



Foto 1 de 2



Una mujer recogiendo patatas en Perú.



Alta cocina para los pobres de América Latina

Hace 1 día

SANTIAGO (AFP) — Mejorar los hábitos de alimentación de las familias más pobres de América Latina, a través de la enseñanza de recetas que privilegien los productos nutritivos y autóctonos de cada país, es el objetivo de un novedoso programa de la FAO para combatir la desnutrición y la obesidad.

La iniciativa 'Chefs contra el hambre', de la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), busca mejorar la comida que ingieren los sectores más pobres de la región, con la preparación de platos rápidos, más diversos, nutritivos y sabrosos.

"Tener algo que comer no es suficiente: se necesita que los alimentos que ingerimos sean saludables, balanceados, seguros y adecuados a nuestra cultura", dijo el representante regional de la FAO, José Graziano en un encuentro con corresponsales extranjeros en Santiago para difundir el programa.

La idea es enseñarles a cada comunidad la forma de preparar platos más nutritivos, incorporando ingredientes autóctonos, junto con aminorar el consumo de otros foráneos y más dañinos, como las ampliamente extendidas frituras.

De esta forma, estima la FAO, podrían disminuirse en la región los índices de desnutrición, que afectan al 10% de la población de América Latina, y de obesidad, que afecta a casi el 35% de los habitantes.

Alta cocina para los pobres de América Latina

Hace 1 día

SANTIAGO (AFP) — Mejorar los hábitos de alimentación de las familias más pobres de América Latina, a través de la enseñanza de recetas que privilegien los productos nutritivos y autóctonos de cada país, es el objetivo de un novedoso programa de la FAO para combatir la desnutrición y la obesidad.

La iniciativa 'Chefs contra el hambre', de la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), busca mejorar la comida que ingieren los sectores más pobres de la región, con la preparación de platos rápidos, más diversos, nutritivos y sabrosos.

"Tener algo que comer no es suficiente: se necesita que los alimentos que ingerimos sean saludables, balanceados, seguros y adecuados a nuestra cultura", dijo el representante regional de la FAO, José Graziano en un encuentro con corresponsales extranjeros en Santiago para difundir el programa.

La idea es enseñarles a cada comunidad la forma de preparar platos más nutritivos, incorporando ingredientes autóctonos, junto con aminorar el consumo de otros foráneos y más dañinos, como las ampliamente extendidas frituras.

De esta forma, estima la FAO, podrían disminuirse en la región los índices de desnutrición, que afectan al 10% de la población de América Latina, y de obesidad, que afecta a casi el 35% de los habitantes.

En una primera etapa, la iniciativa -lanzada a fines de enero- considera la elaboración de dos recetarios internacionales, confeccionados por prestigiosos chefs latinoamericanos, con recetas de platos prácticos y nutritivos. La convocatoria vence en abril.

Las recetas serán luego enseñadas por los chefs en cursos de cocina dictados en hogares de comunidades de bajos recursos y que sufran de problemas de desnutrición.

En esta primera convocatoria, la papa debe ser el ingrediente clave de las preparaciones, aunque no el único. Las recetas deben incluir además ingredientes típicos de la región y que no sean difíciles de conseguir a precios asequibles.

La confección de los platos también debe ser relativamente sencilla y no requerir de instrumentos inusuales o profesionales.

El tubérculo fue escogido como elemento central del primer recetario, ya que 2008 fue declarado por las Naciones Unidas el Año Internacional de la Papa, que según la FAO es el cuarto alimento básico del mundo después del maíz, el trigo y el arroz, con una producción anual que sobrepasa las 323 millones de toneladas.

En los países en desarrollo se consume el 50% de las papas producidas a nivel mundial, cubriendo un alto porcentaje de las necesidades calóricas de los hogares más necesitados.

El chef chileno Guillermo Rodríguez, que apoya la iniciativa de la FAO, explicó que la dieta básica de los latinoamericanos está basada en una escasa variedad de alimentos.

"Estas iniciativas permiten sensibilizar a las comunidades en cuanto a que se pueden hacer recetas nuevas con los ingredientes que ellas siempre usan, a los chefs y también a las empresas en las que trabajamos, para valorar los productos de nuestros países", señaló Rodríguez.

En el caso de Chile, agregó el chef, la alimentación se centra en tres o cuatro alimentos básicos, como el arroz, la carne o fideos, complementados escasamente con verduras.

Como ejemplo de introducir nuevos elementos, Rodríguez destaca los aportes nutricionales de la quinoa, una especie de cereal utilizado por los indígenas mapuches, pero casi ausente de la dieta de los chilenos.

La quinoa se produce también en Argentina, Bolivia, Colombia, Ecuador y Perú.