



Charla Virtual

Uso y preparación de Condimentos y Especias naturales para la alimentación

Ing. LUZ GÁRATE AYBAR

Ing. en Industrias Alimentarias UNALM

CIP: 25705

Objetivo del evento

- Aprovechar la producción de especias y condimentos para transformarlos en la cadena de valor agregado: especias y condimentos.
- Elaborar y producir productos competitivos
- Elevar el nivel nutricional de la población con productos agradables y nutritivos
- Mejorar la calidad de vida de los productores de especias y  condimentos

Espicias y condimentos



- Las especias y condimentos peruanos son la base de su cocina aromática y sabrosa, destacando los ajíes nativos y hierbas andinas/amazónicas. Los imprescindibles son el [ají amarillo](#) (frutal, básico en cremas y guisos), [ají panca](#) (ahumado, para adobos y anticuchos), [rocoto](#) (picante intenso), y el [huacatay](#) (hierba aromática clave en el pollo a la brasa).

Espicias y condimentos:

1. Ajíes e Ingredientes base (Frescos o en pasta)

- **Ají Amarillo:** El más icónico, esencial para papa a la huancaína, ají de gallina y arroz con pollo.
- **Ají Panca:** Color rojo oscuro, sabor terroso y menos picante, crucial para la carapulcra, adobos y loco.
- **Rocoto:** Muy picante, base para salsas del sur y ceviches.
- **Ají Limo:** Cítrico y floral, usado principalmente en el ceviche.
- **Achiote:** Semilla utilizada como colorante natural por su tono rojizo, ideal para tamales y arroz.



Aji amarillo
mirasol
beneficios:
analgésico,
Antiinflamatorio,
Antioxidante,
Pérdida de Peso,
Propiedades
Hipocolesterolemi
antes

Especias y condimentos:

2. Hierbas Aromáticas

- **Huacatay:** Hierba invasiva de sabor único (mezcla de menta, limón y albahaca), indispensable en la cocina andina.
- **Culantro (Cilantro):** Fundamental para el arroz con pollo y pescados.
- **Paico:** De olor fuerte, esencial en chupes, sopas y menestras.
- **Muña:** Hierba andina aromática, usada en guisos del centro y sur del Perú.



Especias y condimentos:

3. Aderezos y Especias secas

- **Ajo y Cebolla:** La base de casi cualquier "aderezo" o guiso, junto con el ají panca o amarillo.

- **Comino y Pimienta:** Usados tradicionalmente para realzar carnes y guisos.

- **Sibarita (Marcas de condimentos):** Muy populares, ofrecen mezclas listas de "Tuco" (hongos, laurel, tomate) para tallarines.

El "aderezo" perfecto, llamado a veces "santísima trinidad criolla", combina ajo, cebolla roja y el ají respectivo, cocinado a fuego lento hasta quedar caramelizado.



Espicias y condimentos

Las especias son partes secas de plantas (semillas, raíces, corteza) que aportan aroma y sabor, mientras que los condimentos son mezclas más amplias que incluyen especias, hierbas, sal, aceites o ácidos.

Químicamente contienen aceites volátiles, pigmentos, proteínas, fibra y carbohidratos, siendo las especias de origen vegetal y los condimentos mezclas o compuestos más complejos.

Composición Detallada y Tipos

- **Espicias (Origen botánico):** Se utilizan partes específicas de plantas, secas o molidas:
 - **Raíces/Rizomas:** Cúrcuma, jengibre.
 - **Semillas y frutos:** Pimienta, comino, cardamomo, nuez moscada.
 - **Corteza:** Canela.
 - **Flores/Capullos:** Clavo, azafrán.



Especias y Condimentos

- **Condimentos (Mezclas y compuestos):** Incluyen especias y elementos para realzar sabor:

- **Mezclas:** Curry, tandoori, hierbas provenzales.
- **Salsas/Líquidos:** Salsa de soja, vinagre.
- **Otros:** Sal, azúcar, ajo en polvo.

Componentes Químicos Clave

- **Aceites volátiles:** Responsables del aroma característico.
- **Pigmentos:** Aportan color (ej. carotenoides en el achiote).
- **Componentes picantes:** Alcaloides (ej. piperina en pimienta).
- **Nutrientes:** Proteínas, carbohidratos y fibra (presentes en menor medida).

Las especias se añaden generalmente durante la cocción, mientras que los condimentos pueden añadirse tanto en la cocción como al finalizar, acompañando el plato.



