



Tradiciones locales para una  
 alimentación  
 saludable/Llaktanchipa  
 mikunankutana sukaman  
 alliyachiwanchi, chayku  
 kawsachiypaa

*Luisa Ruano Casado, coord.*

2019 - 162 pp. - ISBN: 978-84-9133-226-8 -20 €  
 IBIC: WBN

Cuando nos referimos a los objetivos de desarrollo sostenible, indiscutiblemente, el alimentario es un sector básico para la eliminación del hambre y la pobreza, y la protección del medio ambiente. Esta edición bilingüe (en quechua y castellano) incide en la recuperación de las prácticas tradicionales de producción, preparación y consumo de alimentos que redunden en beneficio de las familias de comunidades indígenas, mediante la diversificación de alimentos –como hortalizas y animales menores– y el mejoramiento de sus prácticas de consumo, higiene y cuidado de la salud. Contiene 38 recetas tradicionales de la Amazonía, con productos de la región, fáciles de conseguir y de utilizar. Cada receta incluye los ingredientes, cantidades, preparación, tabla de composición y nutrientes por persona. Por último, cada receta está ilustrada, para que sea más fácil la preparación y atractiva su presentación.