

Propiedades

Cantidad significativa de hierro, cobre y magnesio



Elevado contenido de carotenoides

Considerable contenido de minerales (fósforo y potasio)

Capacidad antioxidante significativa

COMPOSICIÓN

Humedad (%)	90
Lípidos (g/100g)	0,29
Proteínas (g/100g)	0,78
Carbohidratos (g/100g)	5,87
Fibra dietaria (g/100g)	1,5
Carotenoides totales (g/100g)	14,57
Valor energético	30
pH	3,14
°Brix	9,5

Recetario

Chutney de Cerella

Ingredientes:

Cerellas, 900 gramos.
3 cebollas.
1 rama de canela
jengibre rallado.
20 gramos de pimienta rosa.

1 cucharadita de sal.
6 cucharadas de vinagre de manzana.
8 cucharadas de azúcar moreno.

Preparación:

- » Retirar las semillas de las frutas, pelar y cortar las cebollas.
- » Poner la cebolla y las cerellas en una cacerola alta, incorporar el jengibre, la sal, el azúcar moreno, la pimienta, una rama de canela y el vinagre.
- » Mezclar, encender el fuego y cocinar a fuego fuerte unos cinco minutos.
- » Bajar el fuego, tapar y dejar cocer unos 30 o 40 minutos.
- » Destapar y cocinar hasta que se consuma el líquido.



¡CONTACTANOS!



imibioiguazu@gmail.com
info@imibio.misiones.gov.ar
Tel.: (03757) 493042

Imágenes

Receta

Vancsik, Martha

misionesambiental.com.ar



BIODIVERSIDAD Y ALIMENTACIÓN

Cerella negra
(*Eugenia involucrata* DC.)



Misiones
PROVINCIA





Condiciones de cultivo y cosecha

La propagación se realiza a través de semillas, en almacigueras a media sombra. Las semillas recién cosechadas presentan 100% de germinación, pero pierden rápidamente la viabilidad, en torno a 30 días luego de la colecta.

Esta especie presenta gran variabilidad. En su inicio, crece lentamente, pero luego se desarrolla en forma rápida. No presenta precocidad en su producción.

Se observó que los frutos no maduran al mismo tiempo, siendo común encontrar frutos en diferentes estados de maduración en una misma rama.

La maduración de los frutos se da desde inicios de noviembre y se extiende durante el mes de diciembre. Las plantas adultas son muy productivas.

Curiosidades

NOMBRES VULGARES

CEREJEIRA-DO-MATO
CEREJEIRA
CEREZA DE MONTE

USOS

Tiene un aroma característico, sabor agridulce, que permite su uso en una variedad de productos.

» Consumo fresco, en jugos, jaleas, dulces, licores, néctares, salsas, etc.

CARACTERÍSTICAS

» Es un árbol que comúnmente alcanza una altura de 5 a 8 m, encontrándose árboles de hasta 15 m.

» El follaje es persistente y las hojas son simples, glabras y opuestas, con el haz verde-oscuro y brillante. Presenta un tronco con escamas, de color gris amarronado y verde, que puede alcanzar de 30 a 40 centímetros de diámetro.

» Sus frutos varían de color de rojo brillante a bordó oscuro según el estadio de maduración, son carnosos del tipo baya, contienen en el ápice un cáliz persistente y generalmente presenta dos o tres semillas.

» Las flores de la cerella son blancas, aparecen entre agosto y septiembre.

» Es nativa del sur de Brasil, noreste de Argentina, Paraguay y norte de Uruguay.

Uso tradicional

Es utilizado en la medicina popular como infusión para el tratamiento de problemas digestivos.

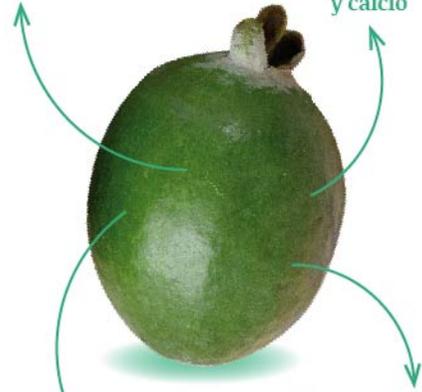
Además es muy reconocido entre pobladores locales y comunidades originarias como un fruto alimenticio muy sabroso.