Especias y Condimentos: composición nutricional del jengibre o kion

Constituent	Value
Moisture	15.02
Ash	3.85 g
Protein	5.087 g
Fat	3.72 g
Calcium	88.4 mg
Phosphorous	174 mg
Insoluble fibre	23.5 %
Iron	8.0 mg
Soluble fibre	25.5 %
Zinc	0.92 mg
Carbohydrate	38.35 g
Copper	0.545 mg
Vitamin C	9.33 mg
Manganese	9.13 mg
Total carotenoids	79 mg
Chromium	70 µg



Equipos

Mesa de trabajo, lavaderos de acero inoxidable, rodajadora de ají, horno eléctrico o deshidratador solar, pulverizadora, selladora al vacío. (1) Venta Maquinarias Industriales y pulverizadoras: 993 968 780, (2) Maquinarias Gastronómicas y Agroindustriales: 991 717 656, (3) Av. Ayllón cuadra 8. (4) Av. Grau con Av. Huánuco



Rodajadora



Deshidratador solar (agro film, edafio, tubos de aluminio, extractores de aire, –soporte con bandejas en acero inoxidable). Venta Las Malvinas, Informes: UNALM Facultad de Ing. Agrícola.



Pulverizadora



Selladora al vacío

Utensilios y envases

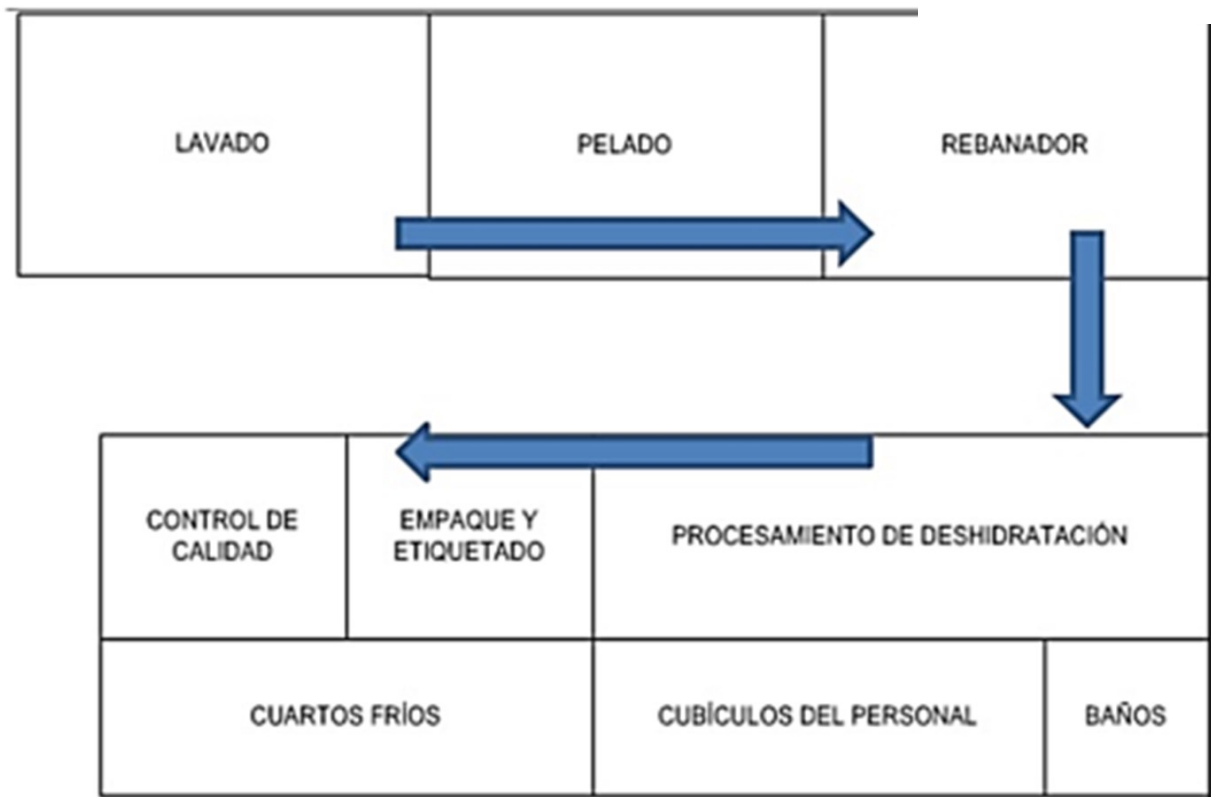
Termómetro, medidor de humedad, balanza, recipientes, colador, bolsas de polietileno. Lo encuentran en la cuadra 5 de Av. Emancipación Lima Metropolitana.



