

Colombia Frutas de la amazonia

Colombia
Amazonian Fruits



Instituto
amazónico de
investigaciones científicas
SINCHI



Libertad y Orden

MINISTERIO DE AMBIENTE,
VIVIENDA Y DESARROLLO TERRITORIAL
República de Colombia

ISBN 978-958-8317-40-3

© Instituto Amazónico de Investigaciones Científicas – Sinchi
Ministerio de Ambiente, Vivienda y Desarrollo Territorial

Mapas:

Sonia Mireya Sua

Fotografía:

Marcela Piedad Carrillo Bautista

Jaime Alberto Barrera García

Bernardo Giraldo Benavides

Primera edición:

Diciembre de 2008

Diseño:

Goth's Imagenes Taller Editorial

Julián Hernández

Impresión:

Alen Impresores

Coordinación de la producción editorial:

Diana Patricia Mora Rodríguez

Reservados todos los Derechos

El contenido de esta publicación es propiedad del Instituto Amazónico de Investigaciones Científicas -Sinchi- Prohibida su reproducción con fines comerciales.

Disponible en: Instituto Sinchi, Calle 20 No. 5-44
Tel.: 4442060 Bogotá, D.C. Colombia

Impreso en Colombia

Printed in Colombia



Luz Marina Mantilla Cárdenas

Directora General

Rosario Piñeres Vergara

Subdirectora Administrativa y Financiera

Daniel Fonseca Pérez

Subdirector Científico y Tecnológico

Equipo Técnico

María Soledad Hernández, *Bióloga PhD*

Jaime Alberto Barrera, *Ing. Agrónomo MSc*

Marcela Piedad Carrillo, *Ing. Química MSc*

Ximena Leticia Bardales, *Ing. Química MSc*

Diego Ferney Caicedo, *Admin. Emp. Agrop.*

Alejandro Álvarez, *Economista MSc*

Sandra Yannet Castro, *Bióloga*

Juliana Erika Cardona, *Ing. Química Esp. Alim.*

Pilar Eugenia Buchelli, *Ing. Agroforestal*

Sandra Paola Jiménez, *Ing. Química Esp. Alim.*

Ángela García, *Ing. Forestal*

Juan Pablo Fernández-Trujillo, *Dr. Ing. Agrónomo*

Orlando Martínez, *Ing Agrónomo PhD*



PRESENTACIÓN

El catálogo *Colombia: Frutas de la amazonia* es un esfuerzo del Instituto Amazónico de Investigaciones Científicas SINCHI para promover la producción regional e incorporar a la cadena productiva los frutales amazónicos. Recopila información básica sobre usos, épocas de producción, y valor nutricional de un conjunto de especies que han sido priorizadas por el sector hortifrutícola amazónico, y que a través del esfuerzo continuo institucional son hoy un producto más de la Amazonia para el mundo.

Esta publicación del Grupo Frutales promisorios de la Amazonia, que hoy tengo el agrado de presentar se ha logrado gracias al empeño y dedicación de nuestros investigadores que durante xx años han trabajado en la región para producir y compilar el conocimiento sobre frutales nativos. La consolidación de las frutas amazónicas en los mercados regionales y nacionales es además, el resultado de la aceptación de los pobladores amazónicos por el trabajo del Instituto Sinchi. Las empresas asociadas a la tecnología del Instituto Sinchi para abordar el uso y aprovechamiento de especies nativas de la Amazonia, tienen un espacio muy importante en esta obra ya que nuestro quehacer institucional de investigación encuentra su reflejo en el empeño y perseverancia de estos emprendedores amazónicos que le apuestan hoy al desarrollo sostenible a partir de nuestros recursos, de

una manera responsable y consagrada, lo que asegura su continuidad en el tiempo.

En esta ocasión, presentamos esta publicación, que más que un ánimo científico, posee un cariz especial dentro de la cadena productiva de los Frutales Amazónicos. Los mercados no tienen colores a la hora de decisión de compra, los mercados tienen exigencias únicas de calidad, precio e inocuidad. Esperamos que esta primera entrega del catálogo se vea engrosada anualmente con la inclusión de nuevas especies y que su consulta pueda trascender las fronteras y se constituya en una oportunidad para salir a los mercados internacionales.

Quiero agradecer al Ministerio de Ambiente, Vivienda y Desarrollo Territorial, al Ministerio de Agricultura, a Ashofrucol, a la Universidad Nacional de Colombia y a todas y cada una de las personas e instituciones que a lo largo de estos años de trabajo han apoyado con recursos, con información, o con su participación, esta iniciativa que ya está posicionada y es reconocida en el país y fuera de él.

Finalmente quiero confirmar, una vez más, el compromiso de esta dirección con el desarrollo sostenible regional y con la innovación tecnológica que nos lleve a una Amazonia más fortalecida y reconocida. Solo el trabajo continuo y la perseverancia lograrán este objetivo.



LUZ MARINA MANTILLA CARDENAS
Directora General

AGRADECIMIENTOS

Sea esta la oportunidad para agradecer a las Instituciones que han acompañado al Instituto Sinchi y en particular al Grupo de Frutales Promisorios de la Amazonia durante estos años de trabajo, para que las frutas amazónicas sean conocidas y hayan ingresado a los mercados regionales y nacionales como un eslabón en la cadena productiva de los departamentos amazónicos, todo bajo la premisa “Investigación para el desarrollo sostenible”

Universidad Nacional de Colombia

Universidad de la Amazonia

Universidad Jorge Tadeo Lozano

Universidad de los Andes

Universidad Politécnica de Cartagena, Murcia-España

Ministerio de Medio Ambiente Vivienda y Desarrollo Territorial

Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural

Ministerio de Comercio Industria y Turismo.



Corporación para el Desarrollo Sostenible del Norte y Oriente Amazónico CDA

Gobernación del Vaupés

Gobernación del Amazonas

Gobernación del Caquetá

Gobernación del Guaviare

Corporación para el Desarrollo Sostenible del Área de Manejo Especial de la Macarena. CORMACARENA

Fondo de Gestión Ambiental Participativa en Territorios Étnicos y Ecorregiones Estratégicas (fondo GAP)-ECOFONDO-
Ministerio de Cooperación al Desarrollo de Holanda

Banco de la República.

Sociedad Colombiana de Ciencias Hortícola

Asohfrucol. Fondo Nacional de Fomento Hortofrutícola.

Instituto Colombiano para el Desarrollo de la Ciencia y la Tecnología "Francisco José de Caldas" COLCIENCIAS.

INTRODUCCIÓN

La Región Amazónica alberga la mayor extensión de bosques contiguos del planeta, contiene la quinta parte de las reservas mundiales de agua dulce, en ella viven millones de especies de flora y fauna que conforman alrededor de un 30% de la biodiversidad a nivel mundial y se presume que más del 90% de dicha biodiversidad aún no ha sido descubierta. La riqueza de la biodiversidad amazónica, contribuye a que Colombia sea uno de los 17 países megadiversos del mundo; sin embargo, dicha riqueza contrasta con la creciente pobreza y destrucción ambiental que afecta a la región, especialmente al sector rural con un índice de pobreza del 90.9%.