Propiedades

Posee actividad antibacteriana, antioxidante y antialérgica

Tienen alto contenido de fibra, magnesio, yodo, azúcar y calcio



Alto contenido de vitamina C (25 - 30 mg/100 gr)

Rica en vitaminas A, E y C, principalmente en la cáscara

COMPOSICIÓN

Humedad (%)	85
Cenizas (%)	0,52
Lípidos (%)	0,24
Proteínas (%)	0,82
Carbohidratos (%)	14
Fibra dietaria (%)	3,55
Valor energético (kcal/100g de fruta seca)	45

Recetario

Mermelada de Guayabo

Ingredientes:

1 kg de pulpa de guayabo.
1 limón.
750 g azúcar.

Preparación:

» Dejar macerar la fruta con el azúcar y el jugo de un limón aproximadamente una hora.

» Llevar a fuego moderado por 40 minutos. Envasar en botellones esterilizados y ponerlos en una cacerola sumergidos en agua, cuando empiece a hervir, dejar media hora a fuego suave.



¡CONTACTANOS!



imibioiguazu@gmail.com
info@imibio.misiones.gov.ar
Tel.: (03757) 493042

Imágenes

Azerbaijan



BIODIVERSIDAD Y ALIMENTACIÓN

Feijoa

(*Acca sellowiana* (O. Breg) Burret.)



Misiones
PROVINCIA





Condiciones de cultivo y cosecha

El falso guayabo es muy valorado para uso ornamental por la elegancia de la copa verde azulada y la belleza de sus flores. Crece tanto al sol como en lugares sombríos. La floración, polinización y fructificación se da mejor a plena exposición solar.

Puede crecer en suelos arenosos o arcillosos, prefiriendo los arenosos ricos en humus. Es resistente a los vientos fuertes.

Los frutos de *Acca sellowiana* son perecederos debido a su alto contenido de agua, y se caracterizan por ser climatéricos, alcanzando su máxima intensidad respiratoria a los cinco días de almacenamiento, con una vida útil de 12 días.

Curiosidades

NOMBRES VULGARES

FALSO GUAYABO,
GUAYABA VERDE
O GUAYABA BRASILEIRA

USOS

» Frutas frescas, jugos, postres, jaleas, mermeladas, ensaladas, helado, deshidratadas, licores, refrescos, néctares, compotas, salsas, bocadillos, dulces, etc.

» Su consumo estimula la regeneración celular y disminuye el envejecimiento celular.

CARACTERÍSTICAS

» Este arbusto es muy conocido por su belleza y puede alcanzar hasta los 7 metros de altura. Su corteza es de tipo rugosa y el color es gris oscuro. Las flores son bastante llamativas y de color blanco-rosado. Cuando llega la época de verano sus estambres son rojos.

» Bayas de forma ovoide de entre 25 y 100 gr, presenta piel cerosa de color verde pálido a grisáceo; pulpa de color blanco y sabor agridulce cuando comienza a madurar y dulceácido en la madurez. Fuerte perfume. Pulpa granulosa y de aroma muy agradable.

» Temperatura óptima de almacenamiento: 5 – 10 °C (prolonga la vida útil a 4 semanas).

Uso tradicional

Es un frutal nativo muy conocido por los fruticultores y muy apreciado por los pobladores donde se desarrolla en forma natural, su consumo como fruta fresca es su principal aporte alimenticio. Es usado en la medicina popular, recientemente revalorizado por su acción contra la gastroenteritis.

Su exquisito sabor y aroma hacen que este fruto sea muy apreciado por los consumidores.



Propiedades

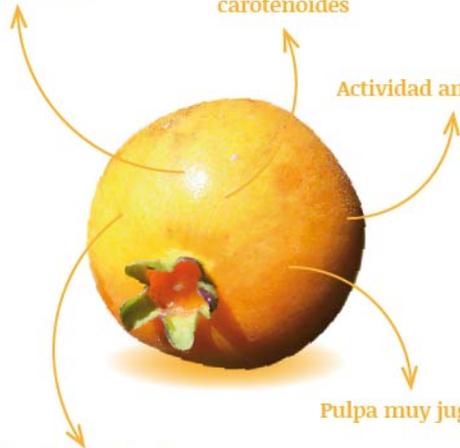
Fuente de vitamina C
Posee casi 4 veces más
que la naranja

Alto contenido de
carotenoides

Actividad antioxidante

Pulpa muy jugosa

Elevados niveles de
aceites esenciales



COMPOSICIÓN

Humedad (%)	80
Lípidos (%)	1,9
Proteínas (%)	1,1
Carbohidratos (%)	8,9
Fibra dietaria (%)	6,3
Valor energético (kcal)	57,3
pH	3,84
°Brix	16,4

Recetario

Galea de Guabiroba

Ingredientes:

500 ml de jugo de guabiroba.
250g de azúcar.

Preparación:

» Colocar el jugo de guabiroba en una cacerola, añadir el azúcar.