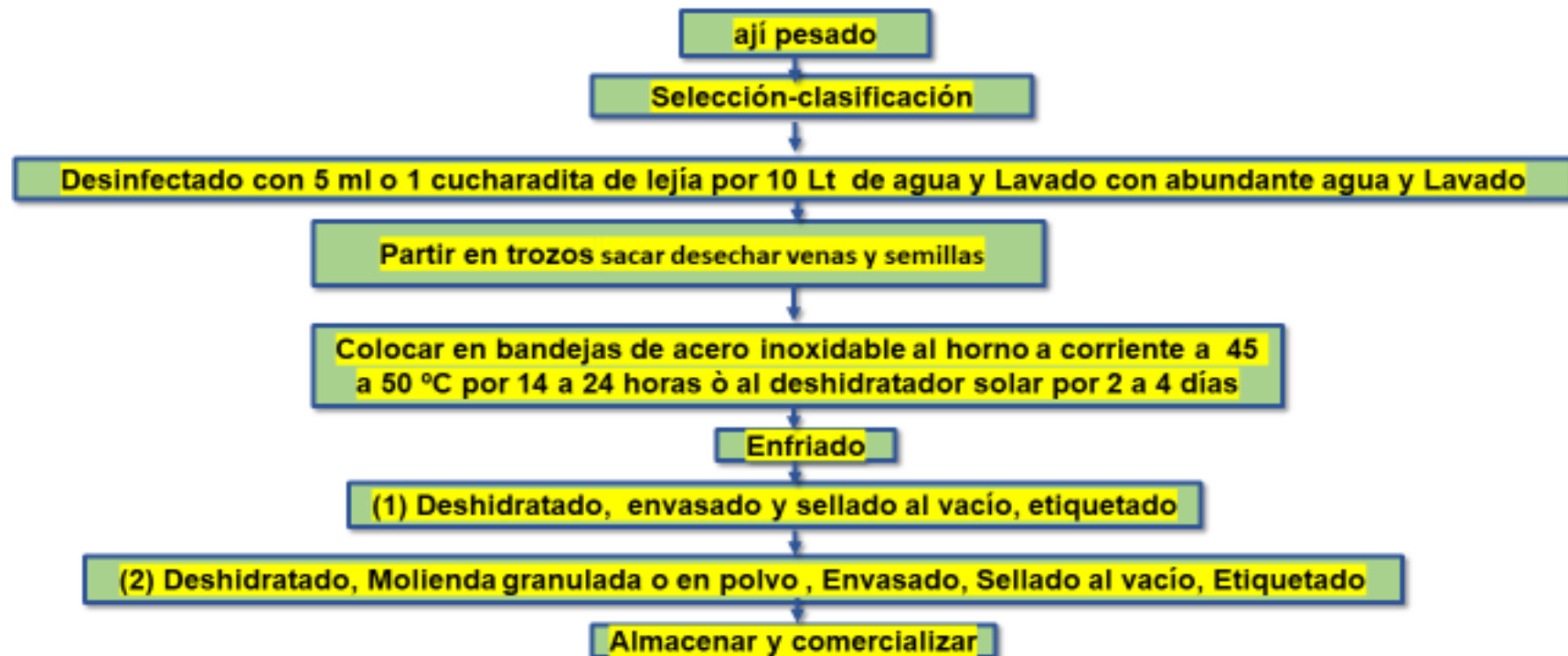


Buenas Prácticas de Manufactura-BPM
Normas Técnicas Peruanas-NTP
Decreto Supremo 007-98-SA.
Calidad Total UNALM, Registro Sanitario DIGESA.
Maquila INDDA UNALM

Disposición de la planta deshidratadora



Ají deshidratado en trozos y ají deshidratado en polvo



Selección-clasificación



Partir sacar
desechar venas y
semillas



(1) Colocar en bandejas de acero inoxidable al horno a corriente a 45 a 50 °C por 14 a 24 horas ò al deshidratador solar por 2 a 4 días y envasado y sellado al vacío



DESHIDRATADOS:

Kion a 70°C por 8 a 9 horas

Hongos a 58°C por 3 a 5 horas

Pimiento a 60°C por 6 a 12 horas

Ajjes de 58°C por 7 a 9 horas

Espicias y condimentos:



Deshidratadora solar orgánica
https://youtu.be/E_x65qzcSNY

Especias y condimentos:



(1) Aji deshidratado en trozos



(2) Aji deshidratado en polvo



Comparando precios



**1 Kg de ají
amarillo
mirasol fresco
S/1.50,
y 6 Kg S/9.-**



**1 Kg de ají
amarillo mirasol
entero S/13.-
Y 3 Kg S/39.-**



**1 Kg de ají amarillo
mirasol deshidratado
en polvo S/375.-**





Muchas Gracias

luzgarateaybar@gmail.com

Celular: 968504459