosión de nuevos restaurantes, bares y tiendas, así como obras en construcción y atascos de tráfico por todas partes.

Pero en muchos sentidos, Yangón, antes conocida como Rangún, apenas ha cambiado: el foco principal es la Shwedagon Paya, un impresionante monumento budista dorado alrededor del cual gira todo lo demás. No muy lejos hay parques y lagos que brindan a los yangonitas un escape del caos urbano. En el centro, destacan sus aceras llenas de vendedores y la arquitectura colonial, con algunas de las obras más impresionantes del sureste asiático.

📍 Puntos de interés

★ Shwedagon Paya

TEMPLO BUDISTA

(ရွှေတိဂုံဘုရား; plano p. 510; www.shwedagonpaya.gov.mm; Singuttara Hill, Dagon; 8000 MMK; ☎4.00-22.00) Este templo es uno de los lugares más sagrados del budismo. Se dice que su estupa de 99 m, está decorada con 27 toneladas de pan de oro junto con miles de diamantes y otras gemas, y custodia cabe-

llos del Gautama Buda, así como reliquias de tres budas anteriores.

Cuatro escaleras de entrada llevan hasta la terraza principal. Para mayor tranquilidad, visitar al alba; si no, cuando el sol de poniente tiñe la estupa con esos mágicos tonos púrpura y anaranjados.

★ Botataung Paya

TEMPLO BUDISTA

(ဗိုလ်တထောင်ဘုရား; plano p. 506; Strand Rd, Botataung; 5 US\$/6000 MMK; ☎6.00-21.00) El diáfano entorno que ocupa este templo junto al río y la ausencia de aglomeraciones le dan un aire más espiritual que la Shwedagon Paya o la Sule Paya. Su rasgo más original es el impresionante pasillo en zigzag, dorado del suelo al techo, que se adentra en la estupa de 40 m. También hay que ver el Buda de bronce que en otro tiempo se encontraba en el Palacio Real de Mandalay, y el gran estanque con centenares de tortugas espalda de diamante.

Sule Paya

TEMPLO BUDISTA

(ဓနုလောဘုရား; plano p. 506; Sule Pagoda esq. Mahabandoola Rds, Pabedan; 3000 MMK; ☎5.00-21.00) No hay muchas ciudades que puedan presumir de tener en su rotonda principal un templo dorado de 2000 años de antigüedad. Esta estupa de 46 m, según dicen la más antigua que la Shwedagon Paya, es un ejemplo de cómo Myanmar combina la vida moderna y las antiguas tradiciones. El momento especial para visitar el templo es la puesta de sol.

★ Chaukhtatgyi Paya

TEMPLO BUDISTA

(ခြောက်ထပ်ကြီးဘုရား; plano p. 510; Shwegondine Rd, Tamwe; ☎6.00-20.00) Situado en un gran cobertizo con techo metálico, este hermoso Buda reclinado, de 65 m de largo, apenas se ha dado a conocer, pese a ser más grande que la muy famosa y parecida escultura de Bago. La plácida expresión del rostro, con ojos de cristal, está rematada por una corona de diamantes y otras piedras preciosas.

★ Ngahtatgyi Paya

TEMPLO BUDISTA

(ငါးထပ်ကြီးဘုရား; plano p. 510; Shwegondine Rd, Tamwe; ☎6.00-20.00) Una de las imágenes de Buda más bellas de Yangón, si no de toda Myanmar, es la de este templo. De color blanco y dorado y adornado con piedras preciosas, el Buda mide 14 m de largo y aparece sentado, en actitud relajada. Solo por el entorno de madera tallada ya merece la pena una visita.

📍 NORMAS DE CONDUCTA

Sí

- ➔ Descalzarse al entrar en un recinto budista o una casa.
- ➔ Vestir con corrección: evitar los pantalones cortos, minifaldas y hombros descubiertos.
- ➔ Pedir permiso antes de fotografiar a alguien.

No

- ➔ No tocar a nadie en la cabeza, tampoco a los niños.
- ➔ No posar con imágenes de Buda o sentarse sobre ellas.
- ➔ No señalar con los pies a personas u objetos y disculparse si se roza a alguien accidentalmente con el pie.