» Llevar a fuego medio durante 30 minutos, y revolver constantemente, quitando la espuma sobrenadante.



¡CONTACTANOS!



imibioiguazu@gmail.com
info@imibio.misiones.gov.ar
Tel.: (03757) 493042

Imágenes

misionesonline.com



BIODIVERSIDAD Y ALIMENTACIÓN

Guabiroba
(*Campomanesia
xanthocarpa* O. Berg)



Misiones
PROVINCIA





Condiciones de cultivo y cosecha

Dado que sus frutos son consumidos por varias especies de aves, pequeños mamíferos y reptiles que dispersan sus semillas, se recomienda su utilización en áreas destinadas a restauración de bosques degradados así como al enriquecimiento de bosques secundarios. Puede propagarse por semilla o por estaca. Generalmente estas plantas florecen a los 3 años de vida. La floración se produce entre septiembre y octubre, por un periodo de 10 a 15 días.

Los frutos maduran entre noviembre y diciembre, dependiendo de la región.

Los frutos son muy perecederos pero, al ser climatéricos, pueden cosecharse al inicio de su madurez fisiológica, lo cual permite que concluyan su maduración durante el transporte o el almacenamiento.

Curiosidades

NOMBRES VULGARES

GUAVIROBA, GUABIROBA,
GUABIRÁ, GUA VIRÁ,
GUABIROBEIRA

USOS

- » Frescos, jugos, dulces, pulpas congeladas, mermeladas, helados y licores.
- » Otra aplicación en la industria de alimentos, dada la presencia y calidad de los aceites esenciales que contienen los frutos, es su utilización como aromatizante y saborizante.

CARACTERÍSTICAS

- » Frutas de pulpa muy abundante y dulce, con aroma característico. De color al principio verdoso, tornándose amarillo anaranjado en la madurez.
- » Floración entre septiembre y octubre y fructificación entre noviembre y diciembre.
- » En Argentina esta especie se distribuye entre las provincias de Corrientes (Ituzaingó, Santo Tomé) y Misiones (Iguazú, Eldorado, San Ignacio). También se la encuentra en Brasil, Paraguay y Uruguay.

Uso tradicional

Los frutos de *Campomanesia xanthocarpa* O. Breg, desde hace varios siglos, se destacan como un importante producto para grupos de las comunidades Mbya - Guaraní.



Propiedades

Rico en compuestos polifenólicos como flavonoides y antocianinas

El fruto entero presenta una importante actividad antioxidante



Materia prima promisoría para la industria alimentaria

Contribuye significativamente al aporte de minerales como calcio, potasio y magnesio

COMPOSICIÓN

Humedad (%)	85
Lípidos (%)	0,41
Proteínas (%)	0,93
Carbohidratos (%)	4,89
Fibra dietaria (%)	6,72
Valor energético (kcal)	31,5
pH	4,6
°Brix	15

Recetario

Mermelada de Guaviyú

Preparación:

- » Lavar los frutos y separar las semillas.
- » Colocar la pulpa y cáscara en una olla y agregar agua en proporción de una taza de agua por cuatro de pulpa y cáscara.
- » Llevar a fuego lento por 20 minutos.
- » Dejar enfriar y retirar las cáscaras, cuya principal función es la de darle coloración a la mermelada.
- » Agregar una taza de azúcar y cocer hasta llegar al punto deseado.

Método de la prueba de agua: tomar un vaso de vidrio, llenar hasta la mitad de agua y dejar caer una gota de mermelada, si la gota llega entera hasta el fondo significa que alcanzó el punto; si la gota al tocar la superficie del agua o durante el recorrido se desarma, le falta para llegar al punto.



¡CONTACTANOS!



imibioiguazu@gmail.com
info@imibio.misiones.gov.ar
Tel.: (03757) 493042

Imágenes

Analia Benavidez | Florencia Grattarola | Noelia Frederico Acáz Sonntag | Giuliana Pernazza.



BIODIVERSIDAD Y ALIMENTACIÓN

Guaviyú

(*Myrcianthens pungens*
(O. Breg) D. Legrand)



Misiones
PROVINCIA





Condiciones de cultivo y cosecha

Una planta de áreas tropicales y subtropicales, principalmente en elevaciones más altas de hasta 2200 metros en los trópicos. Prefiere una posición en la sombra.

De crecimiento bastante lento, mide menos de 2 metros de altura cuando tiene 2 años. Esta especie se siembra en almácigo, para lo cual deben recogerse frutos maduros, eliminar la pulpa y lavar las semillas.

