

CON

AÑO 1

SABOR



Majadito de cerdo

Tradicional, exquisito
y de fácil preparación



PAMPAKU

Las costillas que adquieren sabor bajo tierra

DOÑA BLANCA

La reina de los asaditos en el Siete Calles



Dirección editorial: Lauren Weber
 Coordinación general: Paula Román
 Periodistas: Paola Reyes
 Gaby Peña

Dirección gráfica: Carmen Urenda

Diseño gráfico: Betania Bellingeri
 Wilmar Montero

Fotografía: Pablo Izaguirre
 Yobany Velasco

Publicidad y ventas: Pablo Izaguirre

Diseño original: PARAGRAPH

PARAGRAPH
 Cuarto anillo 4190
 entre Av. Beni y Av. Cristo Redentor.
 Tel. +591 (3) 342 9667
 info@paragraph.com.bo

REVISTA CON SABOR Nº 2

Esta revista se publica con el auspicio de ADEPOR, que es la Asociación Departamental de Porcicultores de Santa Cruz, una entidad gremial sin fines de lucro que promueve el desarrollo y fortalecimiento de las granjas porcinas y el consumo de la carne de cerdo de granja.



PRESENTACIÓN

Otra vez **CON SABOR** está en sus manos. Gracias por el recibimiento que nos brindaron y por permitirnos llegar hasta ustedes.

En esta nueva edición presentamos cuatro exquisitas y prácticas recetas con carne de cerdo que forman parte de nuestro día a día en familia y de nuestras tradiciones: majadito, saice, milanesa y chorrellana, todas estas delicias nos conectan con nuestros seres queridos y nos envuelven con el aroma de la cocina del hogar.

En esta edición disfrutamos también de un manjar de la tierra boliviana, el pampaku, un plato que adquiere su sabor bajo tierra, todo un ritual que termina en el mejor lugar, en la mesa, compartido entre familiares y amigos.

El equipo de **CON SABOR** agradece el apoyo de los porcicultores cruceños y de las firmas comerciales, SOFÍA, DON CERDO, LA PORCINA Y SAN ANTONIO que apostaron por este emprendimiento que pretende convertirse en el espacio donde la casera, el ama de casa y las familias pueden aprender más sobre las bondades de la carne de cerdo de granja. Nuestro compromiso es mantener nuestra calidad, llegar hasta el corazón de cada centro de consumo y conquistar a los hogares bolivianos.

Los invitamos a seguirnos en cada página de esta revista y a buscarnos en Facebook (www.facebook.com/consabor.revista).



CONTENIDO

LA BATIDORA DE UNITEL 04
 57 recetas preparadas con carne de cerdo

PAMPAKU 06
 Las costillas que adquieren sabor bajo tierra

GUÍA DE LA CARNE DE CERDO 10
 Cortes prácticos para cocinar rápido

LA CASERITA 14
 Doña Blanca, la reina de los asaditos del Siete Calles

¡HOY COMEMOS CERDO! 16

RECETARIO RECORTABLE 17
 Cuatro delicias caseras

PRODUCTOR ADEPOR 22
 José Tomasi y la Granja Cruz del Sur

CONSULTORIO 26
 Angie Sandino: 5 Pasos para adelgazar después de invierno

VARIEDAD 28
 La cerdita Peggy

NOTICIAS ADEPOR 30

SOCIALERAS 32
CON SABOR
 Una revista para todos

QUIÉN TIENE CERDO 34

SOY PRODUCTOR
SOY ADEPOR



El afiliado ADEPOR recibe el apoyo organizativo y técnico de una institución comprometida con el desarrollo del sector porcicultor.



EN
LA BATIDORA
 SE COME
CARNE DE CERDO

**DIVERSIÓN TOTAL EN LA COCINA JUNTO A
 GRISEL, DANIEL, ELOÍSA Y CHICHI**

Chorrellana de bondiola de cerdo fue la receta número 57 preparada con esta carne en la cocina de La Batidora, el programa que se transmite de lunes a viernes a partir de las 9:30 por la red Unitel.

En este espacio gastronómico las seguidoras del programa aprenden el paso a paso de la preparación de cada delicia de la comida boliviana e internacional preparada con carne de cerdo. Los conductores Grisel Quiroga, Daniel

Pesce, Eloísa Gutiérrez y Roberto 'Chichi' Kim le ponen el condimento principal, la 'alegría', para incitar a las damas del hogar a elaborarlas en sus casas con la 'chispa' que los caracteriza.

Una vez servido lo preparado por el chef Pablo Palmioli, nadie se resiste a la degustación, pero sin duda Chichi es quien más disfruta este momento porque se sirve un plato para él solo antes de que todos 'ataquen' y lo dejen sin su porción.



En estos más de cincuenta programas dedicados a la carne de cerdo se prepararon platos nacionales como el majadito, chorrellana, saice, pique macho, escabeche, chairo y sopa de maní. En cuanto a las exquisiteces internacionales se probó lasaña, paella a la valenciana, carpaccio, ñoquis y otros, que fueron el deleite de los presentadores y los invitados especiales.

Desde hace tres años la Asociación de Porcicultores de Santa Cruz lleva adelante la campaña de incentivo al consumo de esta carne en Santa Cruz, y como parte de ella está la preparación de recetas en este espacio culinario. Estas acciones han permitido dar a conocer a la población que la carne de cerdo es saludable y nutritiva, además de deliciosa.



PAMPAKU

LAS COSTILLAS QUE ADQUIEREN SABOR BAJO TIERRA

ASÍ SE HACE EL PAMPAKU EN EL HORNO BAJO TIERRA



1 SE CAVA UNA FOSA CON UNA PROFUNDIDAD MÍNIMA DE 90 CENTÍMETROS O EL TAMAÑO SUFICIENTE PARA CONTENER LOS RECIPIENTES METÁLICOS QUE CONTIENEN EL PAMPAKU Y SUS ACOMPAÑAMIENTOS. EN EL FONDO SE COLOCAN PIEDRAS DE MODO QUE PUEDA SOSTENER LOS RECIPIENTES. SE LLENA EL FOSA-HORNO CON LEÑAS Y SE DEJA QUE SE CONSUMA POR EL FUEGO. LA TEMPERATURA LLEGA A 250 GRADOS APROXIMADAMENTE A LAS DOS HORAS DE ENCENDIDA LA LEÑA.

2 SE SELECCIONAN LAS COSTILLAS Y LAS CHULETAS DE CERDO. SE SAZONAN Y SE DEJAN MARINAR O REPOSAR POR SEPARADO EN UN PREPARADO QUE MÍNIMAMENTE CONTIENE CEBOLLA, AJÍ COLORADO SIN PEPAS, PIMIENTA, COMINO, AJO, LAUREL, PEREJIL PICADO, VINO, VINAGRE, ACEITE DE OLIVA, SAL Y UNA PIZCA DE AZÚCAR. TAMBIÉN SE PUEDEN AÑADIR ZANAHORIAS Y VAINITAS. EL TIEMPO MÍNIMO DE MARINADO ES DE UNA HORA.