Esto nos lleva a reconocer que la biodiversidad no es exclusivamente un tema ambiental, sino principalmente social. En este escenario, resulta positivo el creciente interés y preocupación por aprovechar la biodiversidad de forma sustentable, para contribuir a mejorar la calidad de vida de sus habitantes y a la conservación ambiental, no obstante, el rápido desarrollo a través de la sobreexplotación de los recursos naturales es una amenaza para el ecosistema y el sustento de un número creciente de personas pobres asentadas en la región. Se estima que la actividad humana destruye anualmente entre 25.000 y 50.000 km² de sus 5 millones de km² de bosques.



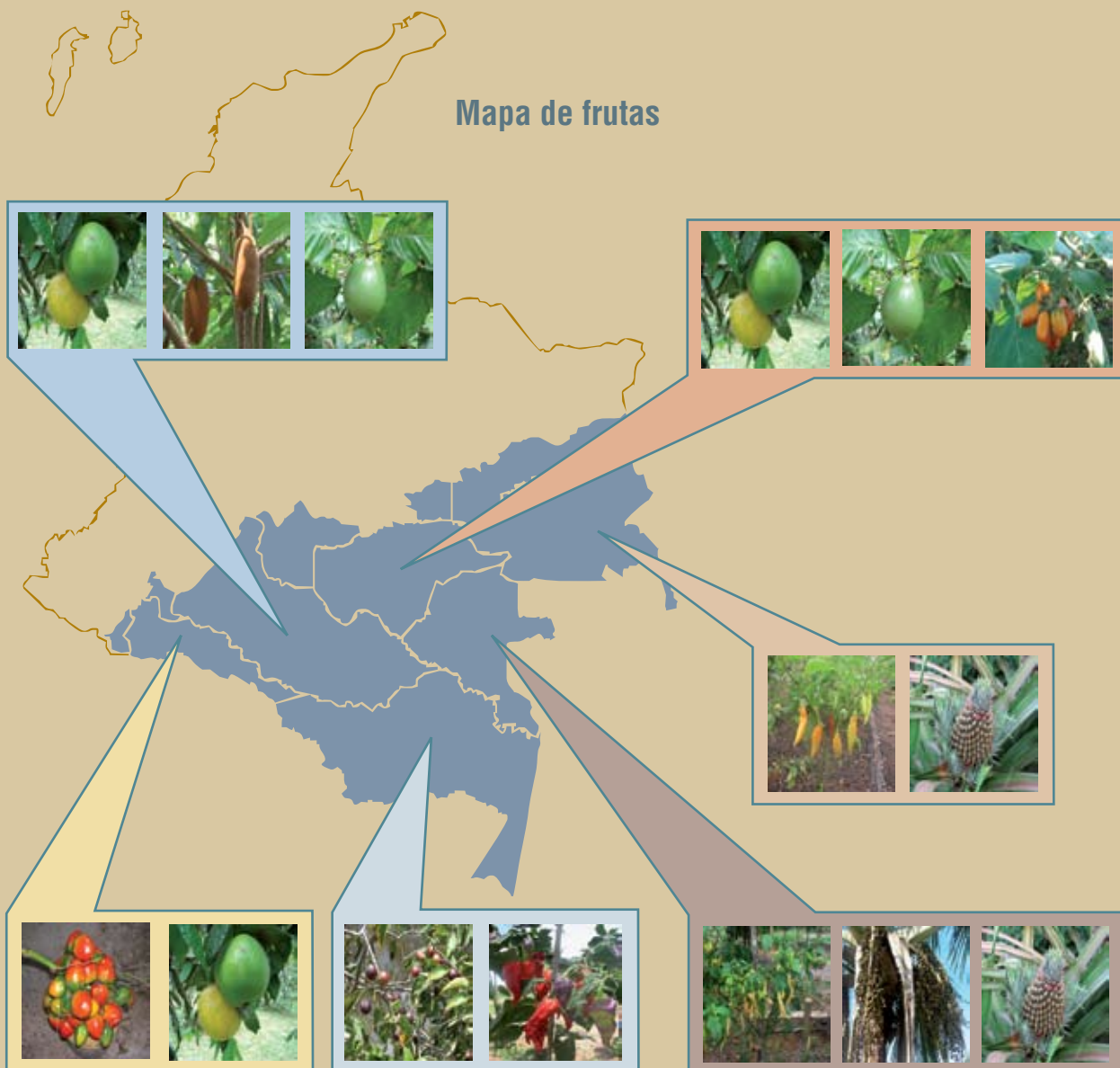
Los frutales amazónicos, hacen parte de esta gran biodiversidad amazónica y constituyen una nueva cadena productiva para la fruticultura colombiana. Su potencialidad ha sido ampliamente comprobada y su posicionamiento en el mercado local ha trascendido la frontera de lo incipiente. Las especies antes subutilizadas hoy tienen un nicho de mercado creciente sostenido y son una oportunidad real para el fortalecimiento regional y la construcción de tejido social; de hecho la Organización del Tratado de Cooperación Amazónica, en el marco de las actividades contempladas dentro del componente de Diversidad Biológica, Biotecnología y Biocomercio del Plan Estratégico 2004 – 2012, ha concebido el desarrollo de mecanismos que impulsen la inversión, la producción y el comercio de los productos y servicios de la biodiversidad para alcanzar los objetivos del Convenio de Diversidad Biológica (CDB) y avanzar en el desarrollo sostenible de la Amazonía.

Es así, que las organizaciones fortalecidas a través de la producción y la transformación a productos de primer y segundo

nivel agroindustrial empiezan a consolidarse como una tradición en toda la Amazonia colombiana. Los productos “Amazonia Fruits” de Chagra Maguarée, o Majiña de la Asociación de productores de la Amazonia APAA han encontrado émulos recientes en empresas como Agrovaupés, con la marca Cudavio o Maranatha con sus productos de Chocoazu y Bacalate; Origu con sus elaborados de camu-camu y Maku con sus productos de frutas. No está por demás resaltar el éxito de la marca Yari en los mercados de Fruver de Cadena en Bogotá con pulpa de Araza, todos ellos fortalecidos con la tecnología SINCHI. Chocaguan, Mukatri, Hut, Tulasi y otras empresas han surgido también en el contexto regional y con ello se ha surtido el mercado de competencia que propende por la innovación para asegurar su trascendencia en el mercado.

En este contexto este catálogo aporta valiosa información técnica, comercial y se espera que contribuya a la valoración de la riqueza y biodiversidad amazónica que la región ofrece a todos los colombianos para el desarrollo integral y sostenible de nuestro Pueblo.

Mapa de frutas



CAMU CAMU

Myrciaria dubia (Kunth) McVaugh.

Nombres comunes *Common names*

Camu camu, Caçari o Arazá de agua. En Mitú Colombia, se conoce como Minuake (Guanano), en otras regiones del país como Guayabo; y en Venezuela se le denomina como Guayabito.

Camu camu, Caçari or Arazá water. Is known as Minuake (Guanano), in Mitú Colombia, in other regions of the country is known as Guayabo and in Venezuela is named Guayabito.

La fruta *The fruit*

Este fruto es considerado una importante fuente de antioxidantes por su alto contenido de vitamina C y su interesante contenido de antocianinas. Posee además un alto nivel de potasio.

This fruit is considered an important antioxidants source by its high vitamin C content and its interesting anthocyanins content. In addition it has high potassium level.

