

# GUÍA DE FONDAS VEGANAS

Y RECETAS TÍPICAS CHILENAS



VOLUMEN TRES - FIESTAS PATRIAS - SEPTIEMBRE 2025

VEGANUARY



# ÍNDICE

- 03. SOBRE VEGANUARY
- 04. GUÍA DE FONDAS VEGANAS
  - 4.1 ANTOFAGASTA
  - 4.2 COQUIMBO
  - 4.5 VALPARAÍSO
  - 4.7 METROPOLITANA
  - 5.2 O'HIGGINS
  - 5.3 MAULE
  - 5.5 BIOBÍO
  - 5.7 ARAUCANÍA
  - 5.8 LOS RÍOS
  - 5.9 LOS LAGOS
- 06. GUÍA DE RECETAS VEGANAS
  - 6.1 EMPANADAS
  - 6.2 CHORIZO
  - 6.3 CHILENITOS
  - 6.4 MANJAR DE SOYA
- 07. HAZ CLIC Y SÍGUENOS





# SOBRE VEGANUARY

Veganuary, la organización internacional que inspira a miles de personas a probar el veganismo en enero, presenta por tercer año consecutivo su Guía de Fondas Veganas y Recetas Chilenas, una propuesta pensada para celebrar las Fiestas Patrias en Chile de una manera más compasiva y sostenible.

La edición 2025 de esta guía reúne 34 datos imperdibles: fondas, ferias, actividades y proyectos veganos que se llevarán a cabo en diferentes regiones del país, reflejando el creciente interés por festejar sin carne ni productos de origen animal.

Junto con las recomendaciones, también encontrarás recetas tradicionales chilenas que ya son veganas o que se pueden adaptar fácilmente, para celebrar en casa con todo el sabor local.

Septiembre es un mes marcado por tradiciones como el asado, pero iniciativas como ésta muestran que existen muchas formas de disfrutar las Fiestas Patrias sin dejar de lado el bienestar animal ni el cuidado del planeta.







# GUÍA DE FONDAS

VEGANAS - CHILE





# ANTOFAGASTA

## HARI DHAM MODO SEPTIEMBRE – ANTOFAGASTA



**Dirección:** Homero Ávila 1095, Antofagasta

**Horarios:** Desde las 11:00 hasta las 21:00 hrs.

**Días:** De 16 al 21 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@ haridham\_comidavegana**



# COQUIMBO

## REFUGIO RAÍZ 2025 – LA SERENA



**Dirección:** Amunategui 690, La Serena

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 19:00 hrs.

**Días:** De 16 al 20 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@desdelaraiz\_vegan**

## NOT FONDA – VICUÑA



**Dirección:** Arturo Prat 234, Vicuña, Valle de Elqui

**Horarios:** 16 de septiembre: desde las 12:00 hasta las 17:00 hrs; 17 y 18 de septiembre: 12:00 a 22:00 hrs.

**Días:** De 16 al 18 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@jagannath.prasadam\_restaurante**





# COQUIMBO

## VEGFONDA GOVINDA'S - LA SERENA



**Dirección:** Lautaro 841, La Serena

**Horarios:** 15 al 17 de septiembre: desde las 12:00 hasta las 15:30 hrs; 18 y 19 de septiembre: 12:00 a 16:00 hrs.

**Días:** De 15 al 19 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@krishnalaserena**

## LA UFO FONDA - COQUIMBO



**Dirección:** Wenceslao Vergara 990, El Llano, Coquimbo

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 19:00 hrs.

**Días:** De 16 al 20 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@plantivoro\_comidavegana**



# COQUIMBO

## LA PAMPIVEG – ANIMALES FELICES – LA SERENA



**Dirección:** Av. Pacífico 5180, La Serena

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 20:00 hrs.