Se siembra mejor tan pronto como esté madura en una posición parcialmente sombreada en un semillero de vivero o en recipientes individuales. Se puede esperar una tasa de germinación superior al 50%, con la semilla brotando dentro de 30 a 40 días. Las plántulas se desarrollan lentamente y tardarán al menos otros 8 meses antes de estar listas para plantarse.

Florece de septiembre a octubre y fructifica de noviembre a enero.

Curiosidades

NOMBRES VULGARES

GUAVIYÚ, YGUAVIYÚ
YVÁ VIYÚ, YVÁ POREÍ,
GUABIJÚ

USOS

- » Se consumen frescos y son aptos para la preparación de jaleas, mermeladas, helados, dulces, bebidas, postres.
- » Ornamentales, arbolado urbano, parques y jardines.

CARACTERÍSTICAS

- » Árbol pequeño de follaje perenne que puede llegar hasta 15 m de altura. Corteza clara, lisa, presenta placas desprendibles irregulares más oscuras.
- » Sus hojas relativamente rígidas poseen una espinita muy aguda en su extremo.
- » Sus flores son diminutas, blanquecinas, abundantes y aromáticas.
- » Presenta frutos pequeños, globosos, de 1cm de diámetro, de color morado oscuro cuando alcanzan la madurez, con pulpa dulce y comestible y una semilla grande. Su cáscara está cubierta de una pelusa muy fina lo que dio lugar a que los guaraníes le dieran el nombre de Guaviyú, que en guaraní significa "fruto con vello".

Uso tradicional

Popularmente se utilizan las hojas para el preparado de infusiones a las que se le otorga propiedades diuréticas, digestivas y anti-diarréicas.



Propiedades

Las semillas poseen potencialidad de uso en cosmética

Fuente de Vitamina C (238 mg en 100 gr de fruta fresca)

Actividad antioxidante

Fuente de minerales (calcio, hierro, potasio y fósforo)

La cáscara tiene potencial para la obtención de pigmentos



COMPOSICIÓN

	Fruta entera	Pulpa
Humedad (%)	87,4	90,7
Cenizas (%)	3,1	3,2
Lípidos (%)	1,8	0,2
Proteínas (%)	5	3,5
Carbohidratos (%)	90,1	93,1
Fibra dietaria (%)	32,2	n/d
Valor energético (kcal/100 gr fruta fresca)	31	36
pH	3,6	3,3

Recetario

Mermelada de Jaboticaba

Ingredientes:

1 kg de jaboticaba.
800 gr de azúcar.
Agua cantidad necesaria.

Preparación:

- » Colocar las Jaboticabas en una olla grande, machacar hasta que se separe la pulpa de la cáscara. Agregar el agua hasta cubrir y encender fuego medio.
- » Cocinar a fuego lento, sin mezclar, hasta que el agua tome color rosado.
- » Agregar el azúcar.
- » Dejar hervir sin necesidad de estar mezclando todo el tiempo. El punto final es cuando las gotas son lentas para caer de la cuchara.
- » Colocar en frasco esterilizado y conservar en heladera.



¡CONTACTANOS!



imibioiguazu@gmail.com
info@imibio.misiones.gov.ar
Tel.: (03757) 493042

Imágenes

Guilherme, Resende | Starr, Kim | Halpern, Mauro
Bezerra, Pedro | u_5boasqw2n



BIODIVERSIDAD Y ALIMENTACIÓN

Jaboticaba
(*Plinia cauliflora*
(Mart.) Kausel)



Misiones
PROVINCIA





Condiciones de cultivo y cosecha

Es posible la propagación vegetativa de la jaboticaba; además las técnicas de injerto y estratificación son viables para la producción de mudas de este árbol frutal.

La jaboticaba es un fruto que dura dos o tres días almacenado sin ningún tratamiento de pos cosecha. En un estudio realizado por Vázquez et. al (2007) se estableció que:

- » Como fruta fresca, la cosechada los días cuatro, cinco, seis y siete después de alcanzar el color maduro es la más aceptada.
- » Para fruta almacenada por siete días, la cosechada el día cuatro presenta mayor aceptación en la prueba de sabor. La fruta que presenta mejor textura fue la cosechada los días uno, dos y tres.
- » Para fruta almacenada por catorce días, la cosechada el día tres es la única aceptada.

Curiosidades

NOMBRES VULGARES

YVAPURŪ

(DEL GUARANÍ "YVA": FRUTA - "PURU": CROCANTE EN LA BOCA),

YVA HU, GUAPURŪ

YABUTICABA O JABOTICABA

USOS

Estas frutas son muy apreciadas por su gusto y sabor. La pulpa blanquecina tiene un sabor dulce y ligeramente ácido y un sabor apreciable. Por estos atributos de calidad, esta fruta tiene un buen potencial de comercialización.

