

noci dell'Amazzonia

Noci sgusciate



Queste noci sono il seme della castanheira, un enorme albero che raggiunge anche 40 metri e che cresce spontaneamente in Amazzonia. Il frutto di quest'albero è simile ad una grossa noce di cocco, dal guscio legnoso che contiene dai 16 ai 24 semi, chiamati castagne amazzoniche o, più comunemente, noci del Brasile.

Ricche di elementi nutritivi come proteine, acidi grassi polinsaturi, vitamine dei gruppi A, C, E, fibra e sali minerali, le noci dell'Amazzonia inoltre possiedono fosforo, ferro e selenio, oligoelemento benefico per il nostro organismo.

Sono dunque un alimento completo e di alto valore nutritivo e possono essere utilizzate sia crude che tostate per

numerose ricette. La lavorazione della castagna avviene in tre fasi: la raccolta tra dicembre e marzo, il trasporto via fiume o con camion dalla foresta alla città e infine la torrefazione nella piccola industria della cooperativa Caex.

PRODUTTORI ATTUALMENTE COINVOLTI Caex, Capeb (Brasile), CAIC, Coinacapa (Bolivia), Candela (Perù), Ronap (Perù)

PREZZO GARANTITO AI PRODUTTORI

Commercio Alternativo paga le noci 2, 80 dollari, mentre il mercato tradizionale 1 dollaro.

CURIOSITA'

La castagna non è solo un ottimo alimento, ma è anche il simbolo della capacità degli abitanti della foresta di trarre sostentamento da essa senza rovinarla. Le noci, come il caucciù, sono doni dell'Amazzonia che indios e seringueiros hanno imparato a utilizzare senza danneggiarla. Per questo per opporsi a coloro che invece distruggono la foresta i seringueiros praticano da anni una forma di resistenza non violenta chiamata "empate": a gruppi di 50 a volte 100 persone, con donne bambini, occupano le aree che stanno per essere disboscate, creano con il loro corpo una barriera e allo stesso tempo cercano di convincere gli operai a non iniziare il lavoro. È un metodo difficile e pericoloso perché i proprietari terrieri difendono i cantieri con guardie armate; tuttavia in questo modo i seringueiros sono riusciti a salvaguardare circa un milione di chilometri quadrati di foresta.

