



ENTREVISTA AL ING. AGR. JULIÁN CÁMARA HERNÁNDEZ SOBRE EL USO Y LA RIQUEZA DE LOS MAÍCES ANDINOS.

PÁG. 2.



CRECIMIENTO Y DESARROLLO DEL MOVIMIENTO ARGENTINO PARA LA PRODUCCIÓN ORGÁNICA (MAPO).

PÁG. 4.

# CAMINOS Y SABORES RES

FOTO GENTILEZA IGGY



COMARCA DE LOS ALERCES

## MÁS ALLÁ DEL SUR

AL OESTE DE CHUBUT, ESTA REGIÓN ES LA ELEGIDA POR MILES DE TURISTAS QUE LLEGAN EN TODO MOMENTO PARA AVENTURARSE EN ACTIVIDADES QUE VAN DESDE LA PESCA DEPORTIVA HASTA EL VIAJE A TRAVÉS DE UN TREN A VAPOR. CON PUNTOS DE REFERENCIA EN ESQUEL, TRELIVIN Y EL PARQUE NACIONAL LOS ALERCES, EN LA ZONA LOS ARTESANOS SE DESTACAN POR LOS ADORNOS EN MADERA, LA ALFARERÍA Y LOS HILADOS ARTESANALES EN BASE A LANA DE OVEJA.



CONTINÚA EN PÁGINA 3.

© JULIÁN CÁMARA HERNÁNDEZ, INGENIERO AGRÓNOMO Y PROFESOR DE LA UNIVERSIDAD DE BUENOS AIRES

EDITORIAL



La fundación Terra Madre celebrará, el 10 de diciembre, el "Terra Madre Day" en todo el mundo, lo cual coincide con los veinte años del nacimiento de Slow Food. Mediante esta convocatoria se invita a los convivium Slow Food, a las comunidades del alimento de Terra Madre, a los baluartes y a todas aquellas personas que apoyen la propuesta de organizar una actividad en su propia zona local. Dichos festejos centrarán la atención sobre la importancia de "comer local" y sobre el derecho de todas las comunidades a reivindicar y asegurarse.

Los tres pilares de Slow Food son:

- Acceso a un alimento bueno, limpio y justo. El enfoque de Slow Food sobre la agricultura, la producción alimentaria y la gastronomía se basa en una idea de la calidad de la comida definida por tres principios correlacionados entre sí: bueno, limpio y justo. Bueno: una dieta cotidiana fresca y sabrosa que satisfaga los sentidos y forme parte de nuestra cultura local; limpio: producido sin dañar el ambiente o la salud del hombre; justo: que garantice a los productores condiciones y rentas justas y a los consumidores precios accesibles.

- Producción alimentaria en pequeña escala. El sistema hiperproductivo impuesto por la agricultura industrial y la globalización ha fracasado. No ha servido para nutrir al millardo de personas que hoy sufren hambre, ha contaminado la tierra y el agua, ha destruido las identidades locales de poblaciones enteras y ha reducido drásticamente la biodiversidad. En la producción en pequeña escala, radicada en las comunidades locales, residen aquellos saberes que indican el camino hacia un futuro alimentario más estable. La mejor forma de acercamiento respecto de la agricultura y la pesca, en particular en las regiones más pobres del mundo, es aquella que respeta las culturas locales y los saberes de las comunidades, en armonía con el ambiente que las rodea.

- Soberanía alimentaria. Todos los pueblos deben tener derecho a conservar sus saberes y decidir qué cultivar y qué comer. Educación y conciencia son los pasos necesarios hacia la soberanía alimentaria, así como es de fundamental importancia la salvaguardia de las tradiciones agrícolas y de los saberes vinculados a ellas significa la supervivencia de esas mismas comunidades y de su cultura. Los campesinos de pequeña escala pierden cada vez con mayor frecuencia sus terrenos, destinados después a la producción de biocarburantes o de productos para la exportación en perjuicio de la producción alimentaria local, y a su vez pierden el recurso más importante: las semillas. La educación es crucial para promover la soberanía alimentaria.