3 APARTE SE COLOCAN PAPAS, CAMOTES Y PLÁTANOS HERVIDOS QUE IRÁN COMO ACOMPAÑAMIENTOS. ESTOS TAMBIÉN SON COLOCADOS EN RECIPIENTES SEPARADOS.



ES BIEN SABIDO QUE LAS MAYORES EXQUISITECES CULINARIAS TIENEN SU SECRETO O QUE SU PREPARACIÓN ESTÁ RODEADA DE MISTERIO. EL PAMPAKU ES UNO DE ESTOS PLATOS. ESTA DELICIA COCHABAMBINA LUEGO DE VARIAS HORAS DE COCCIÓN LENTA ADQUIERE SU SABOR BAJO TIERRA.

LOS QUE DOMINAN EL ARTE DE PREPARAR PAMPAKU SABEN QUE EL SECRETO ESTÁ EN LA LEÑA Y EN LAS PIEDRAS QUE SE UTILIZAN EN EL HORNO BAJO TIERRA, LO DEMÁS ESTÁ EN EL TOQUE DE CADA CHEF QUE APORTA CON ALGÚN INGREDIENTE ESPECIAL NO REVELADO QUE HACE INCONFUNDIBLE O DIFERENTE A SU PLATO.



4 LAS CARNES Y LOS ACOMPAÑAMIENTOS, SON COLOCADOS EN RECIPIENTES HERMÉTICOS POR SEPARADO Y LUEGO COLOCADOS EN EL FOSA-HORNO, LO MEJOR ES USAR PIEDRAS AL FONDO DE LA FOSA ENTRE VASIJA Y VASIJA O ALREDEDOR DE ELLAS PARA RETENER EL CALOR. UNA VEZ INTRODUCIDOS TODOS LOS RECIPIENTES SE COLOCA UNA PLANCHA METÁLICA A MODO DE PUERTA DE HORNO.

5 LA FOSA-HORNO ES CUBIERTA TOTALMENTE CON TIERRA PARA QUE NO ESCAPE EL CALOR. SE ESPERA UNA HORA Y MEDIA O DOS HORAS PARA QUE LAS CARNES SE COCINEN EN SU PROPIO JUGO.



6 SE DESTAPA LA FOSA-HORNO. SE RETIRAN LAS VASIJAS Y LOS ALIMENTOS. LAS CARNES SALDRÁN JUGOSAS. SIMILAR A UNA SOPA, SE SIRVEN CON O SIN EL JUGO, JUNTO CON LOS ACOMPAÑAMIENTOS TAMBIÉN COCIDOS EN LA FOSA-HORNO, EL MOTE COCIDO Y ENSALADA DE CEBOLLA, TOMATE Y QUIROIÑA.

LOS SECRETOS

DEL PAMPAKU* MIXTO

* LA PALABRA PAMPAKU PROVIENE DEL QUECHUA "P'AMPAY" QUE SIGNIFICA ENTERRAR-CUBRIR CON TIERRA.



EL PAMPAKU QUE SE PREPARA EN SANTA CRUZ PRESENTA ALGUNAS DIFERENCIAS CON EL TRADICIONAL PLATO COCHABAMBINO, PARA CONOCER DÓNDE ESTÁ EL SECRETO DE ESTE PLATO QUE VA GANANDO LA ACEPTACIÓN DE LAS FAMILIAS EN SANTA CRUZ VISITAMOS AL RESTAURANTE MONTEVERDE.

LOS CORTES FAVORITOS SON LAS COSTILLAS Y CHULETAS CON UN PESO APROXIMADO DE 200 GRAMOS. EL COLOCAR LAS PIEZAS SUELTAS FACILITA LA COCCIÓN DE LA CARNE.

EL PAMPAKU DEBE TENER 3 CARNES. LAS MÁS REQUERIDAS SON EL LECHÓN, PATO Y POLLO. EN COCHABAMBA SE USA CORDERO Y CONEJO.

LA CARNE DE CERDO DEBE COMENZAR A MARINAR UNA HORA Y MEDIA ANTES DE ENTRAR A LA FOSA-HORNO. ES IMPORTANTE NO SOBREPASARSE EN EL TIEMPO DEBIDO A QUE EL CLIMA PUEDE AGRIAR O ENFUERTAR EL MARINADO.

ADEMÁS DE LOS CONDIMENTOS QUE LE DAN UNA SAZÓN ESPECIAL AL COCIDO, MONTEVERDE INCLUYE VAINITAS Y ZANAHORIAS EN SU MARINADO.

LA CAMA DE CARBONES DE LA LEÑA DEBE SER UNIFORME Y LOS PEDAZOS TIENEN QUE ESTAR AL ROJO VIVO. SON LOS LADRILLOS LOS QUE AVISAN SI EL HORNO ESTÁ LISTO PARA RECIBIR A LAS CARNES.



CORTES PRÁCTICOS

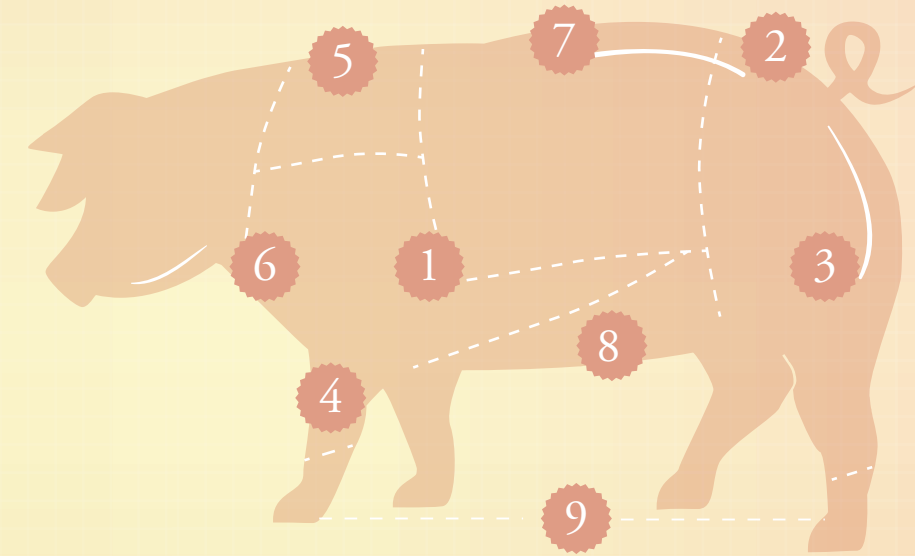


LA INDUSTRIA DE LA CARNE DE CERDO EN SANTA CRUZ HA EVOLUCIONADO FAVORABLEMENTE EN LOS ÚLTIMOS AÑOS, NO SÓLO EN UNA PRODUCCIÓN DE MAYOR CALIDAD SINO TAMBIÉN EN EL SERVICIO CON EMPRESAS QUE OFRECEN EL PRODUCTO DESPOSTADO O FRACCIONADO EN PIEZAS A ELECCIÓN Y ENVASADAS HERMÉTICAMENTE, ASEGURANDO ASÍ LA HIGIENE Y LA CONSERVACIÓN.