**Días:** 14 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@vegtown.cl**





# VALPARAÍSO

## LA VEGAN FONDA – VIÑA DEL MAR



**Dirección:** 1 Norte 191C esq. 5 Poniente, Viña del Mar

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 20:00 hrs.

**Días:** De 16 al 19 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@veganplacevinadelmar**

## VEGAN FONDA – VALPARAÍSO



**Dirección:** General Cruz 539 (Frente al parque Italia), Valparaíso

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 20:00 hrs.

**Días:** De 17 al 20 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@govindasvalparaiso**



# VALPARAÍSO

## FONDA CLAFIRA – LIMACHE



**Dirección:** Pasaje Torres del Maqui, Limache

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 18:00 hrs.

**Días:** 19 y 20 de septiembre

**Precios:** \$5.000 por persona, menores de 5 años entran gratis

**@santuarioclafira**

## 2º VERSIÓN ANTIFONDA VEGANA – SAN ANTONIO



**Dirección:** Angamos 1850, San Antonio

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 21:00 hrs.

**Días:** 18 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@madreselveg**





# METROPOLITANA

## VEGAN TASTY – SANTIAGO



**Dirección:** Ricardo Cumming 56 – B, Santiago

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 21:00 hrs.

**Días:** De 17 al 21 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@vegantasty\_**

## FESTIVAL SANTIAGO VEGAN – SANTIAGO



**Dirección:** Centro Cultural Perrera Arte - Parque de los Reyes, Santiago

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 19:30 hrs.

**Días:** 18 y 19 de septiembre

**Precios:** \$3.000

**@festivalsantiagovegan**



# METROPOLITANA

## VEG FONDA – SANTIAGO



**Dirección:** Compañía de Jesús 2085, Santiago

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 23:00 hrs.

**Días:** De 17 al 21 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@vegan\_dealer**

## 4TA FONDA VEGANA LA PAJARERA – MACUL



**Dirección:** Arturo Gordon 3908, Macul

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 20:00 hrs.

**Días:** 18 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@cocinalibre.vegana**





# METROPOLITANA

## ANTIFONDA – SANTIAGO



**Dirección:** Diabla Katana – Maturana 13,  
Barrio República

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 21:00 hrs.

**Días:** 17 y 18 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@diabla.katana**

## LA GRAN FONDA KATAKO VEGAN – PROVIDENCIA



**Dirección:** Seminario 130, Providencia

**Horarios:** 17 desde las 13:00 hasta las 00:00  
hrs; 18,19 y 20 hasta las 02:00 hrs.

**Días:** De 17 al 20 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@katakovegan**



# METROPOLITANA

## ANTIFONDA – PROVIDENCIA



**Dirección:** Av. Providencia 37, Metro Baquedano

**Horarios:** Desde las 16:30 hrs. hasta agotar stock

**Días:** De 13 al 21 de septiembre

**Precios:** Entrada liberada

**@catapilcanavegana**

## ANTIFONDA TIERRA LIBRE – ÑUÑO A



**Dirección:** Miguel Claro 2220, Ñuñoa

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 20:00 hrs.

**Días:** 16 y 17 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@tierralibre77**



# METROPOLITANA

## LA ANTIFONDA 100% VEGAN – RECOLETA



**Dirección:** Espacio Fénix, Santa Filomena 132, Recoleta

**Horarios:** Desde las 15:00 hasta las 22:00 hrs.

**Días:** 20 de septiembre

**Precios:** \$2.000

**@elosovegano**

## VEGAN FONDA – SANTIAGO



**Dirección:** Portales 3185, Santiago

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 19:00 hrs.

**Días:** De 18 al 20 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@govindas.portales**





# O'HIGGINS

## VEGAN FONDA – RANCAGUA



**Dirección:** Av. Central 160, Rancagua

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 21:00 hrs.

**Días:** 13 y 14 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@new\_vegan76**

## LA RAMADA VERDEVEG – RANCAGUA



**Dirección:** Plaza Rancagua Norte, Av. Grecia, Rancagua

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 21:00 hrs.

