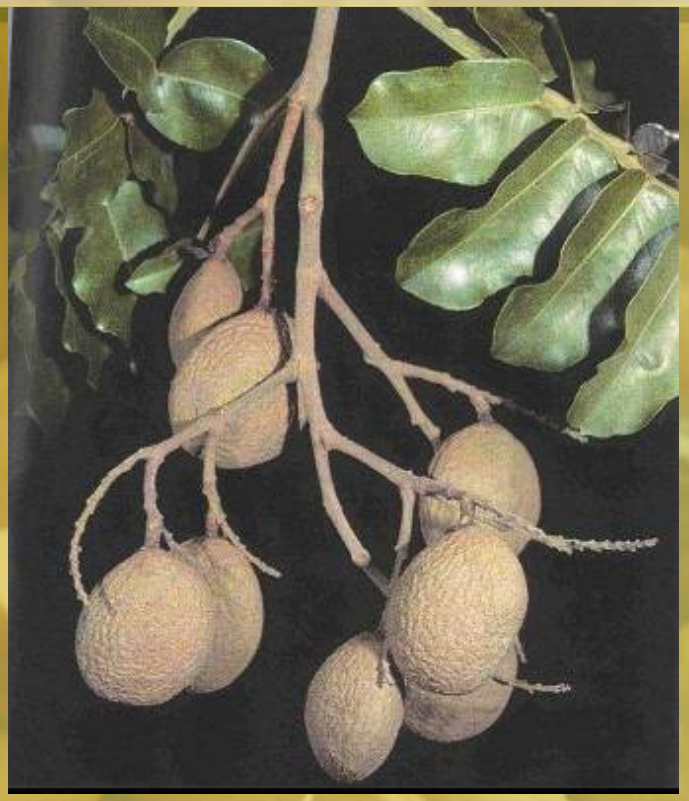
LA ALMENDRA CHIQUITANA

AL RESCATE DE UN ALIMENTO OLVIDADO

FCBC

La Almendra y su entorno





Es un árbol silvestre presente en todos los municipios chiquitanos. En muchas comunidades es un árbol tradicional de patio, pero nunca fue objeto de comercialización

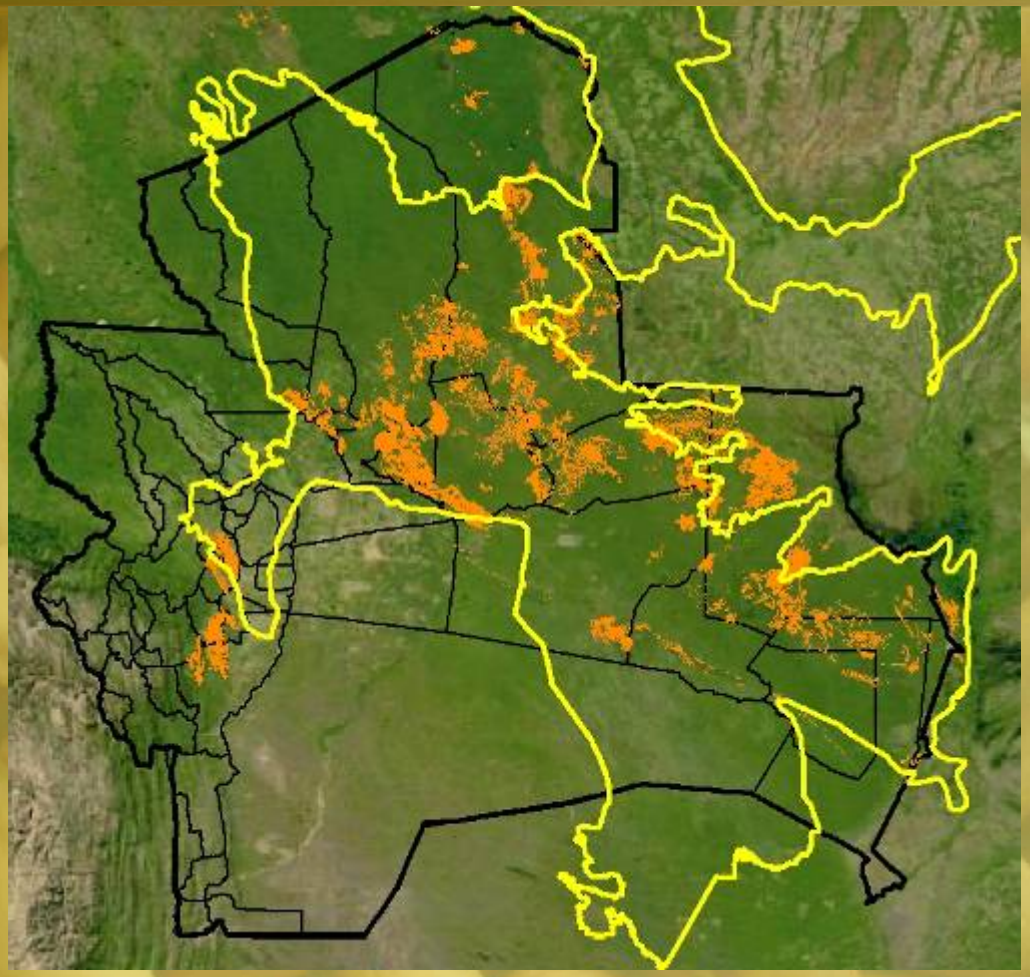
Un alimento rural tradicional en el pasado