Valor nutricional *Nutritional Value*

Nutriente (/Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)	%Vd/100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	20.80	1.0%
Grasa Total (Total Fat)	g	0.00	0.0%
Sodio Max. (Max. Sodium)	mg	NE	NE
Carbohidratos (Carbohydrates)	g	4.70	1.6%
Fibra Cruda (Fiber)	g	0.60	2.4%
Proteínas (Proteins)	g	0.50	1.0%
Calcio (Calcium)	mg	27.00	2.7%
Hierro (Iron)	mg	0.50	2.8%
Magnesio (Magnesium)	mg	NE	NE
Zinc (Zinc)	mg	NE	NE
Cobre (Copper)	mg	NE	NE
Potasio (Potassium)	mg	NE	NE
Manganeso (Manganese)	mg	NE	NE
Ácido ascórbico / VitC (Ascorbic Acid / VitC)	mg	2994.00	9356.3%

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

**Daily value provided for each 100 grams of fruit*

NE: no especificado (*not specified*)

Usos y aplicaciones *Uses and applications*

Su sabor es ácido y su principal forma de uso es como jugo de fruta. A partir de su pulpa también se elaboran mermeladas, confites y salsas.

Por su contenido de vitamina C y antocianinas, posee una importante acción antioxidante que ayuda en la prevención de cánceres, enfermedades del corazón, estrés, y es un energético muy importante. Su acción antioxidante protege al organismo de los radicales libres.

Its flavor is acid and its principal use is as a like fruit juice. From its pulp also are elaborated jams, candies and sauces.

Due to its vitamin C and anthocyanins content, it has an important antioxidant action, which helps cancers, heart diseases and stress prevention, it is a very important energy source. Its antioxidant action protects the body from free radicals.

Productos *Products*

Jugos en presentación familiar de 500 mililitros y 1 Litro, néctares de 150 mililitros, mermeladas de 200 gramos, pulpas de 250, 500 y 1000 gramos.

Familiar juice presentation of 500 milliliters and 1 Litre, nectars 150 milliliters, jams of 200 grams, pulps of 250, 500 and 1000 grams.

Procedencia *Origin*

Poblaciones Silvestres del corregimiento de Tarapacá, Cuenca del Putumayo, Colombia. También se reporta en la parte alta del Río Caquetá sector de Araracuara

Populations of Wild administration of Tarapaca, Putumayo Basin, Colombia. It was also reported in the upper Caquetá-river Araracuara land.



Distribución geográfica en la Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales. Business contacts

www.sinchi.org.co

ASMUCOTAR (Asociación de Mujeres Comunitarias de Tarapacá).

Disponibilidad. Access.

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sept	Oct	Nov	Dec
X	X	X									



ARAZÁ

Eugenia stipitata McVaugh

Nombres comunes *Common names*

Araza, Guayaba brasilera, Araça-boi, Guayaba peruana.

Araza, Guava brazilian Araça-boi, Peruvian guava.

La fruta *The fruit*

Su principal característica es su alto contenido de provitamina A, precursor de la vitamina A. Posee además buenos contenidos de minerales, carbohidratos y vitamina C. La fruta tiene un agradable aroma y un sabor ácido.

Its principal feature is its high pro-vitamin A content, vitamin A precursor. It also has good minerals, carbohydrates and vitamin C content. The fruit has a pleasant scent and acid flavor.

Valor nutricional *Nutritional Value*

Nutriente (Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)	%Vd/100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	34.86	1.7%
Grasa Total (Total Fat)	g	1.08	1.7%
Sodio Max. (Max. Sodium)	mg	4.80	0.2%
Carbohidratos (Carbohydrates)	g	5.53	1.8%
Fibra Cruda (Fiber)	g	0.92	3.7%
Proteínas (Proteins)	g	1.04	2.1%
Calcio (Calcium)	mg	0.75	0.1%
Hierro (Iron)	mg	0.14	0.8%
Magnesio (Magnesium)	mg	2.35	0.6%
Zinc (Zinc)	mg	0.07	0.5%
Cobre (Copper)	mg	0.06	3.1%
Potasio (Potassium)	mg	37.42	1.1%
Manganeso (Manganese)	mg	0.00	0.0%
Acido Ascórbico / Vit C (Ascorbic Acid / Vit C)	mg	NE	NE

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

**Daily value provided for each 100 grams of fruit*

NE: no especificado (*not specified*)

Usos y Aplicaciones *Uses and applications*

Por su alto contenido de provitamina A, es ideal como alimento infantil porque cumple una función importante en el desarrollo de las células y contribuye a la prevención de enfermedades infecciosas. Su sabor es ácido y su principal forma de uso es como jugo de fruta. Se elaboran a partir de su pulpa productos tales como mermeladas, confites y salsas.

Due to high provitamin A, is ideal like children's food because it has an important function in the cellular development and it contributes to prevention of infectious diseases. Its flavor is acid and its principal way of using is like fruit juice. Are produced from its pulp products like jams, candies and sauces.

Productos *Products*

Pulpas de 235, 500 y 1000 gramos

Mermeladas de 310 gramos

Salsas agridulces de 170 gramos

Confites caja por 160 gramos

Pulps of 235, 500 and 1000 grams

Jams of 310 grams

Bittersweet sauces of 170 grams

Candies box per 160 grams

Procedencia *Origin*

Cultivos agroforestales del sur del departamento del Caquetá, Norte del Guaviare y sur del Putumayo.

Agroforest crops in southern department of Caquetá, Northern Guaviare and southern Putumayo



Distribución geográfica en la Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales.

Business contacts

www.sinchi.org.co

Agrocomercial del Caquetá SAT

Amazonia Fruits, Caquetá

Asoprocegua, Guaviare



exóticos
MAKÚ



Instituto
amazónico de
investigaciones científicas
SINCHI



yari

Disponibilidad. *Access.*

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sept	Oct	Nov	Dec
		X	X			X		X			

COPOAZÚ

Theobroma grandiflorum (Willd. ex Spreng.) K.Schum.

Nombres comunes *Common names*

Copoazú, Copoaçu, Cacao, Cupuaçu, Patas.

Copoazú, Copoaçu, Cacao, Cupuaçu, Legs

La fruta *The fruit*

Las semillas de copoazú presentan menor contenido de “grasas malas”, que el cacao común y adicionalmente poseen una mayor cantidad de ácido linoléico. Este ácido pertenece al grupo de los Omega 6, a los cuales se les atribuye efectos como la elevación del nivel de las defensas y la reducción de los niveles de colesterol en la sangre. Su pulpa es de aroma y sabor muy agradables.