**Días:** 19 y 20 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@la\_pinche\_feria y @ranjit\_almacensaludable**



# MAULE

## ENDIECIOCHADA – LINARES



**Dirección:** Emporio Vegana, O'Higgins 485, Linares

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 18:00 hrs.

**Días:** 17 y 18 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@emporiOvegana y @d.veggiee**

## 18 VEGANO – TALCA



**Dirección:** Barcos 556, Frente a plaza Víctor Jara, Talca

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 21:00 hrs.

**Días:** De 16 al 21 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@guadalupe.vegan**



# MAULE

## VEGAN FONDA – TALCA



**Dirección:** 3 norte 9 y 10 oriente 1609, Talca

**Horarios:** Desde las 16:00 hasta las 22:00 hrs.

**Días:** 13 y 16 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@cocinavegan**

## FONDA VEGANA – TALCA



**Dirección:** Casona de las Artes (2 Oriente 884), Talca

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 00:00 hrs.

**Días:** 20 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@encuentros.veganos**





# BIOBÍO

## ENCUENTRO VEGANO, CULTURA SIN TORTURA – CONCEPCIÓN



**Dirección:** Castellón 916 , Concepción

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 19:00 hrs.

**Días:** 13 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@encuentrovegano.ccp**

## FONDA GOVINDA – CONCEPCIÓN



**Dirección:** Cochrane 214, Concepción

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 19:00 hrs.

**Días:** De 17 al 20 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@govindasvegancpp**



# BIOBÍO

## FONDITA DEL BIOVIO – CONCEPCIÓN



**Dirección:** Tucapel 345, Mantra Rubera, Concepción

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 22:00 hrs.

**Días:** 17 y 18 de septiembre

**Precios:** \$3.500 por un día (+ cargo) Incluye cover / \$6.000 ambos días (+ cargo) Incluye cover

[@persabiovio](#)

## NI CHICHA, NI LIMONA, PERO SÍ VEGANA Y SIN CRUELDAD – CONCEPCIÓN



**Dirección:** Casa 916, Castellón 916, Concepción

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 20:00 hrs.

**Días:** 18 y 19 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

[@lacaldera.veg](#)



# LA ARAUCANÍA

## VEGY FONDA – VILLARRICA



**Dirección:** Camilo Henríquez 544 , Villarrica

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 19:00 hrs.

**Días:** De 15 al 20 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

[@vegy.cl](https://www.instagram.com/vegy.cl)

## LA VEGAN FONDA 2025 – TEMUCO



**Dirección:** General Aldunate 920,  
Temuco

**Horarios:** Desde las 13:00 hasta las 20:00 hrs.

**Días:** De 18 al 20 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

[@veganbikefood](https://www.instagram.com/veganbikefood)





# LOS RÍOS

## LA FONDA DE LA CARNICERÍA VEGANA – VALDIVIA



**Dirección:** Cochrane 489-1, Valdivia

**Horarios:** Desde las 12:00 hasta las 21:00 hrs.

**Días:** 18 y 19 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@delrio.carniceriavegana**



# LOS LAGOS

## TERRIVLE FERIA VEGANA – PUERTO MONTT



**Dirección:** Arturo Prat 444, Puerto Montt

**Horarios:** Desde las 15:00 hasta las 22:00 hrs.

**Días:** 18 de septiembre

**Precios:** Entrada Liberada

**@terrivleferiavegana**





# RECETAS VEGANAS

CÓMIDAS TÍPICAS DE CHILE







# EMPANADAS

@nutri.maripardov

## Ingredientes

Para aprox 20 empanadas:

### Masa

- 8 tazas harina de trigo integral
- 1 taza de aceite de oliva
- 1 cucharadita de sal
- Agua tibia

### Relleno

- 1 y 1/2 taza carne de soya 'molida'
- 1 berenjena grande o 2 chicas (reemplazable por champiñones)
- 1 pimentón rojo
- 2 cebollas en cubitos
- 4 dientes de ajo
- 1 cucharada de sal
- 1 y 1/2 cdita de comino
- 1 y 1/2 cdita ají color
- 20 Aceitunas

## Elaboración

### Masa

- Unir harina y sal, agregar aceite y mezclar con las manos hasta que se vea seco, por último, agregar agua de a poco hasta formar una masa.
- Dividir y estirar con uslero, marqué los círculos con un plato de 17.5 cms.