Museo Nacional (Yangón)

MUSEO

(အမျိုးသားပြတိုက်; plano p. 508; ☎01-371 540; 66/74 Pyay Rd, Dagon; 5000 MMK; ☀9.30-16.30 ma-do) Aunque la colección del museo está espantosamente iluminada y etiquetada, los tesoros que oculta este laberíntico edificio merecen una visita.

Lo más destacado es el espectacular Sihansana (Trono del León), de 8 m de altura y con gemas incrustadas, que perteneció al rey Thibaw Min, el último monarca de Myanmar. En realidad, más que un trono es una puerta de entrada.

Mahabandoola Garden

PARQUE

(မဟာဝန္ဓုလင်္ကာခြံ; plano p. 506; Mahabandoola Garden St, Kyauktada; ☀6.00-18.00) **GRATIS** Este parque es un buen lugar para pasear por el centro de la ciudad y ver los edificios que lo rodean, como el Ayuntamiento, el Tribunal Supremo y los viejos almacenes Rowe & Co, hoy un banco.

En el parque se halla el **monumento a la Independencia** (လွတ်လပ်ရေးကျောက်တိုင်; plano p. 506; Mahabandoola Garden, Kyauktada) **GRATIS**, un obelisco blanco de 50 m de alto rodeado por dos círculos concéntricos de *chinthe* (deidades mitad dragón mitad león). También hay una zona recreativa infantil.

Sinagoga Musmeah Yeshua

SINAGOGA

(plano p. 508; ☎01-252 814; 85 26th St, Pabedan; ☀10.00-13.00 lu-sa) Este edificio de 1896 conserva muy bien su interior, con una *bimah* (plataforma que sostiene el atril de la Torá) en el centro, y un balcón para las mujeres arriba. El techo, de madera, presenta el motivo original de la estrella de David en azul y blanco. Antes de acudir a la sinagoga, conviene ponerse en contacto con Sammy Samuels (info@myanmarshalom.com).

Lago Kandawgyi

LAGO

(ကန်တော်ကြီး; plano p. 510; Kan Yeik Thar Rd, Dagon; 3000 MMK) Este lago artificial, también conocido como Lago Real, fue construido por los británicos como depósito de agua y es más bonito a la puesta de sol, cuando sus tranquilas aguas reflejan la Shwedagon Paya. La pasarela que recorre los lados sur y oeste del lago (se puede transitar libremente), también brinda un buen paseo (o para correr) a primera hora de la mañana.

Circuitos**★ Uncharted Horizons**

CICLISMO

(plano p. 506; ☎09 97117 6085; www.uncharted-horizons-myanmar.com; 109 49th St, Botataung;

INDISPENSABLE**A BORDO DE LA LÍNEA CIRCULAR**

Aunque los trenes tiemblan como el tambor de una lavadora en pleno centrifugado, la **Línea Circular de Yangón** (plano p. 506; sin a.a./con a.a. 100/200 MMK; ☀6.10, 8.20, 8.35, 10.10, 10.45, 11.30, 11.50, 13.05, 13.40, 14.25, 16.40 y 17.10) es un modo ameno de recorrer la ciudad, hablar con los pasajeros y vendedores (algunos vagones tienen aire acondicionado) y ver las zonas menos turísticas. El tren va menos lleno entre 10.00 y 16.00 y los fines de semana.

circuito medio día/día completo desde 42 000/65 000 MMK) Operador de circuitos de aventura dirigido por el entusiasta y experto austriaco Jochen Meissner. Ofrece cuatro itinerarios en bicicleta alrededor de Yangón, con un fantástico viaje a Dalah y la cercana isla de Seikgyi, para pedalear entre idílicas aldeas rurales.