Valor nutricional. *Nutritional Value.*

Nutriente (Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)		%Vd/ 100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*	
		Pulpa (Pulp)	Semilla (Seed)	Pulpa (Pulp)	Semilla (Seed)
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	284,9	464,5	14,2%	23,2%
Grasa Total (Total Fat)	G	3,6	32,8	5,5%	50,4%
Sodio Max. (Max. Sodium)	Mg	2,2	7,9	0,1%	0,3%
Carbohidratos (Carbohydrates)	G	52,3	30,9	17,4%	10,3%
Fibra Cruda (Fiber)	G	16,0	22,0	63,8%	88,0%
Proteínas (Proteins)	G	10,9	11,5	21,9%	23,1%
Calcio (Calcium)	Mg	6,1	28,7	0,6%	2,9%
Hierro (Iron)	Mg	2,0	8,0	11,3%	44,5%
Magnesio (Magnesium)	Mg	30,0	206,0	7,5%	51,5%
Zinc (Zinc)	Mg	0,5	3,6	3,6%	24,1%
Cobre (Copper)	Mg	0,3	2,3	16,5%	116,1%
Potasio (Potassium)	Mg	193,4	442,0	5,5%	12,6%
Manganeso (Manganese)	Mg	0,8	1,4	38,4%	71,7%
Ac. Ascórbico/Vit C (Ascorbic Acid/Vit C)	Mg	9,2	Ne	28,9%	Ne

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

*Daily value provided for every 100 grams of fruit

NE: no especificado (*not specified*)

The copoazú seeds have less content of “bad fats” than common cacao and additionally have a greater amount of linoleic acid. This acid belongs to Omega 6 group of which are attributed effects such as defenses levels raising and levels blood cholesterol reduction. Its pulp has a very pleasant aroma and flavor.

Usos y Aplicaciones *Uses and applications*

La preparación de diversos y deliciosos productos alimenticios a partir de la pulpa del copoazú, la utilización de su almendra como un sucedáneo del chocolate pero de mejor calidad y la utilización de su cáscara como abono orgánico, lo hace un producto nutritivo y con un bajo impacto ambiental debido a su utilización integral sin subproductos contaminantes.

The preparation of diverse and delicious food from flesh copoazú, the use of its almond like a chocolate substitute but better quality and use of manure as its shell, makes it a nutritious product and a low- environmental impact due to its comprehensive use without polluting byproducts.

Productos *Products*

Pulpas de 235, 500 y 1000 gramos, Mermeladas de 310 gramos, Confites caja por 160 gramos, Chocoazu en presentación de 500 gramos y 1000 gramos.

Pulps of 235, 500 and 1000 grams, Jams of 310 grams, Candies box per 160 grams, Chocoazu in presentation of 500 grams and 1000 grams.

Procedencia *Origin*

Cultivos agroforestales del norte del departamento del Caquetá, Norte del Guaviare, sur del Putumayo y Trapecio Amazónico.

Agroforest crops in northern department of Caquetá, Northern Guaviare, southern Putumayo and Trapecio Amazónico



Distribución geográfica en la Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales

Business contacts

www.sinchi.org.co
 Agrocomercial del Caquetá SAT
 Amazonia Fruits, Caquetá
 Tostadora Maranatha, Caquetá



Instituto
amazónico de
investigaciones científicas
SINCHI



yari



chocoazu
Chocolate artesanal

Disponibilidad *Access*

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sept	Oct	Nov	Dec
		X	X	X	X	X	X	X			

MARACO

Theobroma bicolor Bonpl.

Nombres comunes Common names

Maraco, Bacao, Macambo, Cacao do Peru, Bacao.

Maraco, Bacao, Macambo, Cacao do Peru, Bacao.

La fruta The fruit

Las semillas de maraco presentan menor contenido de “grasas malas” que el cacao común y sus propiedades físico-químicas son muy similares, lo cual lo convierte en una especie nutricionalmente atractiva. Su pulpa posee un alto contenido de proteína y carbohidratos y su sabor es ácido con aroma intenso y agradable.

Valor nutricional Nutritional Value

Nutriente (/Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)		%Vd/ 100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*	
		Pulpa (Pulp)	Semilla (Seed)	Pulpa (Pulp)	Semilla (Seed)
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	284,9	464,5	14,2%	23,2%
Grasa Total (Total Fat)	g	3.19	34.44	4.9%	0.0%
Sodio Max. (Max. Sodium)	mg	NE	NE	NE	NE
Carbohidratos (Carbohydrates)	g	56.96	NE	19.0%	NE
Fibra Cruda (Fiber)	g	10.09	NE	40.4%	NE
Proteínas (Proteins)	g	10.96	12.47	21.9%	0.4%
Calcio (Calcium)	mg	NE	NE	NE	NE
Hierro (Iron)	mg	NE	NE	NE	NE
Magnesio (Magnesium)	mg	NE	NE	NE	NE
Zinc (Zinc)	mg	NE	NE	NE	NE
Cobre (Copper)	mg	NE	NE	NE	NE
Potasio (Potassium)	mg	NE	NE	NE	NE
Manganeso (Manganese)	mg	NE	NE	NE	NE
Ac. Ascórbico/Vit C (Ascorbic Acid/Vit C)	mg	NE	NE	NE	NE

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

**Daily value provided for every 100 grams of fruit*

NE: no especificado (*not specified*)

The maraco seeds have less content of “bad fats” that the common cacao and its physical and chemical properties are very similar. This turns it in nutritionally attractive specie. Its pulp has high protein and carbohydrate levels and its flavor is acid with intense and pleasant Aroma.

Usos y Aplicaciones Uses and applications

La pulpa de maraco se usa como base para la preparación de diversos subproductos. A partir de su almendra se obtiene un chocolate denominado bacalate. En algunas regiones se consume la almendra verde como nuez.

The maraco pulp is used as a basis for the preparation of diverse products. From its almond is produced a chocolate called bacalate. In some regions is consumed as green almond nut.

Productos Products

Mermeladas de 310 gramos

Confites caja por 160 gramos

Bacalate en presentación de 500 gramos

Jams of 310 grams

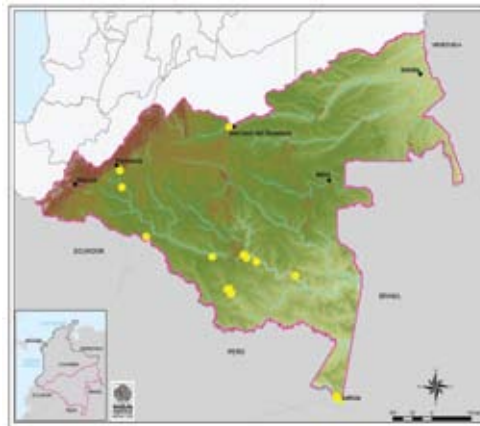
Candies box per 160 grams

Bacalate presentation of 500 grams

Procedencia Origin

Cultivos agroforestales y huertos mixtos del sur del departamento del Caquetá, Norte del Guaviare y Vaupés.

Agroforest crops and mixed orchards in southern department of Caqueta, Guaviare and North Vaupés.



Distribución geográfica en la Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales

Business contacts

www.sinchi.org.co

Amazonia Fruits, Caquetá

Tostadora Maranatha, Caquetá



Instituto
amazónico de
investigaciones científicas
SINCHI



Disponibilidad *Access*

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sept	Oct	Nov	Dec
	X	X						X	X		

PIÑA AMAZÓNICA

Ananas comosus (L.) Merr.

Nombres comunes *Common names*

Piña crespa

Pinneapple.

La fruta *The fruit*

La piña es una importante fuente de ácido ascórbico y es rica en carbohidratos, vitaminas y minerales; asimismo, aporta lípidos y fibra a la dieta humana.

Pineapple is an important source of ascorbic acid and is rich in carbohydrate, vitamins and minerals and also brings fats and fiber to the human diet.