- » Frutas frescas, jugos, helados, dulces, mermeladas, vinagres.
- » Actividad biológica antimicrobiana, antidiabéticas y beneficios en el control de obesidad.
- » La cáscara o piel tiene potencial para la obtención de pigmentos.

CARACTERÍSTICAS

- » Pulpa suave, dulce y muy jugosa, similares a las uvas. La fruta madura rápidamente, entre los 20 a 40 días posteriores a la floración. Tienen un diámetro de 2 a 3,5 cm cuando maduran, con pulpa blanca/transparente.
- » Una de sus principales características es que florece directamente en el tronco y las ramas del árbol.
- » Produce frutos una o dos veces al año, entre agosto y noviembre.

Uso tradicional

Los árboles de jaboticaba eran conocidos por muchas tribus de aborígenes sudamericanas, quienes destacaban las cualidades medicinales, tanto de los frutos y sus preparados como de las cortezas del árbol.

Según Chifarelli et. al (2019), los pueblos originarios que habitan la selva paranaense utilizaban la fruta fresca que recolectaban en la selva con fines nutricionales desde una perspectiva amplia (física, espiritual y emocional).



Propiedades

Recetario

Dulce de Jacaratiá



Ingredientes:

1 kg de Jacaratiá (sin semillas).
500 g de azúcar.
1500 ml de agua.

Preparación:

» Lavar las frutas, retirar el pedúnculo y realizar un corte longitudinal incompleto (es necesario utilizar guantes debido al látex que se libera al cortar las frutas).

» Colocar en un recipiente y cubrir con agua, dejar en remojo durante 24 hs cambiando el agua tres o cuatro veces.

» Escurrir y retirar las semillas.

» Colocar en una cacerola las frutas, el azúcar y el agua y llevar a fuego bajo por 2 hs.



¡CONTACTANOS!



imibioiguazu@gmail.com
info@imibio.misiones.gov.ar
Tel.: (03757) 493042

Imágenes

Alex Popovkin | Dick Culbert.



BIODIVERSIDAD Y ALIMENTACIÓN

Jacaratiá

(*Jacaratiá spinosa*
(Aubl.) A. DC)



Misiones
PROVINCIA



INSTITUTO MISIONERO
DE BIODIVERSIDAD



Condiciones de cultivo y cosecha

Para la siembra las semillas deben ser puestas a germinar tan pronto como se cosechan, en semisombra. Generalmente, el poder de germinación es alto. Se debe sembrar las semillas en suelo arcilloso con abono orgánico, sombreados, germinan a los 10 a 20 días.

Las plántulas alcanzan un tamaño adecuado para plantación unos 4 meses después de la siembra.

Florece y fructifica durante todo el año.

Los frutos deben cosecharse directamente del árbol cuando está maduro, o del suelo después de su caída. Luego, se abren manualmente para quitar las semillas, que deben lavarse con agua corriente y se dejar secar a la sombra.

Curiosidades

NOMBRES VULGARES

YACARATIÁ
JACARATI -Á

USOS

Puede ser explotado gastronómicamente, por su sabor único y exótico.

» Es utilizado principalmente como ingrediente en la preparación de helados gelatina, mermeladas, dulces confitados e incluso bombones, entre otros.

CARACTERÍSTICAS

» Árbol de 10 a 30 m de alto. Su tronco es recto y cilíndrico. Las ramas están cubiertas de aguijones.

» Sus hojas son verdes (aunque la cara posterior es más clara) y compuestas, sostenidas por largos peciolo, tienen un número impar de folíolos dispuestos de manera palmeada.

» El desprendimiento de cualquier parte de la planta produce el flujo de un exudado lechoso.

» Sus flores son blancas y frutos elipsoidales a ovoides, con cinco surcos longitudinales ligeramente visibles, de 3 a 12 cm de largo, verdes, tornándose amarillos al madurar.

Uso tradicional

El fruto es muy apreciado tradicionalmente por su sabor dulce, similar al mamón.

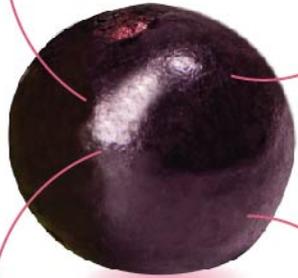
Además, la madera es reconocida popularmente como comestible ya que, a través de un procesamiento específico, pueden obtenerse confituras.