UNA DE LAS EMPRESAS ESPECIALIZADAS EN EL FAENADO Y COMERCIALIZACIÓN DE CARNE DE CERDO DE GRANJA ES DON CERDO, CON UNA EXPERIENCIA DE MÁS DE CINCO AÑOS ESTÁ CONTRIBUYENDO A LA GENERACIÓN DE NUEVOS HÁBITOS DE CONSUMO EN NUESTRA CIUDAD AL INTRODUCIR AL MERCADO UN SERVICIO ESPECIALIZADO EN CORTES Y PRODUCTOS DERIVADOS DEL CERDO COMO EMBUTIDOS Y CHORIZOS PARRILLEROS.

CORTES PREFERIDOS DE

LAS AMAS DE CASA Y CONSUMIDORES CRUCEÑOS



1. CARRÉ / COSTILLAS

Este corte se caracteriza por un ojo central de carne rosa claro, muy magra y sin vetas de grasa intramuscular, rodeada por una fina capa de grasa blanca y cremosa exterior. Huesos blancos con el centro rojo y esponjoso.

- COCCIÓN: Pueden ser asadas a la parrilla, a la plancha, salteadas, fritas, en asado al horno o en cacerola.

2. BIFES DE PECETO, NALGA, CUADRIL, CUADRADA Y BOLA DE LOMO DEL JAMÓN

Carne rosa oscuro de textura lisa y uniforme. Se caracteriza por no contar con una capa exterior de grasa ni piel.

- COCCIÓN: Asadas a la parrilla, fritas, preparada como milanesas, asadas a la plancha, al disco o a la cacerola.

3. CHULETAS DE JAMÓN

Se obtienen de un corte transversal de la pierna trasera del cerdo. Este corte tiene distintas tonalidades color rosa en la carne. Se caracteriza por contar con un hueso central y tener grasa al margen.

- COCCIÓN: Asada a la parrilla, al horno o a la plancha.

4. CHULETAS DE PALETA

Corte transversal de la pata delantera. Es una carne ligeramente vetada de color rosa oscuro con grasa exterior o piel.

- COCCIÓN: Asada a la parrilla, a la brasa o en guisados.

5. BONDIOLA

Corte compuesto por varios músculos pequeños de color rosa oscuro marmolado por las vetas de grasa que separan los pequeños músculos.

- COCCIÓN: A la parrilla, a la plancha (bifes), al horno, en estofado o a la cacerola.

6. PECHITO / ASADO

Es un corte de la zona abdominal que intercala finas costillas con carne rosa y vetas de grasa. Los huesos cortados deben ser blancos traslúcidos y no deben presentar astillas.

- COCCIÓN: Asados a la parrilla o en el horno.

7. LOMO / SOLOMILLO

Es la carne más magra, sin nada de grasa y caracterizada por su color rosa intenso.

- COCCIÓN: Asado a la parrilla, salteado o en cocciones rápidas.

8. PANCETA

Corte con capas típicas intercaladas de grasa, carne, grasa y cuero. La grasa debe ser de un blanco perlado y la carne de un típico color rosa.

- COCCIÓN: A la plancha, en asado a la parrilla, guisados, fritos o en salsas.

9. PATAS Y MANOS

Extremidades blancas rosáceas.

- COCCIÓN: En guisados o escabeches.

10. CARNE PICADA

Carne de color rosa pálido con un poco de grasa.

- COCCIÓN: Se puede utilizar en rellenos, empanadas, para hamburguesas o con salsas.

11. PUNTA DE "S"

Corte ubicado justo antes de la cola de la res en la continuación del lomo; tiene una forma que termina en punta. El corte está protegido por una capa de grasa, tiene ternura y sabor inconfundible.

- COCCIÓN: Asado a la parrilla o al horno.

12. BIFE DE CHORIZO

Es un corte de carne de la región dorsal, que contienen un conjunto de músculos magros y está cubierto por una fina capa de grasa.

- COCCIÓN: Asado a la parrilla o al horno.

13. CHURRASQUITO

Se extrae de la parte que se encuentra entre el tocino de la región del lomo cercano a la paleta. Es una carne muy tierna y con alguna veta de grasa lo que la hace muy jugosa.

- COCCIÓN: Asado a la parrilla, plancha o al horno.

CON SABOR
VISITA PLANTA DE

DESPOSTE O FAENADO

DE CARNE DE
CERDO



GORRO

BARBIJO

MANDIL

GUANTES

BOTAS

CUCHILLO Y CHAIRA



MESA DE TEFLÓN

EVA ARNEZ Y LUIS GUSTAVO ORIHUELA TRABAJAN EN LA EMPRESA DON CERDO, EMPRESA ESPECIALIZADA EN EL DESPOSTE O FRACCIONAMIENTO DE LA CARNE DE CERDO PARA USO ALIMENTICIO, CONOCIDO COMO FAENADO. EN ESTAS PÁGINAS NOS EXPLICAN CÓMO TRABAJAN Y LA IMPORTANCIA DE SU ACTIVIDAD PARA QUE EL PRODUCTO LLEGUE HASTA LOS CONSUMIDORES EN LA CIUDAD.

Una vez ingresan en la planta, los animales que pesan entre 80 y 90 kilos, son desinfectados y llevados directamente a la cámara de refrigerado, donde se mantienen durante unas doce horas a una temperatura entre 10 y 12 grados antes de proceder con el faenado.

Previamente el área donde se realiza el faenado ha sido limpiada y desinfectada para evitar la contaminación y los trabajadores hacen lo mismo, se desinfectan sus manos y botas, y se colocan gorro y barbijo.

Con todo en orden para proceder, el primer corte que sale es lomo, se extrae la carne magra que se encuentra en la pierna, luego las costillas, se bajan las paletas, seguido por el carré, y por último se descuera y separa el tocino. Una vez que se han realizado todos los cortes se pesan las piezas y se almacenan con su respectivo lote en la cámara de congelado.

LA VESTIMENTA

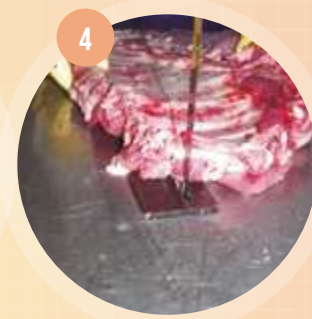
El personal que trabaja en la planta usa gorro, barbijo, ropa limpia, lleva uñas cortas y limpias, sin esmalte, libre de maquillaje, cabello y barba cubiertos.