Valor nutricional *Nutritional Value*

Nutriente (Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)		%Vd/ 100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*	
		Pulpa (Pulp)	Semilla (Seed)	Pulpa (Pulp)	Semilla (Seed)
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	284,9	464,5	14,2%	23,2%
Grasa Total (Total Fat)	g	3.19	34.44	4.9%	0.0%
Sodio Max. (Max. Sodium)	mg	NE	NE	NE	NE
Carbohidratos (Carbohydrates)	g	56.96	NE	19.0%	NE
Fibra Cruda (Fiber)	g	10.09	NE	40.4%	NE
Proteínas (Proteins)	g	10.96	12.47	21.9%	0.4%
Calcio (Calcium)	mg	NE	NE	NE	NE
Hierro (Iron)	mg	NE	NE	NE	NE
Magnesio (Magnesium)	mg	NE	NE	NE	NE
Zinc (Zinc)	mg	NE	NE	NE	NE
Cobre (Copper)	mg	NE	NE	NE	NE
Potasio (Potassium)	mg	NE	NE	NE	NE
Manganeso (Manganese)	mg	NE	NE	NE	NE
Ac. Ascórbico/Vit C (Ascorbic Acid/Vit C)	mg	NE	NE	NE	NE

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

**Daily value provided for each 100 grams of fruit*

NE: no especificado (*not specified*)

Usos y Aplicaciones *Uses and applications*

El principal uso de la piña es como fruta fresca, aunque también se obtiene derivados a partir de su pulpa, entre ellos néctares, mermeladas, confites y productos deshidratados.

The main use of pineapple is like fresh fruit, but also gets derived from its pulp, among them nectars, jams, confectionery and dehydrated products

Productos *Products*

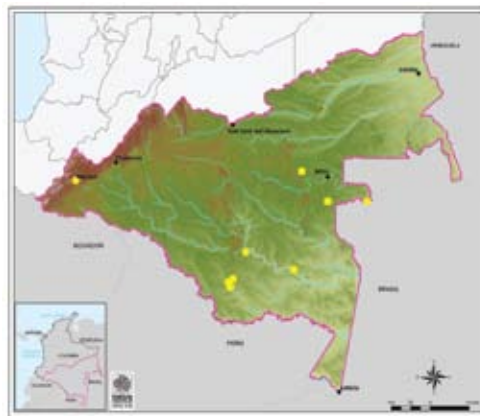
Confites caja por 160 gramos

Candies box per 160 grams

Procedencia *Origin*

Chagras y huertos mixtos de la Amazonia Colombiana. Es especialmente importante en la zona centro y sur oriente del Caquetá.

Chagras and orchards stern of the Colombian Amazon. It is particularly important in the central and south east of Caquetá.



Distribución geográfica en la Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales

Business contacts

www.sinchi.org.co
 Amazonia Fruits, Caquetá
 Agrovaupés, Vaupés

Disponibilidad *Access*

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sept	Oct	Nov	Dec
X		X	X				X	X	X		



Instituto
 amazónico de
 investigaciones científicas
SINCHI

COCONA O LULO AMAZÓNICO

Solanum sessiliflorum Dunal.

Nombres comunes *Common names*

Cocona, Lulo amazónico, Cobiu, Tomate pera, Topiro
Cocona, Lulo amazónico, Cobiu, peach tomato, Topiro.

La fruta *The fruit*

La cocona es una buena fuente de energía, gracias al alto contenido de carbohidratos y grasa. Genera un importante aporte de minerales como calcio y hierro además de vitamina C.

The cocona is a good source of energy, thanks to high carbohydrates and fat contents. It generates an important contribution of minerals such as calcium and iron as well as vitamin C.

Valor nutricional *Nutritional Value*

Nutriente (Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)	%Vd/ 100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	113.17	5.7%
Grasa Total (Total Fat)	g	0.81	1.2%
Sodio Max. (Max. Sodium)	mg	35.59	1.5%
Carbohidratos (Carbohydrates)	g	7.13	2.4%
Fibra Cruda (Fiber)	g	0.42	1.7%
Proteínas (Proteins)	g	0.18	0.4%
Calcio (Calcium)	mg	19.36	1.9%
Hierro (Iron)	mg	0.72	4.0%
Magnesio (Magnesium)	mg	0.78	0.2%
Zinc (Zinc)	mg	NE	NE
Cobre (Copper)	mg	0.11	5.7%
Potasio (Potassium)	mg	274.32	7.8%
Manganeso (Manganese)	mg	NE	0.0%
Ac. Ascórbico/Vit C (Ascorbic Acid/Vit C)	mg	NE	NE

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

*Daily value provided for each 100 grams of fruit

NE: no especificado (*not specified*)

Usos y Aplicaciones *Uses and applications*

La cocona se usa como fruta para jugo, además de la elaboración a partir de su pulpa de confites, mermeladas y salsas.

The cocona is used as fruit juice, in addition to the development from its pulp confectionery, jams and sauces.

Productos *Products*

Confites caja por 160 gramos

Mermeladas por 310 gramos

Salsas agridulces y picantes por 170 gramos

Candies box per 160 grams

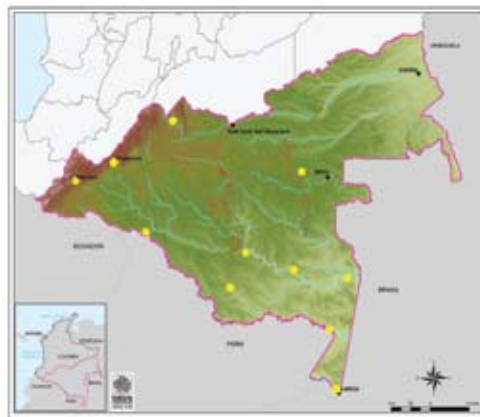
Marmalade per 310 grams

Bittersweet and spicy sauces per 170 grams

Procedencia *Origin*

Chagras y huertos mixtos de la Amazonia Colombiana. Es especialmente importante en la Nororiente del departamento del Guaviare.

Chagras and orchards stern of the Colombian Amazon. It is particularly important in the Northeast of the department of Guaviare.



Distribución geográfica en la
Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales

Business contacts

www.sinchi.org.co

Amazonia Fruits, Caquetá

Asoprocegua, Guaviare.



Instituto
amazónico de
investigaciones científicas
SINCHI

Disponibilidad *Access*

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
X	X	X	X			X	X	X	X		

AJÍ AMAZÓNICO

Capsicum chinense Jacq.

Nombres comunes *Common names*

AjÍ habanero, AjÍ chile, AjÍ culebra, AjÍ camarón, AjÍ gusano, AjÍ introducido, AjÍ largo, AjÍ rojo, AjÍ chirere.

Common names: Habanero chili, Chili chile, snake Chili, Chili shrimp, Chili worm, Introduced chili, Chili long, red Chili, Chili chirere.

La fruta *The fruit*

El ajÍ es uno de los cultivos más importantes para las culturas indígenas de la Amazonia, debido al conocimiento de sus múltiples formas y usos que hacen parte de su tradición. El *C. chinense* es la especie más distribuida de los Andes Americanos y es considerado uno de los de mayor pungencia del mundo.