Propiedades

Posee actividad antioxidante

Alto contenido de potasio, calcio, hierro y manganeso



Elevado nivel de proteínas

Sabor muy dulce

COMPOSICIÓN

Humedad (g/100g)	88,4 - 90,2
Lípidos (g/100g)	13,78 - 60
Proteínas (g/100g)	6 - 6,72
Carbohidratos (g/100g)	28,3
Valor energético (kcal/100g)	83
pH	3,3 - 5,6

Recetario

Mermelada de Jejy'a

Ingredientes:

1 kg de pulpa.
250 g de azúcar.
1 cucharada de jugo de limón.

Preparación:

» Mezclar la pulpa con el azúcar y cocinar a fuego lento.

» Una vez que se llega a hervor agregar el jugo de limón y continuar cocinando hasta lograr la textura espesa deseada, mezclando constantemente.



¡CONTACTANOS!



imibioiguazu@gmail.com
info@imibio.misiones.gov.ar
Tel.: (03757) 493042

Imágenes

Frutos Atrativos do Cerrado | Alex Popovkin | Liu Idárraga O.



BIODIVERSIDAD Y ALIMENTACIÓN

Jejy'a
(*Euterpe edulis* Mart)



Misiones
PROVINCIA





Condiciones de cultivo y cosecha

Se reproduce por semilla y se caracteriza por formar bancos de plántulas, tiene período de germinación de 45 a 240 días. Es una especie sensible a la deshidratación y a las heladas, sobre todo en los primeros estadios de desarrollo.

El período de floración es largo (unos 4 meses) y su inicio y fin varía mucho; en líneas generales se inicia con los primeros calores de fines del invierno hasta inicios del otoño. La mayor concentración de frutos maduros se observa en mayo y junio, iniciándose alrededor de marzo y prolongándose hasta noviembre, dependiendo de la variabilidad climática de cada año.

Por lo general cada individuo se cosecha una sola vez por temporada. Existen diferentes formas de cosecha de los frutos, dentro de las más observadas se destacan dos métodos: en altura, con el empleo de ganchos para ascender, y desde el suelo con el uso de herramientas de extensión.

Uso tradicional

Los principales usos citados en Argentina corresponden al alimenticio. Además, las semillas se comercializan a viveros para la producción de plantas ornamentales, previa extracción de la pulpa comestible de los frutos.

Asimismo, se registraron usos medicinales de las raíces, las que son empleadas por los guaraníes en tratamientos odontológicos.



Curiosidades

NOMBRES VULGARES

JEJY'A
JUÇAI
PALMITO
PALMITO DULCE

USOS

Se utiliza la pulpa para la elaboración de mermeladas, mousse, flan, almíbar, dulces, helados y vinos caseros.

CARACTERÍSTICAS

- » Árbol de hasta cerca 20 m de altura y 15 cm de diámetro, de color grisáceo.
- » Presenta un estípite único, con una yema apical ubicada en la base de la copa.
- » Posee frutos numerosos, de color púrpura negruzco, de 1-1,3 cm de diámetro conteniendo una sola semilla globosa, muy buscadas por la fauna selvática.
- » En el pasado, la comercialización de los cogollos implicó el corte y muerte consecuente de las plantas, un aspecto que pone en riesgo la conservación de las poblaciones silvestres de palmito.

Propiedades

Alta actividad antioxidante

Elevado contenido de vitamina C

Posee compuestos bioactivos

El consumo de pulpa de jervivá ofrece un gran aporte en fibra dietaria

COMPOSICIÓN

Humedad (%)	65,4
Lípidos (%)	2,42
Proteínas (%)	4
Carbohidratos (%)	92,36
Fibra dietaria (%)	26,9
Valor energético (kcal/100g)	432
°Brix	30,1
pH	5,28

Recetario

Jugo de Jerivá

Preparación:

- » Batir la pulpa en licuadora con un poco de agua hasta que se convierta en una preparación espesa.
- » Pasar la preparación por un colador.
- » Agregar azúcar y hielo a gusto y mezclar.



¡CONTACTANOS!



imibioiguazu@gmail.com
info@imibio.misiones.gov.ar
Tel.: (03757) 493042

Imágenes

Under the same moon... | João Medeiros Mauro
Forest and Kim Starr | Halpern.



BIODIVERSIDAD Y ALIMENTACIÓN

Jerivá

(*Syagrus romanzoffiana*
(Cham.) Glassman)



Misiones
PROVINCIA





Condiciones de cultivo y cosecha

Es una planta rústica, prefieren suelos bien drenados, ligeramente ácidos o neutros, ricos en nutrientes en especial hierro y manganeso y mucho sol. Requiere bastante humedad en época de crecimiento y en invierno tolera medianamente las heladas. Es de crecimiento rápido.