EQUIPOS Y UTENSILIOS

Los materiales no deben transmitir sustancias tóxicas, olores, ni sabores, además de ser resistentes a la corrosión, que soporten limpieza y desinfecciones repetidas y lo más importante, no deben ser porosos.

PROCESO DE OBTENCIÓN DE COSTILLAS

EN UNA PLANTA DE FAENADO DE GANADO PORCINO
EN SANTA CRUZ DE LA SIERRA



ES IMPORTANTE

EL MANEJO CORRECTO DEL GANADO PORCINO CUANDO LOS ANIMALES LLEGAN A LAS PLANTAS DE FAENADO PARA OBTENER UNA CARNE DE CALIDAD; ADEMÁS DE CUIDAR LA SEGURIDAD DE LOS OPERARIOS Y CONSUMIDORES.

DISFRUTE LOS MEJORES CORTES DE CARNE Y FIAMBRES DE CERDO

LA PORCINA

PRODUCTOS PREMIUM

Pedidos: Telfs: (591-3) 3421477 - 3318894 - 3888550
Av. Cristóbal de Mendoza # 67 - Urubó Open Mall, local # 5 - www.laporcina.com

Blanca Villarroel Quiroga

La caserita de los chicharrones del mercado Siete Calles
Más de 50 años dedicada a este oficio

Quién no la conoce en el mercado Siete Calles; cuando uno pregunta por la señora más antigua en la venta de chicharrón de cerdo en la zona, los comerciantes responden: la señora Blanquita.

Blanca Villarroel Quiroga, cochabambina de nacimiento, reconoce que Santa Cruz le abrió las puertas para vivir y sacar adelante a su familia. Lleva más de cincuenta años dedicada a este oficio que le ha permitido ganarse el cariño y el reconocimiento de quienes acuden a su puesto para degustar las exquisiteces que prepara a base de carne porcina.

Asiste dos veces a la semana a su negocio y vende entre 50 y 70 platos cada día. Su clientela es diversa, desde transportistas, personas que hacen compras en la zona, turistas que llegan de otros departamentos y reconocidos salones de té de la ciudad que compran el chicharrón para elaborar los masacos que sirven al público.

Destaca que el secreto para mantenerse durante tantos años en ese puesto es dedicación y mentalizarse que es la fuente de ingresos para sustentar a la familia, así mismo asegura que cuando está en su casa espera con ansias el día que le toca vender "para poder tener platita".

Comenta que hace más de cinco décadas empezó a vender, junto a otras señoras, al frente de donde hoy funciona su puesto, "después de que construyeron este mercado no apegamos con mis compañeras a este lugar donde estamos ahora".

Aún queda intacto el recuerdo de Juana, la trabajadora del hogar de Blanquita, quien le enseñó a preparar las diferentes variedades de la platos, cuando ella era muy jovencita.

La tradición queda en casa

Está casada con Ángel Victoria Núñez y tiene tres hijos, Yenni quien tiene una empresa de eventos y los varones Luis y Wilson que heredaron el gusto por la preparación de carnes de cerdo. El primero le ayuda a Blanca con la elaboración y distribución de los chicharrones a los salones de té y el segundo tiene su puesto en el mercado Los Pozos; ambos han permitido que esta labor se convierta en una tradición dentro de la familia.

Sostiene que su esposo le ayuda con este negocio y expresa su satisfacción porque gracias a tantos años de esfuerzo ahora puede ver los frutos. "Estoy contenta porque con este trabajo he podido construir casitas en tres lugares".



Platitos *Al paso y para llevar*

El asado colorao y el escabeche de cerdo son los platos más requeridos por el público, sin embargo, el enrollado, las negritas y el chicharrón son variedades que también se pueden encontrar en su puesto de venta, que acompañados de ensalada, mote, papa, yuca y ají, se convierte en una delicia para el paladar más exigente.

Un día antes de salir a vender prepara cada uno de los platos que oferta al público. Se encarga de comprar la carne, picarla, sazonarla y luego de elaborar el escabeche. Se levanta a las cuatro de la mañana para ultimar detalles y llegar a su puesto a las siete. Atiende de corrido hasta las ocho de la noche sirviendo y deleitando a su clientela.

El plato que requiere mayor tiempo de preparación es el escabeche. Se debe raspar el cuero, lavar varias veces, hacer hervir y retirar del fuego para nuevamente enjuagar de tres a cuatro veces, luego esperar a que enfríe para colocar vinagre y sal. Finalmente poner a la heladera.

Para el asadito se debe picar la carne de cerdo. En una olla colocar agua, sal y yerba buena, agregar la carne y dejar hervir. Posteriormente botar el agua y adobar la carne con urucú, condimentos a gusto y freír en manteca.



Urubó Centro

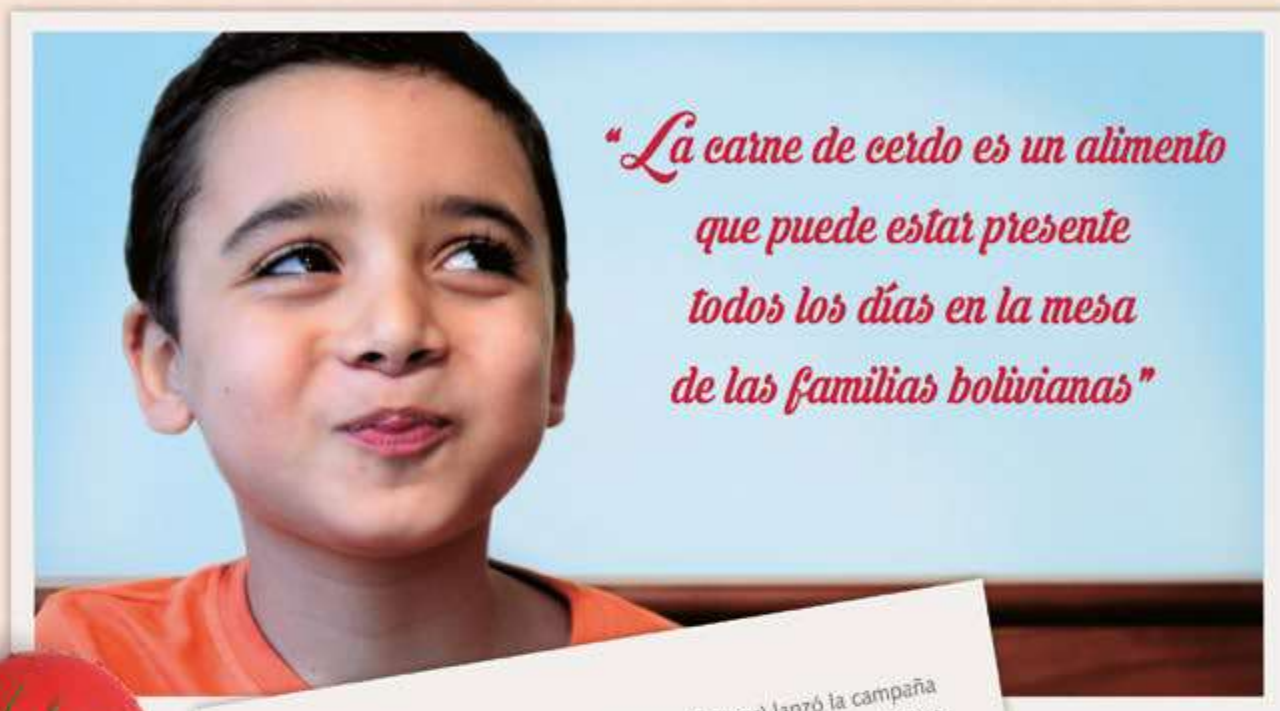
Vive el Sabor!