🛏 Dónde dormir**★ Pickled Tea Hostel**

ALBERGUE \$

(plano p. 510; ☎09-25090 3363; www.pickled-teahostel.com; 11 Myaynigone Zay St, Sanchaung; dc 15-18 US\$, i/d 38/54 US\$; ☹☹) A las afueras de Sanchaung y, a 15 min andando de la Shwedagon Paya, este acogedor albergue ofrece dormitorios amplios y elegantes, con buenas camas y taquillas. Tiene una bonita terraza y una pequeña zona común interior. Las habitaciones privadas más baratas comparten baños.

★ 21 Hostel

ALBERGUE \$

(plano p. 508; ☎09 77518 5358; 21hostelmyanmar@gmail.com; 21 Bo Ywe Rd, Latha; i/d 10-20 US\$; ☹☹) Para una experiencia más privada, este nuevo albergue exclusivo de Yangón ofrece 'cubículos' en lugar de dormitorios. No son grandes, pero casi todos disponen de camas cómodas, con baños compartidos limpios y modernos. En la planta baja, la cafetería y la zona común son buenas para pasar el rato en un ambiente distendido en general.

★ Lil Yangon Hostel

ALBERGUE \$

(plano p. 506; ☎09 79167 7731; www.littleyangonhostel.com; 102 39th St, Kyauktada; dc 12-16 US\$; ☹☹☹) Popular albergue en el corazón de la ciudad. Solo dispone de dormitorios colectivos (4-8 camas), y otros exclusivos de

TWANTE

တွင်းတံး

Esta dilatada y soñolienta ciudad, una sencilla excursión de un día desde Yangón, está 40 min al oeste de Dalah hacia el delta de Ayeyarwady, por una carretera que atraviesa un paisaje eterno de arrozales. Su principal reclamo es la célebre **Shwesandaw Paya** (ရွှေစံတော်ဘုရား; 2000 MMK; ☺ 6.00-21.00), de 2500 años y que se dice contiene mechones del pelo de Buda. Otra atracción son los **almacenes de cerámica de Oh-Bo** (အိုးဘို အိုးလှိုင်ငန်း; ☺8.00-18.00) GRATIS, donde se ve como los alfareros fabrican vasijas.

Para llegar, tómeselo ferri (ida/vuelta 2000/4000 MMK, 5.00-21.00, cada 15 min) que transita entre el embarcadero de Pansodan (Yangón) y Dalah. Los mototaxis esperan en el embarcadero de Dalah y cobran 10 000 MMK ida/vuelta, con paradas en los lugares de interés. Un taxi desde Dalah cuesta 30 000 MMK.

mujeres. Las habitaciones más baratas carecen de ventanas, pero todas son amplias con techos altos y colchones gruesos. El personal es atento y servicial. La recepción y la zona común están a un lado de la calle; los dormitorios, en el edificio de enfrente.

Scott

ALBERGUE \$

(plano p. 508; ☎01-246 802; <http://scotthostelyangon.com>; 198 31st St, Pabedan; dc/tr 12/15 US\$; ☺☺☺☺) Se necesitan piernas de alpinista para subir las escaleras que llevan a los dormitorios y literas de este atractivo y lujoso albergue. A solo unos pasos del antiguo mercado de Scott, esta restauración de un antiguo almacén está llena de encanto; una bandada de pájaros de madera preside el agradable café de la planta baja.

4 Rivers Youth Hostel

ALBERGUE \$

(plano p. 508; ☎09 79988 7215; www.fourrivershostel.com; 79 12th St, Lanmadaw; dc 10-15 US\$; ☺☺☺) Este nuevo albergue del centro, en un edificio de dos plantas, solo dispone de dormitorios colectivos. No tienen ventanas y, aunque son estrechos, están limpios y las camas son cómodas. Hay una pequeña zona común y una cocina; los empleados son muy complacientes.

★ Loft Hotel

HOTEL \$\$

(plano p. 508; ☎01-372 299; www.theloftyangon.com; 33 Yaw Min Gyi St, Dagon; i/d/ste desde 135/150/280 US\$; ☺☺☺) Este acogedor *hotel-boutique*, convenientemente ubicado, es el resultado de haber restaurado un almacén de los años sesenta. Las habitaciones diáfnas de estilo neoyorquino y las suites de dos plantas tienen paredes de ladrillo visto, ventanales del suelo al techo y negro y muebles contemporáneos. El jardín trasero es un pequeño oasis.

