

## PIJUAYO (*Bactris gasipaes* H.B.K)

El pijuayo es una palmera de gran importancia en la alimentación del poblador amazónico. Su cultivo se orienta a varios usos: harina, aceite y para la extracción del cogollo o corazón del pijuayo o chonta al cual se denomina palmito.

El palmito es la parte central del cogollo de la palmera, es decir, es la parte inferior de las nuevas hojas que se encuentran en el interior del tallo; de color blanco cremoso y textura suave y flexible.

La obtención y comercialización del palmito es una de las actividades productivas de países tropicales como Brasil, Bolivia, Ecuador, Costa Rica, donde se registra la mayor producción. El palmito en conserva es muy apreciado, se puede encontrar en algunos restaurantes europeos y norteamericanos a costo elevado. El Perú el año 2001 exportó 767 toneladas de conservas de palmito equivalentes a 3 millones 430 mil dólares, cantidad que se incrementó en un 20% en el 2007 (4 millones 275 mil dólares) siendo los principales mercados: Francia, España, Australia, EE.UU, Argentina y Chile.

### Variabilidad

Existen dos tipos de pijuayo, con espinas y sin espinas. A través de la investigación se viene tratando de obtener variedades de pijuayo capaces de producir como mínimo 10 hijuelos por año, lo que permitiría incrementar la productividad de las plantaciones.

### Manejo agronómico

Se recomienda plantaciones con densidades de 5,000 a 10,000 plantas/ha con distanciamiento de 2 m entre hileras y 1 m entre golpes, dos plantas por golpe, separadas a 0.15 m entre plantas, lo que garantiza una producción superior a 7,000 chontas/ha/año el primer año y más de 10,000 a partir del segundo año.

Inicialmente se puede asociar con cultivos temporales. El pijuayo requiere de buena radiación solar. El excesivo número de hijuelos o brotes provoca el auto sombreado, lo que trae como consecuencia el bajo rendimiento de palmito por tallo, además que estos tallos delgados están propensos a las enfermedades. Se recomienda manejar hasta 8 hijuelos por cepa.

La cosecha se inicia entre 12 y 18 meses aproximadamente, dependiendo del manejo; iniciada la cosecha, esta debe realizarse escalonadamente con una frecuencia semanal en forma selectiva, lo cual permitirá cosechar oportunamente todos los tallos que se encuentran en punto, incrementando de esta manera el rendimiento.

### Valor nutricional

El palmito es libre de colesterol, rico en fibras. La composición química nutricional en base a 100 g de la parte comestible es la siguiente:

Composición	Contenido
Energía (Kcal)	49
Proteína (g)	0.4
Grasas (g)	9.7
Carbohidratos (g)	0.8
Fibra (g)	0.8
Calcio (mg)	138.0
Fósforo (mg)	109.0
Hierro (mg)	1.7

Fuente: Frutas y Hortalizas Promisorias de la Amazonia.SPT-TCA.1996

### Usos y forma de preparación

El palmito se puede comer al estado natural. Posee un exquisito sabor. Se consume en ensaladas y como acompañante de carnes. Constituye un producto apreciado por sus características organolépticas: sabor, olor, textura, etc.

### RECETAS

#### Soufflé de palmito

##### Ingredientes:

1 frasco de conserva de palmito de 250 g  
1 taza de salsa blanca bien espesa  
1 taza de queso maduro rallado  
4 yemas de huevo  
1/8 cucharadita de mostaza en polvo  
4 claras batidas a punto de nieve  
Sal al gusto.



##### Preparación:

Cortar el palmito en trozos pequeños. Mezclar la salsa blanca con el queso, las yemas de huevo, el palmito, la sal y la mostaza. Añadir las claras en forma envolvente. Hornear a 180°C (350°F) durante unos 20 minutos.

Servir inmediatamente. Acompañar con salsa golf.

#### Palmito enrollado con jamón y palta

##### Ingredientes:

2 frascos de conserva de palmito de 250 g  
250 g de jamón inglés en láminas  
2 paltas  
1 lechuga mediana  
4 limones  
1 pimiento rojo  
Sal y pimienta al gusto

##### Preparación:

Cortar los trozos de palmito en 2 ó en 3 rebanadas, cortar el jamón del mismo tamaño y envolver cada uno de los trozos de palmito. Colocar sobre una fuente con lechuga picada, decorar con palta y pimiento rojo en tiras. Preparar un aliño con sal, pimienta y limón al gusto para sazonar.

Servir como entrada o para acompañar carnes.



Av. La Molina N° 1981, Lima 12 - Casilla N° 2791 - Lima 1  
Telefax: 349-5631 / 349-2600 Anexo 248  
http://www.inia.gob.pe E-mail: public@inia.gob.pe



MINISTERIO DE AGRICULTURA  
Instituto Nacional de Innovación Agraria  
Dirección de Investigación Agraria  
Dirección de Extensión Agraria  
Estación Experimental Agraria San Roque - Iquitos



### HOJA DIVULGATIVA N° 6 - 2008



## PALMITO DE PIJUAYO

### RED DE ESTACIONES EXPERIMENTALES AGRARIAS - INIA



El Instituto Nacional de Innovación Agraria - INIA, es un organismo público descentralizado del Ministerio de Agricultura del Perú, que mediante el Decreto Legislativo N° 997 se le encarga diseñar y ejecutar la estrategia nacional de innovación agraria, en el marco de la investigación, transferencia de tecnología, asistencia técnica, conservación de recursos genéticos y la producción de semillas, plántones y reproductores de alto valor genético; así también es responsable de la zonificación de cultivos y crías en todo el territorio nacional.

El objetivo principal del INIA es generar conocimientos, desarrollar nuevas tecnologías y procesos agro productivos para su aplicación en las diferentes eco regiones del país, que permitan potenciar el uso de nuestros recursos genéticos y promover la competitividad, la sustentabilidad ambiental, la seguridad alimentaria y la equidad social en la actividad agraria.

El INIA cuenta con doce Estaciones Experimentales Agrarias, un Centro Experimental y tres Sub Estaciones Experimentales, como Órganos Desconcentrados donde se desarrolla y difunde las actividades de Investigación y Transferencia de Tecnología Agraria, correspondiendo a las diferentes Zonas Agroecológicas representativas del país.

La EEA San Roque, mediante la Sub Dirección de Recursos Genéticos y Biotecnología - SUDIRGEB, desde el año 2000 conserva una colección de 50 especies de frutales amazónicos, entre ellas el pijuayo.