Desde Caminos y Sabores invitamos a todos a dar rienda suelta a su creatividad para hacer del 10 de diciembre una jornada memorable, promoviendo el alimento sostenible en cada rincón de nuestro país. Será un fuerte estímulo y un motivo de renovado orgullo para todos nosotros por aquello que realizamos localmente con la conciencia de formar parte de una red global para el cambio.

Más información en: [www.slowfood.it/terramadreday](http://www.slowfood.it/terramadreday)

# MAÍCES ANDINOS: HISTORIA Y DIVERSIDAD

Como estudiante de Agronomía en la UBA y ayudante de la cátedra de Botánica, Julián Cámara Hernández encontró un interés especial en la investigación de la variabilidad de los maíces andinos. Estimulado por uno de sus profesores, viajó a Jujuy para coleccionar maíces autóctonos y tiempo después continuó dicha investigación en la Universidad de Harvard. En la actualidad, lleva estudiadas y analizadas más de 65 razas de maíz, trabajo por el que fue reconocido con el premio D. J. Mendeleev de la Academia Pedro I de Ciencias y Artes de San Petersburgo, Rusia.



Por Marlene Bracht

“El maíz es una sola especie dividida en razas que se distinguen por el aspecto de sus espigas y sus características se relacionan con el ambiente al que pertenecen”, explica Cámara Hernández. En nuestro territorio, podemos encontrar las diferentes clases de maíz en las provincias de Misiones, Corrientes, Chaco, Formosa, Catamarca y Jujuy. “Cuando se hace referencia a los cultivos nativos de la Argentina, con tradiciones de uso milenario, se citan el maíz y la papa como las de mayor trascendencia. Para la papa se conocen sus variados usos culinarios basados en las de origen andino y para el maíz la información, en general, no pasa de la cita original con el agregado de una referencia a la variabilidad de su color o forma”, comenta Cámara Hernández. “El tratamiento para incorporar los granos de maíz en las comidas no consiste en un simple hervor sino que, en general, necesita de procesos que se han desarrollado a lo largo del tiempo por las necesidades y el tesón de los pueblos que los han mantenido en

cultivo”, remarca.

El grano del maíz puede tener consistencia harinosa o córnea, totalmente o en formas intermedias, esto constituye una variación muy grande que permite la realización de comidas diferentes como los tamales, guisos, locros, ensaladas, sopas y mote. Vale la pena remarcar un dato que quizás mucha gente desconozca, la dieta del maíz es importante para los celíacos ya que no tiene gluten y posee hidratos de carbono y proteínas. “Fue usada por los antiguos habitantes de América como sustento principal que se complementaba con la quínoa”, recuerda Cámara Hernández.

Como profesor, Cámara Hernández recalca el rol de la universidad como un foco de divulgación e investigación de los productos originarios de nuestro territorio. Cuando analiza los próximos pasos para poder instalar el maíz andino dentro de la dieta diaria de la sociedad, el especialista propone que los profesionales gastronómicos consigan adaptar su uso original y modernizarlo para simplificar su proceso de cocción.

A su vez, el ingeniero menciona el poco conocimiento que tiene la

población de este producto: “El público en general se sorprende, aún en las mismas provincias en las que se lo cultiva. Esto es muy llamativo, nos hemos encontrado presentando nuestras investigaciones en exposiciones en las que hasta algunos ministros de Agricultura no sabían de lo que estábamos hablando.”

El trabajo de la Cátedra de Botánica Agrícola de la Facultad de Agronomía en el laboratorio Babilob se complementa con las tareas ligadas a la conservación de la agrobiodiversidad que encabeza el Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria (INTA) con el banco de germoplasma, un laboratorio donde se conservan vivos los granos de maíz y de otras especies para usarlos en el futuro. Cámara Hernández ha volcado sus experiencias en publicaciones como el libro “Maíces andinos y sus usos en la Quebrada de Humahuaca y regiones vecinas” y próximamente editará una compilación de su investigación bajo el nombre de “Las razas del maíz nativas de la Argentina”, en el que incluirá descripciones e ilustraciones de todas las razas conocidas en nuestro territorio. ||



## HOY PREPARAMOS

### Capias (masitas)

Elaboradas con los granos de la variedad de maíz capia, tras molerlos se obtiene la harina de capia con cáscara.