### Relleno

- Saltear ajo y cebolla a fuego bajo, hasta que la cebolla esté transparente.
- Hidratar la carne de soya con agua hirviendo. Colar y apretar.
- Agregar al sartén la carne de soya, berenjena y pimentón cortados en cubitos junto a los aliños.
- Cocinar 5 minutos, rectificar sabor/sal y dejar reposar hasta que enfríe para rellenar (idealmente rellenar al día siguiente).
- Rellenar las masas con aprox 2 cucharadas de relleno + 1 aceituna, sellar los bordes con agua y tenedor.
- Hornear 20 minutos.



# CHORIZO

@nutri.maripardov



## Ingredientes

- 1 cdta de caldo de verdura en polvo
- 1 taza y media de carne de soya
- 1 cebolla grande
- 2 1/2 ajos
- 3 cdas de pimentón rojo en polvo
- 1 cdta de merken
- 1 cda de comino
- 4 cdas de salsa de soya
- 4 cdas de salsa de tomate o ketchup
- 3 cdas de salsa barbecue (opcional, pero muy recomendado)
- 2/3 taza de avena
- 3 a 4 cdas de maicena
- 1/2 cda de humo líquido
- 1 cda grande de Base en polvo para carne
- 1/4 taza de tomate seco
- 2 cdas de vino tinto

## Elaboración

- Dejar remojando en agua caliente (con 1 cdta de caldo de verdura en polvo) 1 taza y media de carne de soya.
- Sofreír 1 cebolla grande cortada finita, y 2 1/2 ajos, hasta que esté traslúcida y dorada. Luego en un bowl, mezclar la carne de soya remojada (guardar el agua el remojo aparte), el sofrito, 3 cdas de pimentón rojo en polvo, 1 cdta (o menos) de merken, 1 cda de comino, 4 cdas de salsa de soya, 4 cdas de salsa de tomate o ketchup, 3 cdas de salsa barbecue (opcional, pero muy recomendado), sal y pimienta al gusto, 2/3 taza de avena, 3 a 4 cdas de maicena (ajustar según consistencia, la cual debe no pegarse tanto a las manos) y OPCIONAL, pero recomendado, usar 1/2 cda de humo líquido, y 1 cda grande de base en polvo para carne, 1/4 taza de tomate seco, 2 cdas de vino tinto.
- Triturar primero la carne de soya más condimentos, y los tomates secos, y luego (sin procesar) añadir de apoco, la avena y la maicena, mezclar. Dejar mezcla, y aparte, llenamos una olla con agua y calentamos hasta hervir. Simultáneamente, con la ayuda de papel film o papel metálico, agregar un poco de la mezcla hasta tener la cantidad justa como para hacer un chorizo del tamaño de tu pan, hacer la forma, y presionamos bien y cerramos como si fuera un dulce, en los extremos.
- Los ponemos en la olla con agua hirviendo y cocemos por 30 min o hasta que floten.