La Casa del Camba

Casa del Camba Urubó:
Lado de la entrada a la urb. Villa Bonita
Tef. (591-3)3703013

Casa del Camba Centro:
Av. Cristóbal de Mendoza # 1365
Telef. (591-3) 3427864 Fax. (591-3) 3435086

www.casadelcamba.com



“La carne de cerdo es un alimento que puede estar presente todos los días en la mesa de las familias bolivianas”

La Asociación de Porcicultores de Santa Cruz (Adepor) lanzó la campaña de incentivo al consumo de carne de cerdo denominada Hoy comemos cerdo, la misma que tendrá una duración de seis meses, de julio a diciembre de 2016, y que está dirigida a incentivar el consumo diario de la carne de cerdo en la hora del almuerzo o cena de los bolivianos y a lograr que se convierta en una de las preferidas por la población.

El presidente de Adepor Óscar Mario Justiniano dijo que esta campaña ha sido desarrollada pensando en las amas de casa, para que preparen platos tradicionales y prácticos con carne porcina, como el majadito, saice, chorrellana y milanesa, cuatro delicias que serán las protagonistas de la campaña. Las recetas de estos platos estarán presentes en los mercados, supermercados y medios de comunicación.

Otra de las acciones de esta campaña es la difusión de ‘pegajosos’ jingles radiales -que sin duda pondrán a cantar a más de un oyente-, y la viralización de videos por Facebook y YouTube que mostrarán la preparación rápida de estas cuatro recetas, para la degustación y el disfrute de todos los integrantes de la familia.

Para dar a conocer los beneficios de comer cerdo, nutricionistas visitarán programas de radio y televisión y porcicultores explicarán cómo se realiza la crianza de los animales en las granjas que están enmarcadas en normas de calidad y salubridad para conseguir una carne saludable por su bajo contenido en grasas y su alto valor nutricional.

HOY COMEMOS CERDO

¡y el resto de los días también!



Ingredientes

- 1 kg. de carne de cerdo cocida (preferentemente a la parrilla)
- 2 tazas de arroz
- 4 tazas de agua
- 5 cucharadas de aceite
- 1 cebolla picada
- 1 cola de cebollita camba
- 1 pimentón
- 2 tomates pelados y cortados en trozos pequeños
- 3 dientes de ajo molido
- 2 cucharadas de urucú
- 3 plátanos para freír
- 8 huevos
- Sal y pimienta a gusto

Majadito

Preparación

Cocer el lomo a la parrilla o al horno. Desmenuzar la carne y reservar.

En una olla con agua colocar 1 caldo de carne, añadir el arroz y hacerlo cocer.

Freír la carne desmenuzada con aceite caliente hasta que se dore. En una sartén aparte freír la cebolla, la cebollita camba, el pimentón, el tomate y agregar el aceite del urucú, ajo, sal y pimienta.

Cuando todo esté cocido, mezclar el arroz con la carne y las legumbres. Freír los huevos y los plátanos.

Servir el arroz con un huevo y dos lonjas de plátano frito, acompañados con ensalada de tomate y cebollita camba.





Saice



Ingredientes

- 1/2 kg. de carne de cerdo (pierna o lomo) molida o picada a cuchillo
- 5 tomates pelados
- 200 grs. de zanahorias
- 1/2 kg. de papa
- 1/2 taza de arvejas precocidas
- 1 cucharada de aji colorado molido y frito
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharadas de perejil picado
- 1 cucharada de pimentón molido
- 1 cebolla grande
- 1 lata de cerveza o chicha
- 1 cucharadita de orégano seco
- Ajo, comino, pimienta y sal a gusto

Preparación

Cortar las papas y las zanahorias en tintas y reservar. Picar la cebolla en corte pluma y el tomate en cuadraditos. Calentar el aceite de oliva en una sartén y saltear la cebolla.

Agregar las papas, las zanahorias, el tomate, aji y demás condimentos, mover y añadir la carne.

Dejar cocer hasta que suelte su jugo, echar luego la cerveza (se puede remplazar por chicha) y si hiciera falta agregar 1 taza de agua.

Después de 10 minutos de cocción, añadir las arvejas que fueron cocidas previamente.

Mezclar cuidadosamente y servir de inmediato con el arroz blanco y la ensalada de cebolla, perejil y tomate.



Milanesa

CORTE SUGERIDO:
LOMO DE CERDO

Preparación

Cortar bifes de 2 dedos de espesor, quitando cualquier nervadura o membrana que pudiese tener.

Golpear con un martillo para carnes hasta dejarlas delgadas, salpimentar, pasar por el pan molido, golpeando para que se adhiera, luego por el huevo con ajo y perejil.

Pasar otra vez por el pan molido, golpeando nuevamente; reservar en la heladera hasta freír.

Cocer las papas fritas crocantes y preparar una ensalada mixta de lechuga y tomate.

Freír la milanesa en abundante aceite hasta dorar y servirla acompañada de la papa y la ensalada.

Ingredientes

- 1 kg. de lomo o pierna de cerdo
- 500 grs. de pan molido
- 8 huevos
- 2 limones
- 4 papas
- 4 tomates
- 1 planta de lechuga
- Ajo, perejil, sal y pimienta a gusto



Chorrellana



CORTE SUGERIDO:
BONDIOLA DE CERDO



Ingredientes

- 1 kg. de bondiola de cerdo
- 2 cebollas
- 4 tomates
- 1 cucharada de mantequilla
- 1 copa de vino blanco
- 1 taza de arroz
- 500 grs. de yuca
- 1 locoto
- 2 cucharadas de aceite
- Sal y pimienta a gusto

Preparación

Cortar la bondiola en bifés de 2 dedos de espesor.
Cortar la cebolla y el tomate en pluma o tiritas para la chorrellana; colocar el aceite en la sartén y freír primero la cebolla hasta que esté dorada; luego agregar el tomate y saltear evitando que se deshaga.

Agregar el vino y dejar evaporar el alcohol, salpimentar y reservar.

Fritar la yuca y cocer el arroz blanco sólo con un poco de ajo y sal.
Poner los bifés en la plancha o grill con sal y cocer por ambos lados logrando un buen grillado.