Yama Hotel

ALBERGUE \$\$

(plano p. 506; ☎01-203 712; info.yamahotel@gmail.com; 195 Bo Myat Tun St, Botataung; dc/i/d/tw 25 000/65 000/78 000/91 000 MMK; ☺☺☺) No hay mucho ambiente de viajero en este albergue, pero sí dormitorios con literas de lujo, cortinas que aportan privacidad, grandes taquillas y baños. Las habitaciones privadas son amplias y sencillas. Hay un personal afable y buenas instalaciones, como una lavandería y un bar panorámico en la azotea.



Dónde comer

★ Lucky Seven

BIRMANA \$

(plano p. 506; ☎01-292 382; 138-140 49th St, Pazundaung; té y tentempiés desde 400 MMK; ☺6.00-17.30 lu-sa, hasta 12.00 do) El salón más céntrico de esta pequeña y distinguida cadena de locales tradicionales, el Lucky Seven es mucho más que un sitio para tomar el té. Las mesas de la calle están rodeadas de vegetación y hay un estanque decorativo. Destaca el *mohinga* (fideos finos de arroz con caldo de pescado picante; 600 MMK) se puede acompañar de trozos de calabaza crujiente o de sabrosos bollos de hojaldre.

★ Green Gallery

TAILANDESA \$

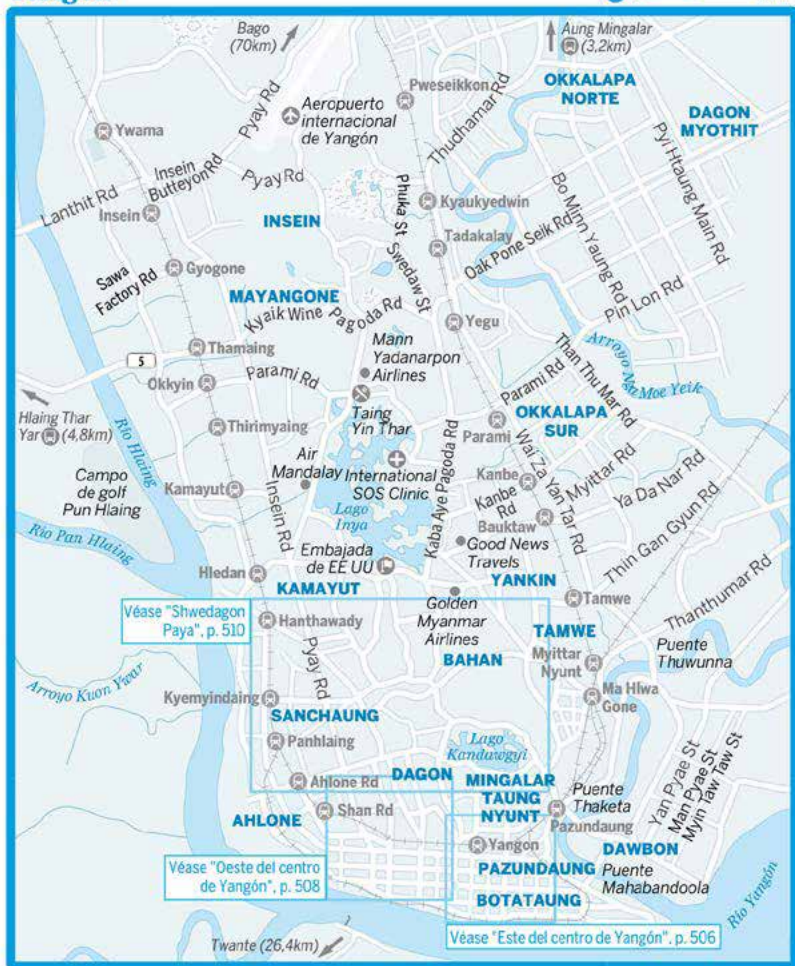
(plano p. 506; ☎09 3131 5131; www.facebook.com/yangongreengallery; 58 52nd St, Botataung; platos 2300-6000; ☺12.00-15.00 y 18.00-21.00 lu-vi, 13.00-15.00 y 18.00-21.00 sa; ☺) El acogedor restaurante tailandés más de moda de la ciudad –mejor reservar mesa para la cena– está ingeniosamente diseñado y tiene mucho ambiente. Gestionado por Bo, una simpática mujer birmana que vivió en Tailandia, sirve copiosas raciones de curris, sopas y ensaladas, todo picante y de lo más fresco.