# CHILENITOS

@nutri.maripardov



## Ingredientes

- 1 taza de harina
- 1 cdta de polvos de hornear
- 2 cdas soperas de manteca vegetal
- aceite de coco o aceite vegetal
- 2 cdas de pisco
- 2 a 3 cdas de agua
- 1 cdta de vainilla
- 1 cda de vinagre de manzana
- 1/4 taza de azúcar
- Manjar vegano

## Elaboración

- En un bowl, mezclar, 1 taza de harina, 1 cdta de polvo de hornear. Luego, agregar 2 cdas soperas de manteca vegetal, aceite de coco o aceite vegetal, 2 cdas de pisco, 2 a 3 cdas de agua (si ven que está muy seco, agregar más cda de agua), 1 cdta de vainilla, 1 cda de vinagre de manzana, 1/4 taza de azúcar. Unir todo, hasta obtener una masa homogénea (No deben amasar, solo integrar). Dejar reposar masa cubierta con papel film en el refrigerador por al menos 20-30 min.
- Precalienta el horno a 180C. Pasado el tiempo, estira la masa con la ayuda de un uslero, hasta que tengas una masa delgada.
- Cortar círculos, y llevar a una bandeja de horno con papel mantequilla. Pinchar con un tenedor, y cocinar por 10 min a 160C grados aprox.
- Dejar enfriar por al menos 30 min y luego rellenar con manjar vegano y servir con azúcar flor.







# MANJAR DE SOYA

@una.herbivora

## Ingredientes

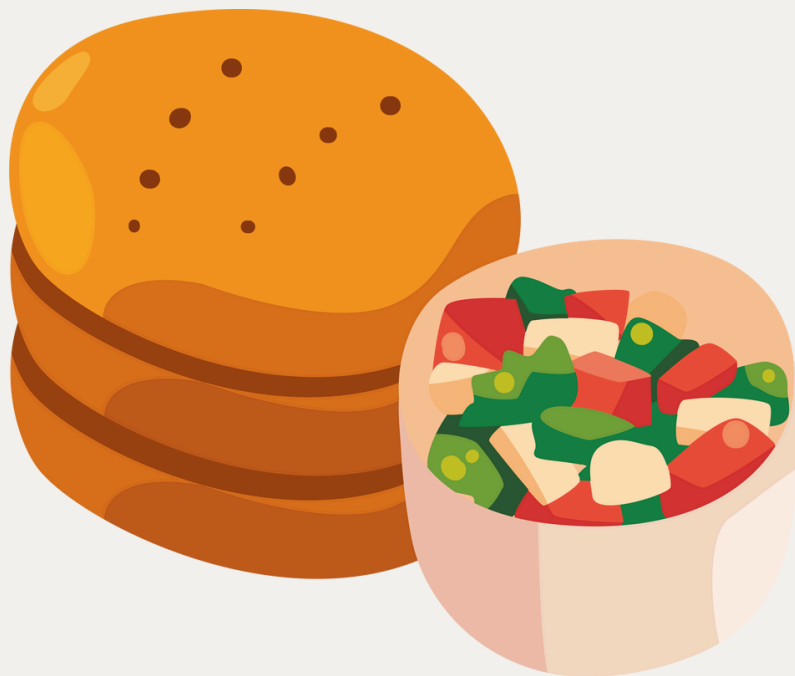
- 1 litro de leche de soya
- 1 taza de panela (150g)

## Elaboración

- Lo primero es poner a calentar la leche en una olla grande (la leche de soya sube con el calor), cuando comience a salir vapor agrega la panela y revuelve hasta que se disuelva bien.
- Cuando comience a hervir baja la temperatura del quemador, ojalá a media-baja y deja que se cocine por una hora aprox. Debes ir revolviendo de vez en cuando para que no se pegue abajo.
- Transcurrido el tiempo, deja que se enfríe completamente antes de guardarlo en un frasco, luego lleva al refrigerador para que termine de espesar por unas 3 horas min. Yo lo dejé toda la noche. ¡Y listo!



# ¡HAZ CLIC Y SÍGUENOS!



 **#FONDASVEGANAS2025**



**APOYAN EN LA DIFUSIÓN**



**@ANIMALLIBRE**



**Asociación Chile  
en Base a Plantas**

**@CHILEENBASEAPLANTAS.AG**