Valor nutricional *Nutritional Value*

Nutriente (/Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)	%Vd/ 100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	228.90	11.4%
Grasa Total (Total Fat)	g	6.50	10.0%
Sodio Max. (Sodium Max.)	mg	7.45	0.3%
Carbohidratos (Carbohydrates)	g	32.30	10.8%
Fibra Cruda (Fiber)	g	50.90	203.6%
Proteínas (Proteins)	g	10.30	20.6%
Calcio (Calcium)	mg	4.71	0.5%
Hierro (Iron)	mg	NE	NE
Magnesio (Magnesium)	mg	10.83	2.7%
Zinc (Zinc)	mg	NE	NE
Cobre (Copper)	mg	4.39	219.6%
Potasio (Potassium)	mg	51.97	1.5%
Manganeso (Manganese)	mg	0.05	2.3%
Ac. Ascórbico/Vit C (Ascorbic Acid/Vit C)	mg	84.75 - 145.12	141.3%
Pungencia (Pungency)	SHU	6402,3 - 32299,9	-

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

*Daily value provided for every 100 grams of fruit

NE: no especificado (*not specified*)

The chili is one of the most important crops for indigenous cultures of the Amazon, due to the knowledge of its many forms and making use part of their tradition. The C. chinense is the specie distributed over the American Andes and considered one of the most pungency of the world.

Usos y Aplicaciones *(Uses and applications)*

Se usa en la obtención de oleoresinas, para la producción de repelentes y gases lacrimógenos, como controlador biológico y en la industria alimenticia como especia y condimento.

It used in obtaining oleoresins, for the production of repellents and tear gas as a biological control agent and the food industry as a spice and condiment.

Productos *Products*

AjÍ seco en frasco de 75 gramos

AjÍ pasta concentrada 100 gramos

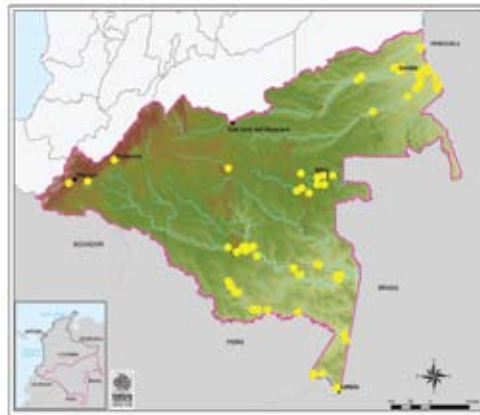
Chili dry jar 75 grams

Chili paste concentrated 100 grams

Procedencia *Origin*

Chagras y huertos mixtos de la Amazonia Colombiana. Es especialmente importante en los departamentos del Amazonas Vaupés, Guaviare y Guainia.

Chagras and orchards stern of the Colombian Amazon. It is particularly important in the Northeast of the department of Amazonas Vaupés, Guaviare y Guainia.



Distribución geográfica en la Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales

Business contacts

www.sinchi.org.co

Amazonia Fruits, Caquetá

Agrovaupés, Vaupés.

APAA, Amazonas



Instituto
amazónico de
investigaciones científicas
SINCHI



Disponibilidad Access

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
Jan	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Aug	Sept	Oct	Nov	Dec
		X	X		X			X	X		X

AJÍ AMAZÓNICO

Capsicum annum Jacq.

Nombres comunes *Common names*

Jalapeños, Ají bejuco, Ají carcaron de tiro, Ají chicle, Ají colorado, Ají de bejuco, Ají de pescado, Ají dulce, Ají pimenton.

Jalapeños, Bejuco pepper, Chili carcaron shooting, Pepper gum, Red pepper, Chili of bejuco, Chili fish, Sweet pepper, Chili pepper.

La fruta *The fruit*

Es la especie mundialmente más cultivada e importante a escala comercial. A esta pertenecen los pimentones, algunas variedades de ají (jalapeños) y otras variedades ornamentales.

Valor nutricional *Nutritional Value*

Nutriente (Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)	%Vd/ 100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	182.73	9.1%
Grasa Total (Total Fat)	g	7.10	10.9%
Sodio Max. (Max. Sodium)	mg	0.00	0.0%
Carbohidratos (Carbohydrates)	g	25.00	8.3%
Fibra Cruda (Fiber)	g	54.40	217.6%
Proteínas (Proteins)	g	13.50	27.0%
Calcio (Calcium)	mg	4.71	0.5%
Hierro (Iron)	mg	NE	NE
Magnesio (Magnesium)	mg	10.83	2.7%
Zinc (Zinc)	mg	NE	NE
Cobre (Copper)	mg	4.39	219.6%
Potasio (Potassium)	mg	51.97	1.5%
Manganeso (Manganese)	mg	0.05	2.3%
Pungencia (pungency)	SHU	3451.2-16747.7	-

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

**Daily value provided for each 100 grams of fruit*

NE: no especificado (*not specified*)

It's the specie worldwide most important cultivated on a commercial scale. These belong to the peppers, some varieties of peppers (jalapeños) and other ornamentals.

Usos y Aplicaciones *Uses and applications*

Se usa en la industria alimenticia como especia y condimento, por su aroma y nivel medio de pungencia se considera un ají para ideal para consumo directo.

It is used in the food industry as a spice and condiment, for its aroma and average level of pungency is considered an ideal for chili for direct consumption

Productos *Products*

Ají seco en frasco de 75 gramos

Ají en pasta concentrada 100 gramos

Ají encurtido en frasco de 350 gramos

Chili dry jar 75 grams

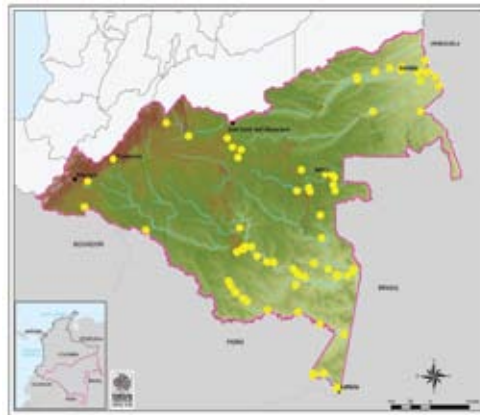
Chili paste concentrated 100 grams

Chili pickled in jar 350 grams

Procedencia *Origin*

Chagras y huertos mixtos de la Amazonia Colombiana. Es especialmente importante en los departamentos del Amazonas, Caquetá, Vaupés, Guaviare y Guainía.

Chagras and orchards stern of the Colombian Amazon. It is particularly important in the Northeast of the department of Amazonas, Caquetá, Vaupés, Guaviare and Guainía.



Distribución geográfica en la Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales

Business contacts

www.sinchi.org.co

APAA, Amazonas

Agrovaupés, Vaupés.



Instituto
amazónico de
investigaciones científicas
SINCHI



Disponibilidad *Access*

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sept	Oct	Nov	Dec
		X	X		X	X		X	X		X

AJÍ AMAZÓNICO

Capsicum frutescens L

Nombres comunes *Common names*

Tabasco, malagueta, Ají aguja, Ají cerbatano, Ají de agua, Ají de mesa, Ají de pajarito, Ají de pájaro, Ají piñaquira,

Tabasco, Malagueta, Chili needle, Blowgun pepper, Chili water, Chili table, Bird pepper, Chili piñaquira.