Jerivá normalmente se propaga por semillas que deben ser recolectadas y limpiadas, quitando toda la pulpa y fibra circundante, ya que estas tienen inhibidores de la germinación. Se siembra en compost preparado con 40% estiércol forestal u hojas descompuestas, 30% arena y 30% tierra superficial.

Las semillas germinan mejor si se cubren con 3 cm de sustrato, la aparición de las primeras hojas comienza a los 80 días.

La floración ocurre casi el año entero, con mayor intensidad en los meses de septiembre y marzo. Una segunda floración ocurre en invierno pero en menor intensidad.

La maduración de los frutos ocurre principalmente entre los meses de noviembre y enero.

Curiosidades

NOMBRES VULGARES

COQUINHO, COQUEIRO PINDOBA,
COQUEIRO PINDÓ,
COQUEIRO JERIVÁ, GERIVÁ,
JURUVÁ, JIRUVÁ

USOS

- » Consumo fresco.
- » Esta fruta tiene potencial para su procesamiento en forma de pulpas que puede ser utilizada para la fabricación de helados, jugos, dulces, bebidas, mermeladas, postres y jaleas.

CARACTERÍSTICAS

- » Palmeras de un solo tallo o estípote color grisáceo, alcanzando hasta 25 m de altura y unos 50 cm de diámetro del tronco.
- » Sus hojas son enormes palmas alternas de hasta 3 m de largo y muy pesadas. Raquis caedizo. El conjunto de sus hojas dan aspecto plumoso.
- » Las flores del Jerivá son de gran potencial apícola, produciendo polen y néctar.
- » Es una palmeta altamente decorativa y muy utilizada en proyectos paisajísticos.

Uso tradicional

Antiguamente con la corteza fibrosa se hacían tejas. En algunas regiones de Brasil, las hojas se utilizan como forraje para caballos, vacas y cabras en la estación seca.

En la medicina popular, el té de corteza y flores se usa para combatir problemas renales y la diarrea.



Propiedades

Las semillas son fuente natural de fibra dietaria

Rica en calcio y fósforo

Potencial antioxidante

Fuente de vitamina A.
Elevado contenido de carotenoides
(especialmente licopeno)

Ideal para procesar
en forma de pulpa



COMPOSICIÓN

Humedad (%)	81
Cenizas (%)	0,5
Lípidos (%)	0,3
Proteínas (%)	1,8
Carbohidratos (%)	11,4
Valor energético (kcal/100 gr fruta fresca)	85,55
pH	3,4

Recetario

Jugos y néctares de pitanga

Se preparan a partir de pulpa.

El método más importante para preservar el jugo de fruta es la pasteurización.

Esto incluye el descongelado de la pulpa. Luego, la formulación requiere agregado de agua, azúcar o edulcorante, ácido cítrico, y posteriormente se realiza la pasteurización, y el enfriado acorde para la comercialización.



¡CONTACTANOS!



imibioiguazu@gmail.com
info@imibio.misiones.gov.ar
Tel.: (03757) 493042

Imágenes

Gustavo, Torres | Rocío Gómez | Denis Zabin | Manners, Malcolm | Istvan



BIODIVERSIDAD Y ALIMENTACIÓN

Pitanga
(*Eugenia uniflora* L.)



Misiones
PROVINCIA





Condiciones de cultivo y cosecha

Eugenia uniflora L. es una planta que requiere mucho sol, y se ve afectada por las heladas.

Se planta generalmente de semilla, que germina en el plazo de un mes. Los esquejes e injertos son también viables.

La cantidad de frutos es mayor en los ejemplares sin podar. La recolección debe hacerse sólo cuando el fruto cae en la mano con el simple tacto.

La planta requiere poca agua y nutrientes para su crecimiento, pero los frutos aumentan en tamaño, calidad y cantidad con buena humedad y fertilización con fósforo.

Para ello, se recomienda fertilizar estas plantas durante la primavera y verano.

Curiosidades

NOMBRES VULGARES

CEREZA BRASILEÑA
ÑANGAPIRÍ
ARRAYÁN

USOS

- » Los frutos se pueden consumir frescos o procesados.
- » Pueden prepararse conservas, jaleas, mermeladas, jugos, licuados, yogures, helados, licores y otros productos.
- » También se la cultiva como planta ornamental.
- » Industrialmente tiene elevado potencial para la producción de pulpas.

CARACTERÍSTICAS

- » La formación y maduración de los frutos se alcanza hasta tres semanas después de la floración.
- » La fruta posee de 1,5 a 3 cm de diámetro con surcos longitudinales, con pulpa roja de sabor suave, refrescante, levemente ácido.
- » Las plantas de *Eugenia uniflora* L. llegan a producir en promedio 10 kg de frutos por año.
- » Arbusto pequeño de corteza oscura.
- » Floración en septiembre y cosecha en el mes de noviembre, algunas variedades presentan una segunda floración en verano, dando otra cosecha en marzo/abril.