Servir los bifés con la chorrellana, el arroz, la yuca crocante y un poco de llajua.

* La bondiola es la parte alta de la columna vertebral conocida como cogote.

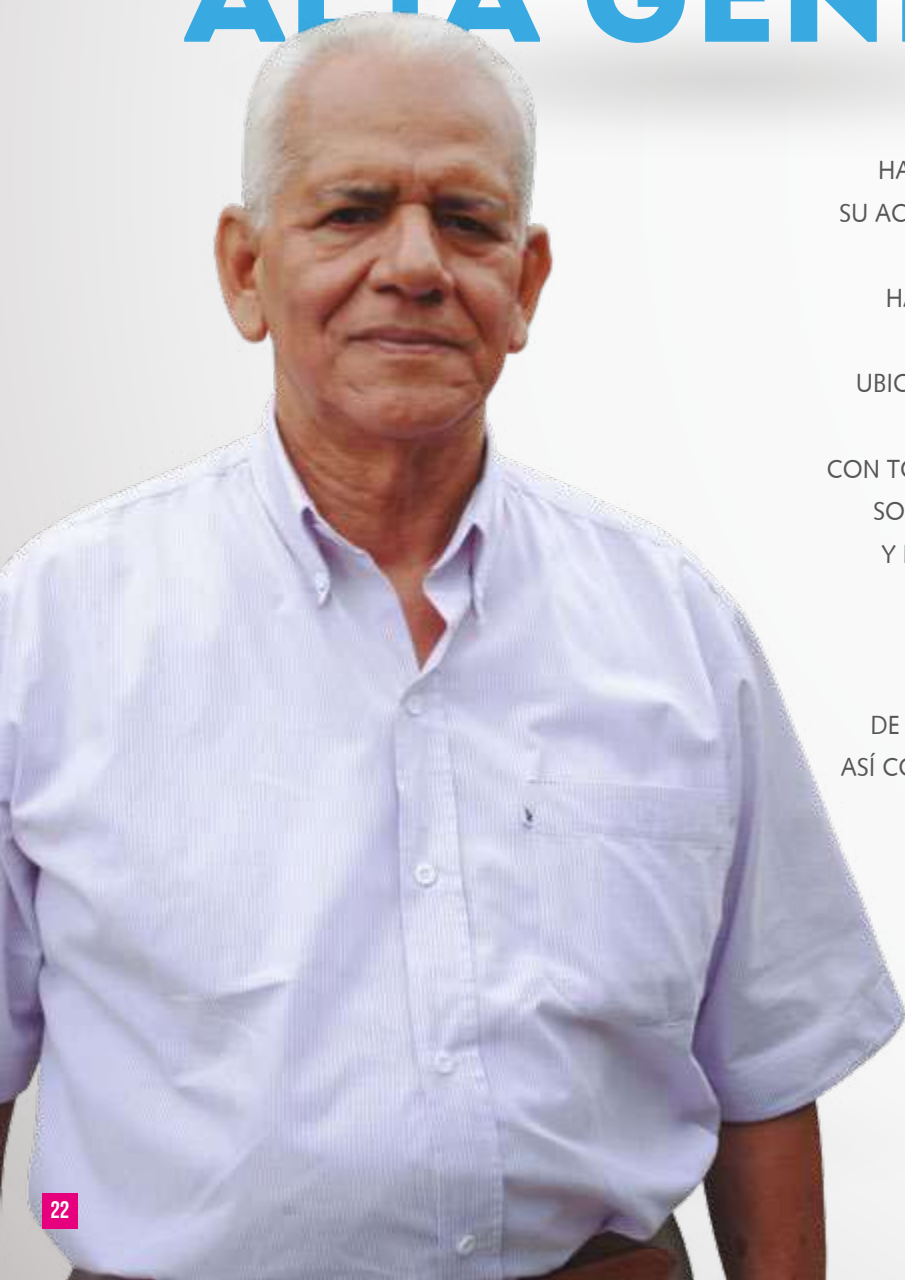


CADA CORTE
DE CERDO
ROMPE
LOS LIMITES
DEL SABOR



DOS DÉCADAS EN LA CRIANZA DE CERDOS

CARNE SABROSA Y SALUDABLE ES PRODUCTO DE EXPERIENCIA Y ALTA GENÉTICA



HACE 50 AÑOS QUE DON JOSÉ TOMASI INICIÓ SU ACTIVIDAD EN EL CAMPO DE LA AGRICULTURA CON LA PRODUCCIÓN CAÑERA Y DESDE HACE 20 QUE SE DEDICA A LA PORCICULTURA EN SU PROPIEDAD CRUZ DEL SUR, UBICADA EN EL MUNICIPIO GENERAL SAAVEDRA.

CON TODA ESTA VIVENCIA DE HOMBRE DE CAMPO SOBRE SUS HOMBROS, FRUTO DE DEDICACIÓN Y DE ESTAR EN PERMANENTE ACTUALIZACIÓN, ESTE PRODUCTOR SE HA CONVERTIDO EN UN PILAR MUY IMPORTANTE EN LA ASOCIACIÓN DEPARTAMENTAL DE PORCICULTORES DE SANTA CRUZ (ADEPOR), ASÍ COMO EN OTROS GREMIOS AGROPECUARIOS DE LOS QUE FORMA PARTE.

EN UNA CONVERSACIÓN AMENA NOS CUENTA CÓMO TRANSCURRE SU TRABAJO EN LA GRANJA, LOS DESAFÍOS QUE AFRONTA Y PORQUÉ RECOMIENDA EL CONSUMO DE LA CARNE DE CERDO.

¿QUÉ SIGNIFICA CRUZ DEL SUR EN SU VIDA?

La vida en la granja me apasiona, invierto mucho tiempo y recursos para que la producción de cerdos sea de calidad. El trabajo coordinado en equipo, mantener la estabilidad de la granja y una permanente actualización, son esenciales y me mantienen ocupado.

¿A QUÉ ATRIBUYE EL ÉXITO DE LA GRANJA CRUZ DEL SUR?

Desde el comienzo vengo utilizando la genética de cerdos PIC y con un proceso de mejoramiento hemos llegado a producir nuestras propias madres de la raza Camborough 1050, que son excelentes tanto en productividad como en producción de leche. Un convenio con PIC Chile ha hecho que en Cruz del Sur se reciba todo el asesoramiento para que la granja produzca sus propias madres.

¿QUÉ ES LO MÁS IMPORTANTE EN LA GRANJA?

Mantener el equilibrio de sus pilares de producción, genética, alimentación, manejo de infraestructura, esto es indispensable; es como una mesa que necesita cuatro patas para estar equilibrada. Dentro del proceso de producción hay que destacar que el eje de una granja es la reproducción; si no hay lechones no hay maternidad, no hay engorde, la reproducción es el punto neurálgico de una granja.