Taing Yin Thar

BIRMANA \$

(plano p. 503; ☎01-966 0792; www.taingyintha.com.mm; esq. May Kha y Parami Rds, Mayangone; principales 3000-6000 MMK; ☺10.00-24.00; ☺) Este restaurante pan-birmaniano, dotado de un amplio comedor con vigas de madera y

Yangón



verandas para comer al aire libre, ofrece una extensa variedad de platos étnicos y numerosas opciones vegetarianas.

Feel Myanmar Food

BIRMANA \$
(plano p. 508; ☎01-511 6872; www.feelrestaurants.com; 124 Pyidaungsu Yeiktha St, Dagon; platos desde 1500 MMK, curris desde 2200 MMK; ☎6.00-23.00; 📶) Hoy casi una institución, es un lugar idóneo para familiarizarse con la cocina birmana de calidad. Hay una gran selección de platos recién hechos en el mostrador, solo hay que señalar qué se desea comer. Todos los platos se sirven con sopa, ensalada y un pequeño

postre. En el exterior, hay puestos de venta de dulces y tentempiés para llevar.

Nilar Biryani & Cold Drink

INDIA \$
(plano p. 508; ☎01-253 131; 216 Anawrahta Rd, Pabedan; *biryani* desde 2600 MMK; ☎4.00-23.00) Cazuelas gigantes que rebosan de especias, caldos y arroz burbujan en la entrada de este local indio. Siempre está lleno, y con razón: por el precio, los *biryanis* quizá sean de los mejores que uno coma en su vida. Hay otras muchas opciones deliciosas en la carta ilustrada del mostrador. La comida se sirve en la mesa.

COMIDA CALLEJERA DE YANGÓN

La oferta es abrumadora y desafiante (p. ej. pincho de menudillos de cerdo). He aquí los mejores lugares para saborear algunas especialidades favoritas.

Samusa Thoke (plano p. 506; Merchant St, Pabedan; platos 500 MMK; ☺7.00-18.00) Pruébase la *samusa thoke* (sabrosa *samosa* troceada acompañada de hierbas frescas y una deliciosa salsa de lentejas) de este vendedor cerca del Mahabandoola Garden.

Bein Mont (plano p. 506; Bogyoke Aung San esq. Yay Kyaw Rds, Pazundaung; panqueques 200 MMK; ☺6.30-10.30) Su especialidad, las *bein mont* (deliciosas tortitas dulces con nueces y semillas), se sirven recién hechas por una *amay* (madre) que supuestamente hace las mejores de Yangón. Son perfectas para un desayuno en la calle.

Mote Lin Ma Yar (plano p. 506; esq. Anawrahta Rd y 37th St, Kyauktada; 300 MMK; ☺8.00-21.00) Es el lugar para degustar el *mote lin ma yar*, o "tentempié de la pareja", apodado así por las dos pequeñas bolas de harina, jengibre, sal, cebolla y azúcar que se asan por separado y luego se juntan en una sola pieza.

Parrillas (plano p. 508; 19th St, Latha; pinchos a la barbacoa desde 300 MMK; ☺17.00-23.00) Cada noche, el tramo de 19th St entre Mahabandoola Rd y Anawrahta Rd se llena de puestos y restaurantes al aire libre que sirven deliciosos tentempiés a la plancha.

Shwe Bali (plano p. 508; 112 Bo do Pat Rd, Pabedan; vaso de *lassi* desde 600K; ☺10.00-22.30) Sirven un delicioso y cremoso *lassi* (bebida de yogur de la India).

