



MAIZ AMARILLO



Otros nombres: Kellu Sara, Muruchi, Chuqui.

Comunidades de Torotoro donde se cultiva: En zonas de valle, como las comunidades del distrito de Carasi; y cabeceras de valle como Añawani y Torotoro.

Siembra: Se siembra entre noviembre y diciembre y se cosecha desde mayo hasta julio (para grano seco). La duración de su ciclo en valle es de 5 a 6 meses, y en cabecera de valle de 6 a 7 meses.

Rango de producción: 2200 a 2650 m de altitud.

Descripción: La mazorca es mediana (14,1 – 17 cm de longitud y 5,3 – 5,5 cm de diámetro). Sus granos son medianos (15 mm de longitud y 10 mm de ancho), tienen una forma apastillada triangulada, con una superficie contraída; y están acomodados en 10 hileras rectas.

El maíz amarillo es utilizado para realizar diversos preparados. APEC-T pone a disposición de nuestra mesa riquísimos y nutritivos productos de fácil preparación, como el api amarillo, tojori amarillo y refrescos, que además son complementados con otros nutrientes que tiene el amaranto.

Información nutricional del Api Amarillo:

Contenido por cada 200 g	Maíz Amarillo	Amaranto
Humedad %	10,5	5,49
Grasas %	1,82	3,04
Proteínas (N 6,25)	2,06	6,61
Carbohidratos Totales %	93,0	83,3
Energía Kcal/100g	395	387
Calcio mg-cal/100g	25,9	63,1
Fosforo mg-p/100g	1,13	229
Hierro mg-p/100g	1,75	8,6
Vitamina "C"	11,5	-



Información nutricional del Tojori Amarillo:

Contenido por cada 200 g	Maíz Amarillo	Amaranto
Humedad %	10,5	5,49
Grasas %	1,82	3,04
Proteínas (N 6,25)	2,77	6,61
Carbohidratos Totales %	91,8	83,3
Energía Kcal/100g	395	387
Calcio mg-cal/100g	33,6	63,1
Fosforo mg-p/100g	2,1	229
Hierro mg-p/100g	2,1	8,6
Vitamina "C"	11,5	-



Información nutricional del Refresco Amarillo:

Contenido por cada 200 g	Maíz Amarillo	Amaranto
Humedad %	10,5	5,49
Grasas %	1,82	3,04
Proteínas (N 6,25)	2,06	6,61
Carbohidratos Totales %	93,0	83,3
Energía Kcal/100g	395	387
Calcio mg-cal/100g	25,9	63,1
Fosforo mg-p/100g	1,13	229
Hierro mg-p/100g	1,75	8,6
Vitamina "C"	11,5	-



MAÍZ

DIVERSIDAD DE SABORES Y COLORES DE TOROTORO



La producción agrícola es vital para la población de Torotoro porque es la base de su economía y sobre todo es el soporte de su seguridad alimentaria. Esta producción es diversificada, los cultivos de mayor relevancia son el maíz, el trigo y la papa.

El cultivo del maíz, manejado desde épocas ancestrales en el municipio, presenta una diversidad de maíces nativos o criollos, que se diferencian por su precocidad, usos, color de grano, forma, longitud de la mazorca y resistencia al ataque de plagas y enfermedades.

El maíz de Torotoro es energético, rico en vitaminas A y K, calorías, proteínas, hierro y fósforo, cualidades que son rescatadas en productos procesados en base a maíz, ofertados por la Asociación de Productores Ecológicos Carasi - Torotoro (APEC-T).

Esta Asociación fue fundada en julio del 2006, con el objeto de fomentar una microempresa propia de los productores maiceros y mejorar los ingresos de estas familias. Actualmente, es impulsada por diferentes instituciones de desarrollo y por el Gobierno Municipal de Torotoro para dinamizar el uso, la conservación y la transformación de los cultivares nativos de maíz, en productos como apis, tojoris y refrescos instantáneos.

El presente documento es una muestra de la diversidad de maíces de Torotoro que son utilizadas para la obtención de productos con valor agregado para deleite de los consumidores.

MAIZ PLOMO



Otros nombres: Jank'a Sara, Ogue Sara.

Comunidades de Torotoro donde se cultiva: En zonas de cabecera de valle, como Chico Pocosuko, Arafani, Lupilupi, Warawara, Chancarani, Laime Cotani y Pocosuko.

Siembra: Se siembra entre noviembre y diciembre y se cosecha desde mayo hasta julio (para grano seco). La duración de su ciclo es de 6 a 7 meses.