También es muy importante mantenerse siempre atento a todos los progresos en genética y tecnificar al personal para que aprendan el manejo de la porcicultura de manera eficiente y con el mayor cuidado. Esto le da eficiencia y eficacia a la granja.

EN LOS ÚLTIMOS AÑOS HA AUMENTADO EL CONSUMO DE CARNE DE CERDO, ¿A QUÉ ATRIBUYE USTED ESTA SITUACIÓN?

Comer carne de cerdo de granja es muy beneficioso para la salud de las personas y diversos estudios así lo revelan: cien gramos de porción comestible de cerdo aporta menos calorías y grasas totales que la misma porción de carne de pollo o de vaca. La carne porcina tiene un alto contenido nutricional y es fuente de muchas propiedades vitamínicas. Con toda confianza recomiendo a todas las familias cruceñas y bolivianas que la incluyan en su alimentación cotidiana.

¿QUÉ TIENE PROYECTADO PARA LA GRANJA EN ESTE AÑO?

El trabajo es muy intenso en la granja, siempre estamos buscando los mejores rendimientos y nos ocupamos de una permanente capacitación para una mayor productividad en cuanto a la calidad y precocidad de los cerdos. Considero que estamos muy cerca de los países vecinos como Chile, Brasil y Argentina, estamos satisfechos, pero seguimos trabajando. Queremos seguir creciendo. Actualmente tenemos 800 madres y la meta es llegar a 2.000. Vamos a modernizar la

infraestructura completando la ampliación y automatización en el área de engorde y pronto implementaremos una nueva granja a un par de kilómetros de Cruz del Sur.

PARA UNA BUENA ALIMENTACIÓN, EQUILIBRADA Y NUTRITIVA, HAY QUE INCLUIR LA CARNE DE CERDO DE GRANJA EN LA DIETA COTIDIANA DE LA FAMILIA

BIENVENIDOS A LA GRANJA CRUZ DEL SUR

EN ESTA GRANJA DESTACA LA LIMPIEZA EXTREMA Y LA AUTOMATIZACIÓN EN EL PROCESO DE ENGORDE. TODO ESTÁ DISEÑADO PARA QUE LOS CERDOS VIVAN EN UN AMBIENTE CONFORTABLE Y SIN ESTRÉS.

A tempranas horas del día todos están listos para comenzar la jornada. El trabajo es intenso en la granja, cada uno está preparado para desarrollar su tarea cotidiana con la precisión de un relojero en un ambiente colaborativo. El objetivo de todo el equipo es obtener los mejores rendimientos para una mayor productividad, pues ahí está el secreto de las granjas que saben de su oficio.

Para vivir la experiencia del productor en la Granja Cruz del Sur, CON SABOR recorrió 72 kilómetros desde Santa Cruz hasta la localidad Pico de Monte, en el Municipio General Saavedra. Despertamos muy temprano, a las 5 de la mañana. Pasado el primer control sanitario quedamos impresionados por la modernidad y limpieza de la granja con su sistema automatizado de tolvas para la alimentación, el suministro permanente de agua, sus aislantes térmicos y otros detalles que demuestran que la granja está muy bien cuidada.

Desde hace 20 años, la granja Cruz del Sur de José Tomasi produce cerdos de alta genética, desarrollando un trabajo planificado y controlado.

El proceso de producción comienza en el laboratorio, que fue nuestra primera parada del recorrido, luego pasamos por los galpones de gestación, maternidad, cría, recría y engorde, donde los cerdos permanecen hasta que alcanzan el peso óptimo para la venta.

“Nosotros tenemos nuestro propio laboratorio para realizar la inseminación artificial, todo el proceso lo hacemos aquí, el parto es asistido y tanto la cerda como las crías reciben la mejor atención. Hacemos todo para evitar que se estresen y que se acaloren. Una buena producción depende mucho del plantel de técnicos calificados y un buen manejo sanitario”, dijo Tomasi.

EL PROCESO PRODUCTIVO DE UN CERDO DURA ENTRE 140 Y 160 DÍAS, TODO DEPENDERÁ DEL PESO ÓPTIMO DE VENTAS QUE SE QUIERA ALCANZAR.

Cruz del Sur es una granja de ciclo completo que funciona desde 1996. Produce cerdos de calidad, desde la reproducción hasta el engorde y genera fuentes de trabajo para 40 personas.

Actualmente las 800 madres con las que cuenta producen 1.600 cerdos al mes, con un promedio de 13,5 nacidos vivos por parto, lo que demuestra que el nivel de productividad alcanzado es muy bueno para los índices locales. La meta para finales de 2016 es crecer hasta 2.000 madres.

La mitad de la producción de la granja se comercializa en Santa Cruz, el saldo va a los mercados de La Paz y Cochabamba.



LABORATORIO: Cruz del Sur cuenta con un moderno laboratorio en el que se extrae, almacena y conserva el semen que es utilizado para la inseminación de las cerdas en celo.



PLANTA DE ALIMENTO: La granja cuenta con su propia planta de alimento balanceado que produce lo necesario para alimentar a los aproximadamente 1.600 cerdos, según su edad.



01

• INSEMINACIÓN

Un técnico especializado retira el semen del padrillo, lo analiza y lo diluye. El semen debe mantenerse entre los 15 y 18 °C.

GESTACIÓN •

02

Después de la inseminación que dura entre 4 y 5 minutos, las cerdas permanecen 4 meses en el área de gestación.



03

• MATERNIDAD

Aproximadamente una semana antes de dar a luz, las cerdas son llevadas a la maternidad. El parto puede durar hasta 6 horas.



04

• CRÍA •

Los lechones son alimentados durante 20 o 25 días en un espacio bajo vigilancia médica y sanitaria permanente.



05

• RECRÍA

Después del destete los lechones pasan a recría, hasta los 70 días. Aquí se evita el estrés y se mantiene la temperatura en 28/29 °C.



06

• ENGORDE •

Un cerdo de alto rendimiento puede ganar 750 gramos diarios de peso y llegar a pesar 110 kg en 23 semanas aprox., antes de salir al mercado.





Angie Sandino
LIFE & HEALTH COACHING
angie_sandino@yahoo.com.mx

¡Hola! ¿Cómo estás? Espero que con una actitud muy positiva para lograr todos tus propósitos.

Si entre tus metas hay una especialmente dedicada a bajar de peso, para regresar a tu peso normal luego de los excesos de la época de invierno, para por fin deshacerte de esos cuantos kilos que vienes trayendo contigo ya desde hace mucho tiempo, ¡alégrate! Aquí van estos 5 pasos que te ayudarán a cumplir con tan desafiante objetivo:

#1 · ADIÓS A TODO LO QUE ENGORDA

Revisa en toda tu casa, especialmente en la despensa y en el refrigerador qué calidad nutricional de alimentos tienes ahí. Si tienes guardada comida congelada, chocolates y bebidas gaseosas o con alcohol, es hora de dejarlas ir.