Uso tradicional

Varios registros mencionan que desde hace siglos, grupos de las comunidades Mbya-Guaraní recolectan estos frutos; formando parte de su tradición y de la diversidad cultural.

Estos frutos están ganando atención en otros países por su sabor exótico y su alto contenido de vitaminas, pero además son reconocidos como un alimento natural y saludable.



Propiedades

Buena fuente de vitamina C
(73 a 120 mg de ácido ascórbico
por 100 g de fruta fresca)

Altos niveles de
hierro y zinc

Posee cantidades
significativas de
potasio

Alto contenido de compuestos
fenólicos y carotenoides

COMPOSICIÓN

Humedad (%)	94
Lípidos (g/100g)	0,52
Proteínas (g/100g)	0,55
Carbohidratos (g/100g)	3,89
Fibra dietaria (g/100g)	32
Carotenoides totales (mg/100g)	14,57
Valor energético (kcal)	21
pH	2,96
°Brix	7

Recetario

Mousse de Uvaia

Ingredientes:

200 ml leche condensada.
200 ml crema de leche.
Pulpa de 2 uvaias.

Preparación:

- » Verter los ingredientes en una licuadora y mezclar.
- » Servir en bolws individuales y llevar a heladera por 3 hs.
- » Rinde 6 porciones.



¡CONTACTANOS!



imibioiguazu@gmail.com
info@imibio.misiones.gov.ar
Tel.: (03757) 493042

Imágenes

Denis Zabin | Mauricio Mercadante.



BIODIVERSIDAD Y ALIMENTACIÓN

Uvaia

(*Eugenia pyriformis*
Cambess)



Misiones
PROVINCIA





Condiciones de cultivo y cosecha

Eugenia pyriformis es una especie muy adaptable y se puede cultivar en climas con temperaturas anuales entre 18 y 26 grados, soportando bien heladas de hasta menos 4 grados. Debe cultivarse a pleno sol, en suelo fértil, profundo, ligeramente ácido y con riego regular en el primer año de implantación. Se multiplica por semillas recolectadas de frutas despulpadas y se pone a germinar inmediatamente después de la cosecha. La germinación ocurre entre 40 y 60 días después de la siembra, con una tasa de alrededor del 40%.

El período de floración es entre octubre y diciembre y los frutos se recolectan a mediados del mes de enero. La fructificación comienza entre 2 y 4 años después de la siembra. La planta crece rápido y no necesita cuidados especiales, basta con eliminar las malezas que puedan asfixiar a la planta. Puede utilizarse como sustrato compost orgánico con 30 gramos de fertilizante NPK 10-10-10. Distribuya el sustrato con los nutrientes del fertilizante a 5 cm superficialmente a 20 cm del tallo a principios de octubre.

Debido a los diversos eventos de floración y al rápido desarrollo de la fruta al final del ciclo fisiológico, las frutas deben cosecharse dos o tres veces por semana y el punto de cosecha debe determinarse individualmente en función de la piel, color y firmeza de la pulpa.



Curiosidades

NOMBRES VULGARES

UVAIA
UVALHA

USOS

La uvaia es una fruta nutritiva que se puede consumir tanto en forma fresca como procesada.

» Mermeladas, jugos, helados, licores, compotas, conservas o agregado a otros productos procesados como los yogures.

» Debido a su bioactividad (antimicrobiana y antiinflamatoria), las frutas de uvaia también pueden ser valiosas para la industria farmacéutica.

CARACTERÍSTICAS

» Árbol o arbusto de hasta 10 m de altura, muy ramificado de copa globosa.

» Su tronco es recto, levemente tortuoso, con corteza que se descama de modo característico dominando una coloración parda anaranjada.

» Se destacan sus frutos globosos, de tamaños variables anaranjados, ligeramente afelpados y con abundante pulpa comestible.

» Su fruto es una drupa globosa amarillo-anaranjado hasta 4 cm de diámetro. Tiene un aroma particular, fuerte. La pulpa es carnosa, succulenta, algo anaranjada, puede ser fibrosa con hasta cuatro semillas redondas.

Uso tradicional

Muy apreciado por los pobladores donde se desarrolla en forma natural, su consumo como fruta fresca es su principal aporte alimenticio.

Además es reconocido por la comunidad Mbyá Guaraní como fruto comestible y ampliamente utilizado por comunidades de inmigrantes.