La fruta *The fruit*

Está distribuida desde el suroeste del Brasil hasta América Central, África y sureste de Asia. Se originó en América del sur y aparentemente, las únicas variedades domesticadas de esta especie son el ají Tabasco y el ají Malagueta el cual es cultivado en el sureste de los estados Unidos.

Valor nutricional *Nutritional Value*

Nutriente (/Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)	%Vd/ 100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	193.13	9.7%
Grasa Total (Total Fat)	g	11.50	17.7%
Sodio Max. (Max. Sodium)	mg	0.00	0.0%
Carbohidratos (Carbohydrates)	g	17.70	5.9%
Fibra Cruda (Fiber)	g	59.00	236.0%
Proteínas (Proteins)	g	11.80	23.6%
Calcio (Calcium)	mg	4.71	0.5%
Hierro (Iron)	mg	NE	NE
Magnesio (Magnesium)	mg	10.83	2.7%
Zinc (Zinc)	mg	NE	NE
Cobre (Copper)	mg	4.39	219.6%
Potasio (Potassium)	mg	51.97	1.5%
Manganeso (Manganese)	mg	0.05	2.3%
Pungencia (pungency)	SHU	13266,1 - 17070,6	-

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

*Daily value provided for every 100 grams of fruit

NE: no especificado (*not specified*)

It is distributed from the southwest of Brazil until Central America, Africa and Southeast of Asia. It was originated in Sout America and apparently the only domesticated varieties of this species are the Tabasco and Malagueta pepper, which is cultivated in the southeastern United States.

Usos y Aplicaciones *Uses and applications*

Se usa en la industria alimenticia como especia y condimento, por su aroma y pungencia se considera un ají ideal para consumo directo y para la obtención de productos procesados.

It is used in the food industry as a spice and condiment, for its aroma and pungency is considered a pepper ideal for direct consumption and to obtain processed products.

Productos *Products*

Ají seco en frasco de 75 gramos

Ají pasta concentrada 100 gramos

Ají encurtido en frasco de 350 gramos

Chili dry jar 75 grams

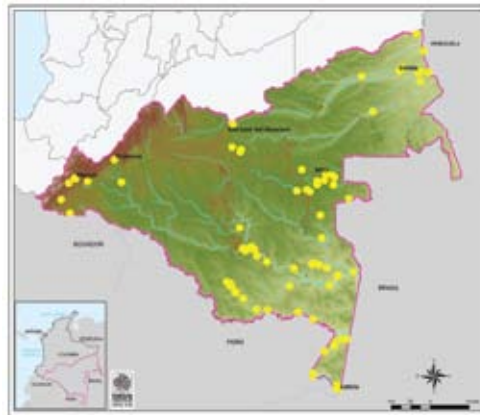
Chili paste concentrated 100 grams

Chili pickled in jar 350 grams

Procedencia *Origin*

Chagras y huertos mixtos de la Amazonia Colombiana. Es especialmente importante en los departamentos del Amazonas y Vaupés.

Chagras and mixed orchards of the Colombian Amazon. It is particularly important in the Northeast of the department of Amazonas and Vaupés.



Distribución geográfica en la Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales

Business contacts

www.sinchi.org.co

APAA, Amazonas

Agrovaupes, Vaupés.



Instituto
amazónico de
investigaciones científicas
SINCHI



Disponibilidad *Access*

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sept	Oct	Nov	Dec
		X	X		X	X		X	X		X

CHONTADURO

Bactris gasipaes Kunth

Nombres comunes *Common names*

Chontaduro, Pupunha, Pejibaye, Cachipay, Pijuayo, Pupuña
Chontaduro, Pupunha, Pejibaye, Cachipay, Pijuayo, Pupuña

La fruta *The fruit*

Su fruto es considerado de gran valor alimenticio ya que posee un alto contenido grasas no saturadas, beta-caroteno y provitamina A. Es buena fuente de proteínas y fibra dietaria. Contiene además vitamina C y B. Está compuesto por minerales como hierro y potasio y tiene un buen contenido de cobre. En Guaviare, Colombia se conservan y cultivan cerca de 15 razas de chontaduro cuya característica principal es la consistencia aceitosa de la pulpa de algunas razas, o aceite harinosa e inclusive harinosa de otras razas.

Valor nutricional *Nutritional Value.*

Nutriente (Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)	%Vd/ 100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	26.86	1.3%
Grasa Total (Total Fat)	g	1.54	2.4%
Sodio Max. (Max. Sodium)	mg	22.53	0.9%
Carbohidratos (Carbohydrates)	g	2.39	0.8%
Fibra Cruda (Fiber)	g	0.22	0.9%
Proteínas (Proteins)	g	0.70	1.4%
Calcio (Calcium)	mg	0.85	0.1%
Hierro (Iron)	mg	0.26	1.5%
Magnesio (Magnesium)	mg	3.55	0.9%
Zinc (Zinc)	mg	0.00	0.0%
Cobre (Copper)	mg	0.06	3.2%
Potasio (Potassium)	mg	50.82	1.5%
Manganeso (Manganese)	mg	0.00	0.0%
Ac. Ascórbico/Vit C (Ascorbic Acid/Vit C)	mg	NE	0.0%

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

*Daily value provided for each 100 grams of fruit

NE: no especificado (*not specified*)

Its fruit is considered a great food value due to it has a high non-saturated fats, b-carotene (provitamine A). Is a good protein and dietary fiber source. In addition, it contains vitamin C and B. It is composed minerals like iron and potassium and has a good copper content. In Guaviare, Colombia are preserved and cultivated about 15 breeds of chontaduro whose main characteristic is the consistency of the oily flesh of some races, or even in oily-floury mealy floury of other races.

Usos y Aplicaciones *Uses and applications*

Su fruto es consumido en fresco y cocinado, Su pulpa es utilizada para la fabricación de harina y conservas y su yema es utilizada para obtener palmito. Su grasa es de interés en la industria cosmética para la fabricación de cremas.

Its fruit is consumed in fresh and cooked. Its pulp is used to can and flour manufactured and its leaf bud is used to make palmito. Its fat is important in cosmetic industry for cream manufacturing.

Productos *Products*

Chontaduro en salmuera, Chontaduro en almíbar, Palmitos en conserva.

Chontaduro in brine, Chontaduro in syrup, Canned hearts of palm

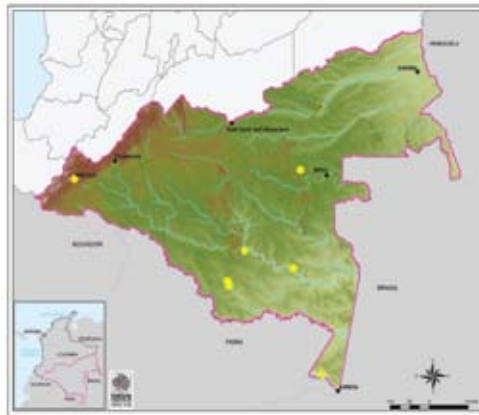
Procedencia *Origin*

En Colombia esta distribuido en los departamentos de Caquetá, Guainía, Vaupés, Guaviare, Amazonas y Putumayo, en este ultimo tiene la mayor dispersión.