Rango de producción: 2.500 a 2.800 m de altitud.

Descripción: La mazorca es mediana (13,0 – 17,5 cm de longitud y 3,8 – 7,0 cm de diámetro). Sus granos son grandes (19 mm de longitud y 9 mm de ancho), tienen una forma alargada apastillada, con una superficie puntiaguda; y están acomodados entre 12 y 14 hileras en forma de espiral.

El maíz plomo es utilizado para realizar diversos preparados, uno de los más importantes es el Tojori. La Asociación de Productores Ecológicos Carasi- Torotoro (APEC-T) pone a disposición de nuestra mesa un riquísimo y nutritivo producto de fácil preparación, que además del maíz contiene amaranto y especias como canela y clavo de olor.

Información nutricional del Tojori Plomo:

Contenido por cada 200 g	Maíz Plomo	Amaranto
Humedad %	10,5	5,49
Grasas %	1,82	3,04
Proteínas (N 6,25)	2,77	6,61
Carbohidratos Totales %	91,8	83,3
Energía Kcal/100g	395	387
Calcio mg-cal/100g	33,6	63,1
Fósforo mg/100g	2,1	229
Hierro mg/100g	2,1	8,6
Vitamina "C"	11,5	-



MAIZ KULLI



Otros nombres: Kulli Sara.

Comunidades de Torotoro donde se cultiva: En zonas de valle, como las comunidades del distrito de Carasi – Pampa Rancho; y cabeceras de valle como Warawara, Lupilupi, Wayllas y Torotoro.

Siembra: Se siembra entre noviembre y diciembre y se cosecha desde mayo hasta julio (para grano seco). La duración de su ciclo en valle es de 5 a 6 meses, y en cabecera de valle de 6 a 7 meses.

Rango de producción: 2200 a 2800 m de altitud.

Descripción: La mazorca es pequeña (12,2 – 14,3 cm de longitud y 5,1 – 6,2 cm de diámetro). Sus granos son medianos (14 mm de longitud y 8 mm de ancho), tienen una forma alargada apastillada, con una superficie dentada; y están acomodados entre 12 y 14 hileras en forma de espiral.

El maíz kulli es utilizado para realizar diversos preparados, uno de los más importantes es el Api Morado. APEC-T pone a disposición de nuestra mesa un riquísimo y nutritivo producto de fácil preparación, que además del maíz contiene amaranto, limón y especias como canela y clavo de olor.

Información nutricional del Api Morado:

Contenido por cada 200 g	Maíz Kulli	Amaranto
Humedad %	10,5	5,49
Grasas %	1,82	3,04
Proteínas (N 6,25)	2,77	6,61
Carbohidratos Totales %	91,8	83,3
Energía Kcal/100g	395	387
Calcio mg-cal/100g	33,6	63,1
Fosforo mg-p/100g	2,1	229
Hierro mg-p/100g	2,1	8,6
Vitamina "C"	11,5	-



MAIZ ROJO



Otros nombres: Puca Sara, Waca Song'o, Aycha Sara.

Comunidades de Torotoro donde se cultiva: En zonas de valle, como las comunidades del distrito de Carasi; y cabeceras de valle como Warawara, Lupilupi, Wayllas y Torotoro.

Siembra: Se siembra entre noviembre y diciembre y se cosecha desde mayo hasta julio (para grano seco). La duración de su ciclo tanto en valle y cabecera de valle es de 6 a 7 meses.

Rango de producción: 2200 a 2800 m de altitud.

Descripción: La mazorca es pequeña (12,1 – 13,4 cm de longitud y 4,5 – 5,5 cm de diámetro). Sus granos son medianos (14 mm de longitud y 9 mm de ancho), tienen una forma redondeada, con una superficie puntiaguda; y están acomodados en 10 hileras de forma irregular.

El maíz rojo es utilizado para realizar diversos preparados, como refrescos instantáneos. APEC-T pone a disposición de nuestra mesa un riquísimo y nutritivo refresco de fácil preparación, que además del maíz contiene amaranto y especias como canela y clavo de olor.

Información nutricional del Refresco:

Contenido por cada 200 g	Maíz Rojo	Amaranto
Humedad %	10,5	5,49
Grasas %	1,82	3,04
Proteínas (N 6,25)	2,77	6,61
Carbohidratos Totales %	91,8	83,3
Energía Kcal/100g	395	387
Calcio mg-cal/100g	33,6	63,1
Fosforo mg-p/100g	2,1	229
Hierro mg-p/100g	2,1	8,6
Vitamina "C"	11,5	-