### Ingredientes:

- 6 cucharadas de azúcar;
- 6 huevos;
- 1 cucharada de alcohol;
- 1 cucharadita de canela molida;
- 6 cucharadas de grasa de cerdo;
- Polvo para hornear;
- Harina de maíz capia.

### Preparación:

Al mezclarse los ingredientes se forma una pasta más o menos blanda. Luego se amasa y soba hasta que la masa tome un color blanco. Se le agrega un poco de polvo para hornear y se hacen las masitas, las que antes de entrar al horno con temperatura alta, se pasan por azúcar molida para que tomen color al cocinarse. Las capias se preparan especialmente para el Día de Todo los Santos.

Fuente: Libro Maíces Andinos y sus usos en la quebrada de Humahuaca y regiones vecinas, escrito por Julián Cámara Hernández y Dora Arancibia de Cabezas.



# 2010

DEL 8 AL 11 DE JULIO  
LA RURAL • BUENOS AIRES

• RESERVE SU STAND •

tel: 011 4309-7663 | contacto: [infocaminosysabores@caminosysabores.com.ar](mailto:infocaminosysabores@caminosysabores.com.ar)  
[www.caminosysabores.com.ar](http://www.caminosysabores.com.ar)



PARA PUBLICAR  
EN EL SUPLEMENTO  
CAMINOS Y SABORES  
COMUNIQUESE AL  
011 4309-7663  
O ENVIE UN MAIL A:  
[kpeluso@fyca.com.ar](mailto:kpeluso@fyca.com.ar)

COMARCA DE LOS ALERCES

# MÁS ALLÁ DEL SUR

Región turística por excelencia, en la Comarca de Los Alerces se encuentra uno de los paisajes más bellos de la Argentina con lagos y ríos cristalinos, montañas multicolores y árboles milenarios. Con puntos de referencia como Esquel, Tevelin y el Parque Nacional Los Alerces, en la zona se practican la pesca deportiva, y se destaca la gastronomía de tradición galesa.



FOTO ARCHIVO CLARIN

## Por Caminos y Sabores

Desde el avión que aterriza a unos pocos kilómetros de la ciudad se advierte pintoresca y calma, escondida entre los verdes de las montañas, Esquel, de aire frío, seco y saludable. Con más de 32.000 habitantes, 2000 plazas de alojamiento y un aeropuerto, la localidad es la más característica y asiento inicial para comenzar las excursiones por toda la Comarca de Los Alerces, al oeste de la provincia de Chubut. Además de Esquel la Comarca está integrada por los municipios de Cholila, Corcovado, Tecka y Trevelin y el Parque Nacional de Los Alerces.

La radiografía del lugar indica que la pesca deportiva con mosca es una de las actividades más frecuentes, con la tentación de pescar especies como el salmón encerrado (salmo salar sebago), el salmón del pacífico (oncorhynchus spp), la trucha marrón (salmo trutta), y el arco iris (oncorhynchus mykiss). Practicada únicamente con señuelos artificiales y en las modalidades de spinning, fly casting o trolling, la pesca tiene su temporada alta entre noviembre y abril.

## Con aroma galés

A 25 kilómetros de Esquel, y tras atravesar la Ruta Nacional 40 que regala miradores de madera con vistas hacia las montañas y los campos, se llega a la ciudad de Trevelin (del galés, tre: pueblo y velin: molino), nacida a fines del siglo XIX como un asentamiento de galeses. En toda la localidad se mantienen vivas las tradiciones de su acervo céltico, siendo la gastronomía su carta de presentación a través de la torta negra típica galesa, las tartas de crema, de dulce de leche y de frambuesas y los scones salados.