Buthi Kyaw (plano p. 506; Anawrahta esq. Thein Byu Rds, Pazuntaung; 1000 MMK; ☺16.00-21.00) Tienen las raciones de calabaza frita más crujientes de Yangón, que sirven con una salsa de tamarindo agrídulce.

Cherry Mann

(plano p. 508; 78-80 Latha St, Latha; platos 1500-7500; ☺10.30-23.00) Restaurante musulmán excelente y acogedor, ideal para comer kebabs, curris y *biryanis*, servidos con *paratha* (pan de estilo indio). Los kebabs son deliciosos, aunque toda la comida es sencilla y sabrosa. En horas punta habrá que esperar para conseguir mesa. No se sirve alcohol.

BIRMANA \$

999 Shan Noodle Shop

(plano p. 506; 130B 34th St, Kyauktada; platos de fideos desde 1500 MMK; ☺6.00-19.00) Este concurrido local, sito detrás del ayuntamiento, se distribuye en dos estrechas plantas. La carta incluye platos de fideos como *shàn k'auq swèh* (fideos finos de arroz en un caldo de pollo algo picante) o *myi shay* (sopa de fideos al estilo de Mandalay), y otros sin fideos pero igual de sabrosos como *shan tofu* (hecho con harina de garbanzo) o el delicioso arroz amarillo *shan* con tomate.

FIDEOS \$

Aung Mingalar Shan Noodle Restaurant

(plano p. 508; Bo Yar Nyunt St, Dagon; principales 2000-4500; ☺7.00-21.00) Abierto a la calle por dos laterales, es estupendo para ver pasar la gente y sorber fideos. Sencillo y relajado, tie-

FIDEOS \$

ne ambiente de cafetería y se abarrotan sobre todo a la hora del almuerzo. Merece la pena probar el *shan tofu*.

★ Rangoon Tea House

(plano p. 506; ☎01-122 4534; www.rangoonteahouse.com; 77-79 Pansodan Rd, Kyauktada; tentempiés desde 2500 MMK, comidas desde 7500 MMK; ☺8.00-22.00 do-ju, hasta 24.00 vi y sa; ☎) Esta elegante tetería *hipster* la frecuentan por igual los lugareños pudientes, los viajeros y los extranjeros residentes. Sirve cocina birmana tradicional, cócteles de inspiración local, curris y *biryanis*, además de los tentempiés típicos de las teterías: ensaladas de hojas de té, *samosas*, *paratha* (pan indio) y *bao*, pero en raciones más generosas (de ahí los precios más caros) y menos aceitosas que en otras partes.

BIRMANA \$\$

★ Rau Ram

(plano p. 506; ☎09 45516 0657; www.rauram.com; 64B Yay Kaw St, Pazundaung; principales 12 000 MMK-25 000 MMK; ☺17.00-23.00 ma-do; ☎) Con la elegancia que caracteriza al sureste asiático, este lugar al este del centro urbano acierta con su carta de inspiración vietnamita hecha para compartir. El crudo de vieira de Hokkaido es un entrante re-

DE FUSIÓN \$\$

frescante, y tanto el *rendang* (estofado de ternera) como el *bo kho* (estofado de rabo de buaya), con pan de ajo, son sustanciosos.

★ Gekko

DE FUSIÓN \$\$

(plano p. 506; ☎01-254 041; www.gekkoyangon.com; 535 Merchant St, Kyauktada; principales 12 000 MMK-28 000 MMK; ☀11.00-23.00; 📶) Popular y elegante *lounge* bar-restaurant, está en la planta baja del histórico edificio Sofaer. Ofrece su propia versión de comida japonesa y coreana, que incluye *yakitori* (parrilla), *ramen*, fideos picantes de estilo coreano y *sushi*, todo preparado en la cocina abierta. También sirven cócteles y hay *jazz* en directo los viernes de 19.00 a 22.00.

★ Pansuriya

BIRMANA \$\$

(plano p. 506; ☎09 77894 9170; www.facebook.com/pansuriyamyanmar; 102 Bo Galay Zay St, Botataung; ☀7.00-22.00) Una inspirada incorporación al creciente número de restaurantes birmanos modernos de Yangón. Aprovecha el encanto del edificio que ocupa y lo realza con recuerdos y obras de arte, algunas de ellas a la venta. Los tradicionales curris y ensaladas (como la de hojas de tamarindo) son excelentes y un reclamo para volver.

