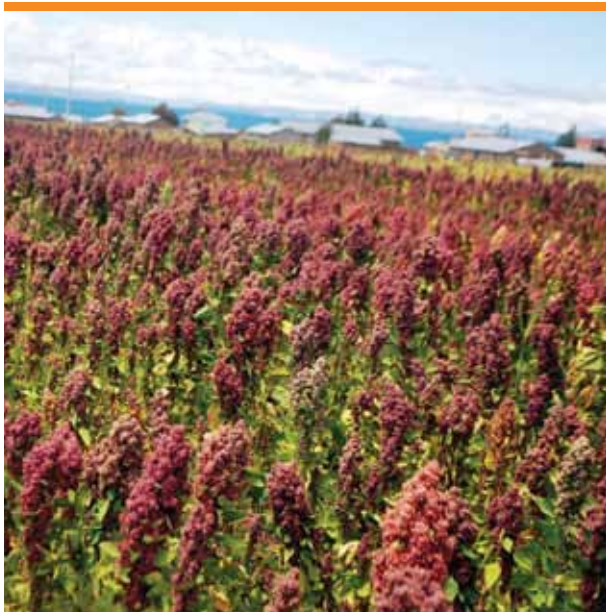


# Perù: Risotto de quinua

Porciones: 4 Listo en: 1 hora

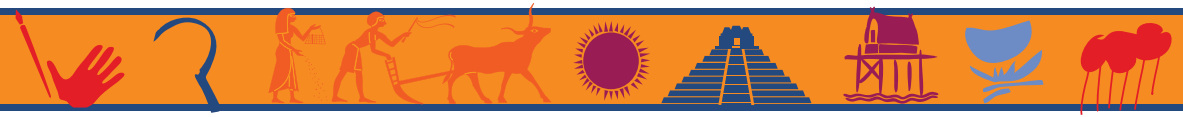
## Ingredientes

- ½ kilo de quinua
- 2 litros de agua hirviendo o caldo
- 4 cucharadas de mantequilla
- 1 cebolla finamente picada
- 150 gr de tocino ahumado, picado
- 5 dientes de ajo, finamente picados
- 250 gr de champiñones, cortados en láminas
- 1 cucharada de pistilos de azafrán
- 1 taza de vino blanco seco
- 1 taza de crema de leche
- 200 gr de queso parmesano rallado
- Nuez moscada
- 1 litro de leche
- 4 cucharadas de perejil picado
- 1 cucharada de aceite vegetal
- sal y pimienta al gusto



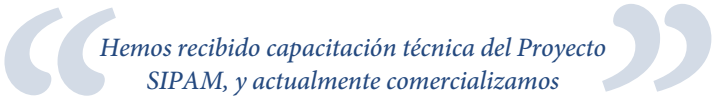
## Preparación

Lavar la quinua, restregando bien, hasta que el agua salga clara y limpia. Agregar el agua hirviendo y cocinar hasta que la quinua esté graneada (aproximadamente 12 minutos en agua hirviendo). Colar y enfriar. Colocar la mantequilla con el aceite vegetal en una sartén grande y agregar la cebolla, el tocino y el ajo. Dejar cocinar unos minutos a fuego lento. Agregar el azafrán, el vino, los champiñones, nuez moscada, sal, pimienta y crema de leche. Dejar hervir e incorporar la quinua graneada. Cocinar hasta que tome una textura untuosa. Agregar el queso parmesano y el perejil picado. Servir y espolvorear con queso parmesano rallado.



# La iniciativa Sistemas Ingeniosos del Patrimonio Agrícola Mundial (SIPAM) Sistema Agrícola Andino, Perú

La iniciativa Sistemas Ingeniosos del Patrimonio Agrícola Mundial, SIPAM, cuyo ámbito de acción está ubicado en el Valle de Vilcanota, Corredor Cusco y Lago Titicaca en Puno, Perú, está orientada a la conservación de la agro biodiversidad y preservación de prácticas y tecnologías ancestrales, como patrimonio de la seguridad alimentaria, frente a amenazas latentes como el cambio climático y la crisis del agua, así como la desnutrición crónica. La iniciativa SIPAM cuenta con la participación de comunidades campesinas, miembros de organizaciones comunales, cuyo objetivo es fomentar el uso de semillas de calidad en sistemas de agricultura familiar y conservar el patrimonio genético de las semillas de papa, maíz y quinua.



*Hemos recibido capacitación técnica del Proyecto SIPAM, y actualmente comercializamos harina de quinua y kañihua, que son los productos de mayor demanda. Con la harina se elaboran galletas, deos nutritivos, refrescos, desayunos para los niños, etc.*

*Martín Quispe Layme,  
Presidente de APACHSA*



## 2013 - Año Internacional de la Quinua

La Asamblea General de las Naciones Unidas ha declarado al año 2013 como el "Año Internacional de la Quinua", en reconocimiento a las prácticas ancestrales de vivir en armonía con la naturaleza y preservar a la quinua en su estado natural como alimento para las generaciones presentes y futuras.

La quinua es el único alimento vegetal que posee todos los aminoácidos esenciales, oligoelementos y vitaminas para la vida, además de no contener gluten. A esto se suma que este cultivo puede ser cultivado en zonas con humedades relativas desde 40% hasta 88%, o desde el nivel del mar hasta los 4 mil metros de altitud, soportando temperaturas desde los -8°C hasta los 38°C.

## SIPAM – Una Iniciativa de Asociación Global

En respuesta a las tendencias mundiales que amenazan a la agricultura familiar y a los sistemas agrícolas tradicionales, durante la Cumbre Mundial sobre Desarrollo Sostenible (WSSD, Johannesburgo, Sudáfrica), la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) lanzó una iniciativa mundial sobre conservación y manejo adaptativo de los "Sistemas Ingeniosos del Patrimonio Agrícola Mundial (SIPAM)".

La meta principal de esta iniciativa es identificar y salvaguardar los Sistemas Ingeniosos del Patrimonio Agrícola Mundial junto con sus paisajes, biodiversidad agrícola y sistemas de conocimiento asociados, estableciendo un programa a largo plazo para apoyar tales sistemas e incrementar los beneficios mundiales, nacionales y locales derivados, a través de su conservación dinámica, manejo sostenible e incremento de su viabilidad.