Por cierto que en Trevelin la bienvenida la brindan las mesas servidas en cualquiera de las casas de comida, donde las variedades de tortas se complementan con un té galés caliente y reconfortante. “Ofrecemos lo que compartimos con nuestra familia”, explican desde la casa de té Nain Maggie. “Mi mamá comenzó en 1975 con esta empresa preparando tortas que heredó de recetas de mi bisabuela. Hoy sigue trabajando a la par nuestra, y mi hermano está en la cocina”, explica Susana de la Fuente, una de las dueñas. La costumbre de esta familia es acompañar y asesorar a los comensales sobre la historia y tradición del pueblo.

## El Parque Nacional Los Alerces

A 40 kilómetros de Esquel tomando por la Ruta Nacional 259 empalmado luego con la Ruta Provincial 71, y tras atravesar puentes y curvas que dejan al descubierto vistas hacia montañas y precipicios, se llega al Parque Nacional Los Alerces. Creado en 1937 con el objetivo de proteger los bosques, y con una superficie de 263.000 hectáreas, más allá de sus lagos y ríos, y sus imponentes cerros y glaciares de altura, se distingue entre la flora “El Alerce” (fitzroya cupressoides). Esta especie, también llamada “lahuan”, que en el idioma del pueblo mapuche significa abuelo, puede alcanzar una edad aproximada de 4 mil años, diámetros de 3 metros y alturas que superan los 60 metros. Para conocer estos ejemplares milenarios es posible emprenden una excursión lacustre y llegar tras cruzar senderos, bosques y cascadas hasta el denominado Alerzal Milenario de más de 2600 años.

“Yo no le tengo miedo a los parques o a los bosques, yo le tengo miedo a la ciudad. Si alguien me obligara a irme del medio de la naturaleza me moriría de miedo. En la ciudad la gente vive encarcelada.

Acá dormimos con las puertas abiertas y los pibes están todos los días en la calle”, cuenta un delgado cordobés, de anteojos negros, llamado Leandro Lema, Guardaparques del Parque Nacional Los Alerces desde hace más de 20 años.

Además de la variedad de alojamientos para los visitantes, que van desde hosterías, cabañas y camping, se pueden desarrollar diferentes actividades como trekking, pesca deportiva y cabalgatas.

## La producción de la Comarca

Como en buena parte de la región cordillerana el sistema productivo es el ganadero ovino- bovino, con utilización de la lana y la cría vacuna. Además en los campos también se cultiva la cebada, la alfalfa y los cereales asociados a la cría o engorde de los vacunos. También durante los últimos años han crecido en extensiones pequeñas, algunas explotaciones de frambuesas, ciruelos, cerezos, flores secas y tulipanes.

En cuanto a la elaboración de artesanías los pobladores se distinguen por su alfarería preparada en arcilla cocinada en hornos de barro, platería, y los adornos y utensilios contruidos en base a madera como el lenga y el ciprés. También están las hilanderas que trabajan el hilado. “Compramos el vellón de lana de oveja y lo hilamos en la rueca. Después las lavamos y las teñimos con raíces de los árboles para elaborar, por ejemplo, chalecos, bufandas, medias y pulóveres. Heredé las técnicas de mi mamá que perfecciono con otras que voy adquiriendo”, cuenta Graciela Lobos, hilandera, presidente de la Asociación de artesanos de Esquel. Varias veces en el año los productores se reúnen para exponer y vender sus productos en la Feria Artesanal.

## Rincones de la región

Las excursiones por la Comarca pueden ser, por un lado, guiadas por los mismos vecinos (como la del Sendero Cañadón de Bórquez) o preparadas para llevarse a cabo por los viajeros, solos o en familia.

En la comunidad rural de Río Percy la recorrida comprende senderos de interpretación de flora y fauna. Una aventura que incluye circuitos en mountain bike y cabalgatas. A 39 kilómetros de Esquel está la cascada Nant y Fall, compuesta por 7 saltos a los que se accede por pasarelas y un trazado de senderos. En Lago Rosario, una comuna rural de origen mapuche, además de visitar la “Casa de las Artesanas”, los pescadores encuentran uno de los mejores espacios para la pesca deportiva.