Kaung Myat

BIRMANA \$\$

(plano p. 508; ☎09 3000 2687; 110 19th St, Latha; principales desde 4000 MMK, barbaoca desde 400 MMK; ☀12.00-23.30) Todavía el mejor de los numerosos restaurantes de barbaoca de la concurrida 19th St, y el lugar donde cenó Anthony Bourdain a su paso por Yangón. Solo hay barbaoca por la noche: se puede elegir entre las brochetas expuestas (hay de carne, marisco o vegetarianas) o pedir un plato de la carta.



Dónde beber y vida nocturna

★ Blind Tiger

COCTELERÍA

(plano p. 510; ☎09 78683 3847; www.blindtiger-yangon.com; 93/95 Seikkan Thar St, Kyauktada; cócteles desde 6500 MMK; ☀16.00-23.00 lu-sa; 📶) Instalado en un nuevo y espacioso local, exhibe cuadros gigantes de muchachas birmanesas con las caras pintadas con *thanakha*. El antiguo tugurio ha emergido de las cenizas para convertirse en una de las mejores coctelerías de Yangón. Ciertas copas están a mitad de precio durante la *happy hour* (17.00-19.00). También sirve estupendas hamburguesas y tapas.

★ Penthouse

COCTELERÍA

(plano p. 510; ☎09 77123 9924; www.facebook.com/the-penthouse-201548120201732; 271-273 Bargaryar St, Sanchaung; ☀11.00-1.00; 📶) Este sofisticado local de azotea atrae a la élite local. Es amplio, pero no es fácil encontrar un sitio libre para ver la Shwedagon Paya; pero los mullidos sofás (con forma de herradura) y las mesas bajas crean un ambiente relajado para tomar cócteles.

7th Joint Bar & Grill

BAR

(plano p. 506; ☎09 26369 0876; www.facebook.com/7thjoint; 6-a10, edificio Shwe Asia, 48th St esq. Mahabandoola Rd, Botataung; cervezas 2000 MMK, cócteles 5000 MMK; ☀16.00-2.00) El local más popular de los pocos en Yangón que abren hasta pasada la medianoche se llena tanto los fines de semana que apenas queda espacio para moverse. Hoy lo frecuentan más los pudientes del lugar, aunque también acuden muchos extranjeros. De lunes a viernes se organizan eventos nocturnos, no tan concurridos.

Kosan Double Happiness Bar

BAR

(plano p. 508; ☎09 42803 8032; www.kosanmyanmar.com; 19th St, Latha; cócteles desde 900 MMK, cervezas desde 1200 MMK; ☀11.00-24.00) En la más apacible zona norte de 19th St, esta segunda sucursal de Kosan es mucho más un bar que el **original** (plano p. 508; ☎09 42803 8032; www.kosanmyanmar.com; 108 19th St, Latha; ☀13.00-23.00; 📶). Las cervezas y cócteles baratos atraen tanto a viajeros como lugareños, que crean un ambiente doblemente feliz.

Anya Ahtar

BAR

(plano p. 506; 136 37th St, Kyauktada; cervezas 800 MMK; ☀7.00-22.30) Esta lujosa y apacible cervecería, de paredes negras decoradas con cuadros de artistas birmanos, atrae a los *hipsters* locales. Además de alcohol, sirve exquisitos platos de la región central de Myanmar, ensaladas y cuencos de *mohinga* para el desayuno.

50th Street Bar & Grill

BAR

(plano p. 506; ☎01-397 060; www.50thstreetyangon.com; 9-13 50th St, Botataung; cervezas desde 2200 MMK, cócteles desde 5500 MMK; ☀11.00-24.00; 📶) Uno de los locales de estilo occidental más veteranos de Yangón, en un edificio de la época colonial restaurado con gusto, el 50th St todavía atrae a una nutrida clientela extranjera con su oferta de eventos