Tanto en Santa Cruz y las capitales municipales de la Chiquitania, como en muchas comunidades chiquitanas, el hábito de consumo se había perdido completamente

OBJETIVOS DE LA INICIATIVA

La FCBC busca generar alternativas económicas basadas en el aprovechamiento sostenible de la biodiversidad del Bosque Chiquitano



Con la Almendra se pretende rescatar un hábito cultural de consumo, revalorizar un valioso alimento nativo, y dar mayor valor económico al bosque y sus recursos

IMPACTO SOCIAL

La cosecha y quebrado de almendras es un trabajo familiar estacional para centenares de familias chiquitanas





Una buena oportunidad de generación de dinero efectivo para las mujeres campesinas, que típicamente tienen pocas opciones

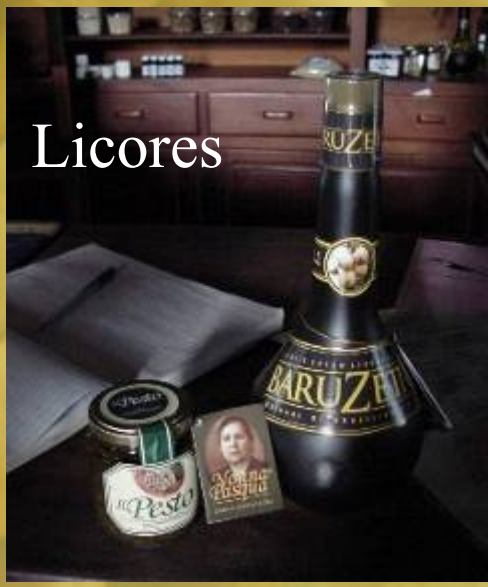


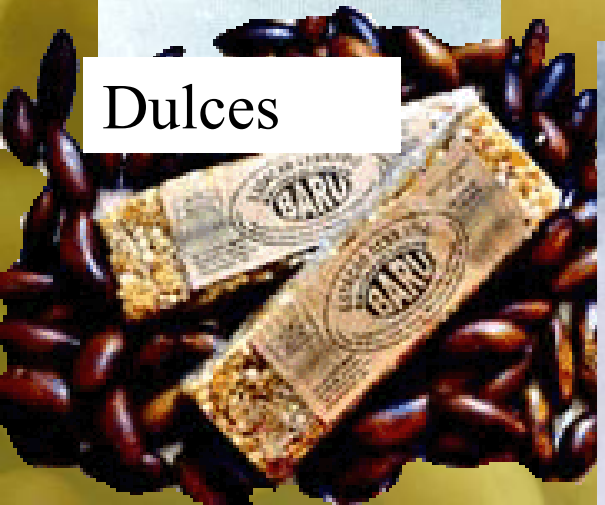


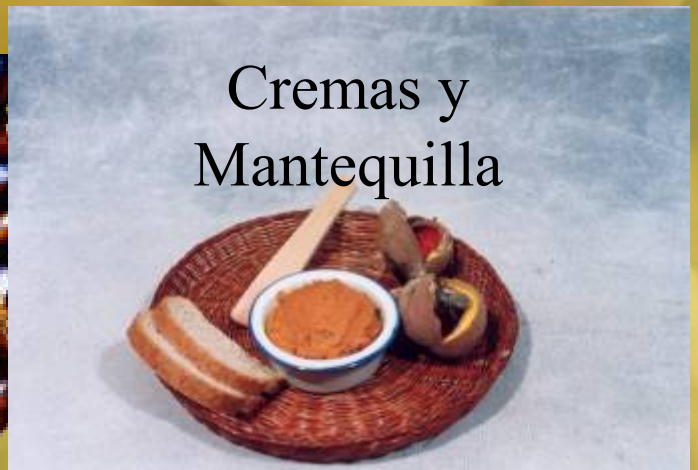
Un producto natural de excelente sabor y aroma, con versatilidad de usos













Valores nutricionales relevantes

Nombre / %	Proteínas	Lípidos (grasas)	Carbohidratos
Almendra Chiquitana	**26**	**42***	**30**
Castaña (Brazil nuts)	15	66	12
Nuez de Nogal (*Junglans regia*)	18	57	18
Cayú	17	47	29
Almendra española	20	54	18
Pistacho	20	46	27
Macadamia	8	76	14

* 80 % ácidos grasos insaturados (oleico y linoleico)

PRESENTACIONES PARA USO CULINARIO

Crudas sin pelar



Características

•Se pelan fácilmente con agua caliente

•Si se tuestan la cáscara aporta gran parte del aroma

•Si se hierven con cáscara se tiñe la semilla

•Aunque hiervan largo tiempo se mantienen enteras y firmes, pero blandas

•Se conservan sin deteriorarse por más de un año refrigeradas

Presentaciones para uso culinario

Tostadas, peladas o sin pelar



Características

Conservadas al vacío se mantienen al menos 6 meses sin enranciarse ni cambiar su sabor

Peladas

•Pierden su aroma relativamente rápido

•Pierden la textura crocante si no se cierran herméticamente

Sin pelar

•Mantienen más tiempo el aroma y la textura crocante

Presentaciones para uso culinario

Harina de Almendras tostadas

- Mantiene más tiempo sus cualidades de sabor


BUEN
PROVECHO!