Pues como anuncian los pobladores la magia de la Patagonia se hace imborrable en la memoria de quien alguna vez haya pisado el Sur. ■■



FOTO ARCHIVO CLARIN

## A todo vapor

La Trochita es un sobreviviente de los tiempos en que los trenes a vapor eran el único medio de transporte eficaz para atravesar grandes distancias. Considerado uno de los trenes de trocha angosta más largo del mundo fue declarado Monumento Histórico Nacional.

A pocas cuadras del centro de la ciudad de Esquel, el rumiar del tren avisa que está por partir emprendiendo un viaje que corre en paralelo a fábricas, iglesias y escuelas de la zona. En el recorrido el amarillo de las retamas se mezcla con los arroyos para llegar desde la altura a observar la imponencia de las montañas, que ofrecen un festival de colores que van desde el rosa y el naranja, pasando por una diversidad de verdes inimaginables. Impolutos en la lejanía se asoman los picos nevados.

En el vagón bar de La Trochita se ofrecen tortas y té que acompañan el andar del tren. Una vez arribados a la estación de la comunidad mapuche Nahuel Pan, destino final de la excursión, son los mismos lugareños los que abren las puertas de “La Casa de las Artesanos” para la venta de hilados artesanales, pinturas y collares. También está el Museo de Culturas Originarias Patagónicas. El regreso a Esquel vuelve a sorprender con el festival de colores que impactan en los ojos de cualquier viajero.

## LAS FECHAS DE LA COMARCA

- o 1937, la creación del Parque Nacional Los Alerces
- o 1945, la llegada del ferrocarril de trocha angosta
- o 1974, la inauguración del centro de deportes de invierno La Hoya

MOVIMIENTO ARGENTINO PARA LA PRODUCCIÓN ORGÁNICA

# AL COMPÁS DE LO SALUDABLE

Creado en 1995, los preceptos del Movimiento son el cuidado de la ecología, la salud y la precaución, siempre bajo la producción orgánica, una actividad que día a día despierta más interés en los consumidores. En noviembre organizaron el II Encuentro Orgánico.



FOTO: GENTILEZA DE HOTEL HYATT.

II Encuentro Orgánico organizado en noviembre por el MAPO

Por Caminos y Sabores

Como organización no gubernamental orgánica es la más importante de la Argentina, reuniendo en su interior a investigadores, técnicos, certificadores, entidades, empresas y ONGs relacionadas con este tipo de producción. Nacido en 1995 el Movimiento Argentino para la Producción Orgánica (MAPO) apoya a núcleos de productores de orgánicos, fomentando distintas variantes de asociativismo que les faciliten acceder a las certificaciones, que les abra el camino hacia la compra de insumos y al intercambio técnico. Es decir, que trabaja para que los elaboradores puedan ingresar de lleno a los mercados.

“En 1992 comienza la producción de orgánicos en nuestro país. Después se generó un vacío y con el correr de los años surgió el MAPO, de la misma sociedad entre consumidores, productores y exportadores”, cuenta su presidente Gonzalo A. Roca. Entre otras actividades el Movimiento realiza capacitaciones y lleva a cabo ferias y encuentros orgánicos en donde, además de una exposición de productos, se desarrollan conferencias, clases de cocinas y talleres. “Es común que los consumidores no sepan del tema, y los que saben de estos alimentos no sepan donde comprarlos”, dice Roca.

Lo orgánico, explican desde el MAPO, mantienen sus propiedades naturales, vitaminas, minerales, azúcares y proteínas sin contaminantes ni conservantes, mejorando sus propiedades nutritivas y realzando el aroma, sabor y color de los alimentos. En sí, esta forma de producir es sostenible,

ya que puede mantenerse por sí misma, sin merma de los recursos que utiliza. “Consumir alimentos orgánicos tiene que ver con la conciencia. Y tiene que ver con un sistema productivo que no contamine, con un menor consumo energético y con la posibilidad de que se aumente el empleo. En lo ambiental y en la salud están los grandes beneficios”, comenta el presidente del MAPO.

Números armónicos

La producción orgánica descansa en los procesos ecológicos, el cuidado de la biodiversidad y los ciclos adaptados a las condiciones locales. Tampoco contienen residuos de productos químicos, ni semillas genéticamente modificadas.