Colombia is distributed in the departments of Caquetá, Guainía, Vaupés, Guaviare, Amazonas y Putumayo, in the latter has the greater dispersion

Colombia

Frutas de la amazonia



Distribución geográfica en la
Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales

Business contacts

www.sinchi.org.co

Amazonia Fruits, Caquetá

Disponibilidad *Access*

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sept	Oct	Nov	Dec
X	X	X								X	X



Instituto
amazónico de
Investigaciones Científicas
SINCHI

CANANGUCHA

Mauritia flexuosa L.f.

Nombres comunes *Common names*

Miriti, Canangucha, Moriche. Buriti, Aguaje, Morete, Buritirana

Miriti, Canangucha, Moriche. Buriti, Aguaje, Morete, Buritirana

La fruta *The fruit*

Su fruto posee un alto valor nutricional y es fuente importante de energía ya que posee un alto contenido de grasas y fibra y un contenido moderado de carbohidratos. Además, su fruto es rico en hierro y cobre y posee un alto contenido de potasio.

Its fruit has a high nutritional value and is a important energy source due to it has a high fats and fiber content and moderate carbohydrates content. Furthermore, its fruit is rich in iron, copper and it has high potassium content.

Valor nutricional *Nutritional Value.*

Nutriente (Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)	%Vd/ 100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	264.17	13.2%
Grasa Total (Total Fat)	g	12.06	18.6%
Sodio Max. (Max. Sodium)	mg	3.82	0.2%
Carbohidratos (Carbohydrates)	g	10.56	3.5%
Fibra Cruda (Fiber)	g	6.96	27.9%
Proteínas (Proteins)	g	2.05	4.1%
Calcio (Calcium)	mg	28.34	2.8%
Hierro (Iron)	mg	4.01	22.3%
Magnesio (Magnesium)	mg	20.25	5.1%
Zinc (Zinc)	mg	0.00	0.0%
Cobre (Copper)	mg	0.31	15.4%
Potasio (Potassium)	mg	232.05	6.6%
Manganeso (Manganese)	mg	3.97	198.7%
Ac. Ascórbico/Vit C (Ascorbic Acid/Vit C)	mg	NE	NE

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

**Daily value provided for each 100 grams of fruit*

NE: no especificado (*not specified*)

Usos y Aplicaciones *Uses and applications*

Su pulpa es consumida en fresco y también procesada para la producción de aceites y bebidas como la “chicha”.

Por su alto contenido de cobre presenta beneficios en la formación de la hemoglobina y en el desarrollo y mantenimiento de huesos y tendones.

Por su alto contenido de hierro es importante para prevenir la anemia, activar el sistema inmune y tener una buena energía.

Its pulp is consumed in fresh and processed to production of oils and drinks like “chicha”.

Due to high copper content it has benefits in hemoglobin formation and bones and tendons development and support.

Due to high iron content is important to prevent anemia, to stimulate immune system and to have a good energy.

Productos *Products*

Mermeladas y pulpas en diversas presentaciones

Jams and pulp in various presentations

Procedencia *Origin*

Es una palma ampliamente distribuida en la Amazonia Colombiana. Se encuentra en los Llanos Orientales, en el piedemonte Andino y en formaciones de sabana y selva húmeda de los departamentos de Vaupés, Amazonas, Guainía, Guaviare, Caquetá, Vichada y Putumayo.

It is a palm widely distributed in the Colombian Amazon. It is located in the eastern plains, in the Andean foothills in formations and savannah and rainforest of the departments of Vaupés, Amazonas, Guainía, Guaviare, Caquetá, Vichada and Putumayo.



Distribución geográfica en la Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales
Business contacts

www.sinchi.org.co



Instituto
amazónico de
investigaciones científicas
SINCHI

Disponibilidad *Access*

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sept	Oct	Nov	Dec
	X	X	X	X	X	X	X				

BOROJÓ

Borojoa patinoi Cuatrec.

Nombres comunes *Common names*

Borojón

Borojón.

La fruta *The fruit*

Es una fruta altamente nutritiva. Ofrece un importante aporte de energía, es rico en fibra dietaria y aminoácidos esenciales y es una buena fuente de carbohidratos. Esta fruta además, contiene minerales tales como manganeso, cobre y potasio y un alto contenido de hierro. Es considerado una alta fuente de fósforo.

It is a highly nutritious fruit. It provides an important energy supply, is rich in dietary fiber and essential amino acids and is a good source of carbohydrates. This fruit also contains mi-

Valor nutricional *Nutritional Value.*

Nutriente (/Nutrient)	Unidad (Unit)	Valor (Value)	%Vd/ 100g Fruto (%Dv/100g Fruit)*
Energía / Calorías (Energy / Calories)	kcal	71.71	3.6%
Grasa Total (Total Fat)	g	0.09	0.1%
Sodio Max. (Sodium Max.)	mg	1.86	0.1%
Carbohidratos (Carbohydrates)	g	6.42	2.1%
Fibra Cruda (Fiber)	g	1.23	4.9%
Proteínas (Proteins)	g	0.42	0.8%
Calcio (Calcium)	mg	11.29	1.1%
Hierro (Iron)	mg	1.54	8.6%
Magnesio (Magnesium)	mg	8.38	2.1%
Zinc (Zinc)	mg	0.36	2.4%
Cobre (Copper)	mg	0.07	3.3%
Potasio (Potassium)	mg	103.01	2.9%
Manganeso (Manganese)	mg	0.10	4.9%
Ac. Ascórbico/Vit C (Ascorbic Acid/Vit C)	mg	NE	NE

*Valor diario aportado por cada 100 gramos de fruta

**Daily value provided for each 100 grams of fruit*

NE: no especificado (*not specified*)

nerals such as manganese, copper and potassium and a high iron content. It's considered a high source of phosphorus.

Usos y Aplicaciones *Uses and applications*

El borojón posee diversidad de usos industriales, medicinales y alimenticios. Es considerado un energético natural y se le atribuyen propiedades afrodisiacas.

También se conocen usos medicinales como la cicatrización de heridas, tratamiento de afecciones bronquiales, control de la hipertensión y nivelación del azúcar en la sangre, entre otros.

Es consumido tanto en fresco como en jugos, jaleas, salsas, mermeladas, chicha, bocadillos, vinos y helados.

Borojón has several industrial, medicinal and food uses. Is considered a natural energy and are attributed to it aphrodisiac properties.

In addition, medicinal uses are known like wounds cicatrization, bronchial affections treatment, hypertension control and leveling of the sugar in the blood, among others.

It is consumed as in fresh and as in juices, jellies, sauces, jams, chichi, bocadillos, wines and ice creams.

Productos *Products*

Pulpa de fruta 250 gramos

Fruit pulp 250 grams

Procedencia *Origin*

Cultivado en huertos agroforestales de los departamentos de Caquetá, Guaviare y Putumayo principalmente.

Cultivated in agroforestry gardens of the departments of Caquetá, Guaviare and Putumayo mainly.



Distribución geográfica en la
Amazonía Colombiana. Fuente: COAH, 2008

Contactos comerciales

Business contacts

www.sinchi.org.co
Asocotregua, Guaviare

Disponibilidad *Access*

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Set	Oct	Nov	Dic
X	X	X	X				X			X	