Dentro del mapa mundial compuesto por 31 millones de hectáreas en 120 países, especialmente en vías desarrollo, la Argentina tiene unas 4 millones de hectáreas producidas. De esta forma, según el último informe del Senasa, durante el año 2008 la superficie orgánica cosechada mostró un aumento del 16% con respecto al 2007, siendo los cereales y las oleaginosas los que marcan la tendencia. “El punto débil es que no crece en el número de productores: la Argentina posee 1670 productores orgánicos, mientras que tanto en Brasil como en Perú hay 30 mil”, enfatiza Roca.

Con 100 productos orgánicos certificados en la Argentina se destaca la producción de hortalizas, aromáticas, frutas finas, yerbas, azúcares, vinos, miel, carne de vaca, quesos y dulces de leche. Casi el 99 % de la producción encuentra destino en la exportación, principalmente hacia los mercados de la Unión Europea, los Estados Unidos y Suiza. “El gran desafío es que se consuma más dentro del mercado interno”, dice Roca. “Pero el panorama es

esperanzador porque hay mucha más búsqueda de información e interés sobre todo lo que comprende al mundo de lo orgánico”, sintetiza el presidente de MAPO.

Objetivos del MAPO

- Promover la producción orgánica.
- Difundir y demostrar a la comunidad los beneficios del sistema de producción y de la alimentación orgánica.
- Asegurar la calidad y la transparencia de los mercados orgánicos.
- Expresarse con una sola voz en defensa del movimiento orgánico y sus integrantes.

FIESTAS RECOMENDADAS DEL MES DE DICIEMBRE

Fiesta Nacional del Gaucho, en General Madariaga, Buenos Aires

La XXXVIII edición de la Fiesta Nacional del Gaucho se realizará los días 11, 12 y 13 de diciembre y tendrá como siempre una agenda de espectáculos variada que comprende fogones con comidas tradicionales, un programa extenso de jineteadas y destrezas a caballo, un festival folclórico con figuras de nivel local y nacional y la elección de la Flor del Pago. La fiesta es todo un orgullo para los madariaguenses desde su nacimiento en 1972 y fue declarada de Interés Turístico Nacional. Más información en [www.fiestadelgaucho.org.ar](http://www.fiestadelgaucho.org.ar)

Fiesta Nacional de la Avicultura en Crespo, Santa Fe

Entre el 4, 5 y 6 de diciembre en la ciudad de Crespo, conocida como la “Capital Nacional de la Avicultura”, se llevará a cabo la XXII edición de su Fiesta Nacional de la Avicultura, organizada

en paralelo con la IV Expo Emprendedores Regionales y la III Expo Porcinos. Además del paseo por la exposición comercial se desarrollan charlas técnicas sobre temas relacionados con la avicultura. Durante las tres noches se presentarán artistas locales y nacionales. Este año Los Nocheros confirmaron presencia. Más información en [www.crespo.gov.ar](http://www.crespo.gov.ar)

XXXIV Fiesta Nacional del durazno en Mercedes, Buenos Aires

Como todos los años, el segundo fin de semana de diciembre, el 11, 12 y 13, esta ciudad bonaerense celebra la producción de duraznos, fruto típico de la zona. Además de la carpa de productores y el concurso que premia a los mejores duraznos, durante los tres días se presentarán artistas nacionales de primer nivel como Los Titipitos, La Nueva Luna, Rata Blanca y Coti. Como cierre se elegirá a la Reina Nacional del Durazno versión 2009. Más información en [www.mercedes.gba.gov.ar](http://www.mercedes.gba.gov.ar)

Con las tarjetas del Banco Provincia  
**ahorrás todos los días**

Ingresá a [www.bancoprovincia.com.ar](http://www.bancoprovincia.com.ar) y beneficiate con los más de 1800 comercios adheridos.



0810 - 22 - 22776 (BAPRO) [www.bancoprovincia.com.ar](http://www.bancoprovincia.com.ar)

**Banco Provincia**  
Un experto de tu lado