#2 · BIENVENIDO LO NUTRITIVO

Abastece tu despensa y refrigerador de alimentos de alto valor nutricional, como ser: frutas, verduras, huevos, lácteos bajos en grasa y lactosa, granos enteros (avena, pan de granos lo más artesanal posible), carnes magras (con un mínimo de grasa). Intenta comer abundancia de verduras más dos porciones de proteína (lácteos, huevo, carne), dos porciones de fruta y dos de granos enteros por día.

#3 · NADA CON EXCESO

Por favor, así lo escuches entre tus amistades, o sea el tema de conversación en tu oficina, no intentes someterte a dietas estrictas, que seguramente te harán bajar de peso pero dañarán tu organismo y te harán recuperar tu sobrepeso más adelante, cuando las hayas dejado.

#4 · ¡¡IMPORTANTE! ACTIVIDAD FÍSICA

Para que tu adelgazamiento sea realmente saludable debes acompañar tu nutrición con un esquema de ejercicios que ayude a quemar efectivamente la grasa y te moldee el cuerpo mientras vas perdiendo kilos. No es necesario que te entrenes para correr un maratón, lo importante es que comiences a moverte y elijas al menos 30 minutos de ejercicios moderados (bailar, nadar, caminar, andar en bicicleta) 4 o 5 días a la semana.

#5 · EL LÍQUIDO ES VITAL

Por último, pero no menos importante, incluye en tu día al menos dos litros de líquido, vigilando que al menos tres vasos sean de agua pura, el resto puedes complementarlo tomando uno a dos jugos de frutas y verduras, mates y ocasionalmente café. Eso sí, evita por completo el consumo de gaseosas.

¡Éxitos!
Angie



CHICHARRÓN X KILO CORP.

Más que un lugar, una familia

Ya son 5 años de hacer hasta lo imposible para complacer a una clientela con un paladar exigente.

Nace en septiembre del 2012 una idea, un emprendimiento poco común, una idea familiar que cambiaría la ciudad y la mesa de todos los paceños y muy pronto de los Bolivianos.

En 2015 logramos consolidar alianzas estratégicas, para no solo ofrecerle un servicio sino además una garantía y el valor de la calidad de carne que usted se está sirviendo, promocionando así el consumo de la carne de cerdo Boliviana.

Ven te esperamos en nuestras 2 direcciones:
Av. Busch esq. Panamá · Miraflores
Hector Ormachea, entre Calle 0 · Obrajes
Tel. 2913420 · 701 28759 · 701 28739

CH X K logo and Facebook icon with text 'chicharron x kilo'

HOY COMEMOS CERDO

¡y el resto de los días también!

SELLO ADEFOK

Me encanta

LA CERDITA PEGGY



UN ÍCONO DE LA CULTURA POP

Miss Piggy, personaje de "Los Muppets", es un ícono a nivel mundial considerada como símbolo de liderazgo femenino, diva, estrella de cine y teatro, uno de los personajes femeninos más extraordinarios. Ella ha marcado tendencia y entretenido a su público por más de 40 años con determinación y humor en todas sus presentaciones. Además es encantadora, coqueta, aunque algo rimbombante, sabe lo que quiere y no tiene miedo de luchar por ello. Así es la Cerdita Peggy. Ahora es tu oportunidad de conocerla en esta entrevista.

¿Quién es Miss Piggy o la Señorita Peggy?

La señorita Piggy es una estrella de Hollywood (risas). Me considero a mí misma como una actriz profesional, gran cantante y además amante del karate. Me encanta el modelaje, el tap dance, nadar y soy muy buena conduciendo, desde una motocicleta hasta camiones.

¿Cuándo y cómo inició su carrera?

Bueno, la inicié en 1971 en la obra de teatro "Plaza Sésamo" de los Muppets; mi primera aparición en la televisión fue el 13 de octubre de 1974 y un año después entré al coro de "El Show de los Muppets", en un sketch llamado "Volver bajo el planeta de los cerdos", pero fue en 1976 cuando se inició el Show de los Muppets que mi carrera se disparó permitiéndome salir en varios programas de televisión con personas muy famosas, he cantado junto a los Jonas Brothers o Ashley Tisdale, además de haber sido portada de innumerables revistas y me imagino que en ésta también estaré (risas). También he escrito un libro titulado "Miss Piggy's Guide to Life", que estuvo 29 semanas en lo más alto de lista de los más vendidos en el New York Times.

ACERCA DE LA CERDITA PEGGY

Nombre completo: Piggy Lee

Cumpleaños: 26 de mayo

Significado del nombre: Piggy es la abreviatura de "Pigathius" palabra griega que significa "río de la pasión", otra versión afirma que su nombre es en realidad la versión más femenina del sonido de Pigathius, "Pigathia".

Mascota: Un caniche llamado Foo-Foo.

Perfume: Moi.

Emprendimientos: Creó su propia línea de maquillaje para la marca MAC.

Su titiritero y creador: Frank Oz.



LAS CONFESIONES DE MISS PIGGY

Su secreto mejor guardado

"Llevo peluca, tengo 18 cajas de pelucas"

De qué está orgullosa

"Estoy orgullosa de mi pasado. Moi estaba sola, era soltera e hice lo que pude. Mi primer trabajo fue en un centro comercial vendiendo guantes. Como modelo, también tuve que posar para ciertos anuncios "incómodos", por ejemplo para una marca de bacon (tocino). Hay momentos en la vida de una mujer en los que tiene que hacer lo que tiene que hacer".

Sobre lo que piensa la gente

"No me importa nada lo que piensen de mí, a menos que digan que soy impresionante. En ese caso, están en lo cierto"

¿Cómo está en amores Miss Piggy?, vimos en su sitio oficial de twitter que habías terminado tu relación con Kermit the Frog, también conocido como la Rana René, ¿es cierto esto?

La verdad que sí, desde el año pasado que decidimos separarnos, hemos pasado por innumerables crisis, a pesar de las prácticas de karate con él, el amor entre ambos continuaba. Pero como dice Gustavo, tras pensarlo cuidadosamente con calma y considerables riñas, hemos tomado la difícil decisión de terminar nuestra relación amorosa. Continuaremos trabajando juntos en el show de televisión de Los Muppets y en todos los medios de comunicación conocidos actualmente o que determinemos en un futuro, en perpetuidad, a través del universo. Sin embargo, nuestras vidas personales ahora han tomado distintos caminos, y nos veremos con otras personas, cerdos, ranas, o lo que sea.

¿Cómo mantiene su dieta Miss Piggy?

Nunca como nada de más que no pueda levantar con mis patas, como dije una vez en una entrevista, mi talla "plus" significa "un extra de glamour, no es que esté gorda porque no lo estoy, amo mi cuerpo y mi voluptuosidad. Creo que el estilo viene en todas las tallas: cuanto más grande eres, más estilo tienes. Hago deporte e incluso grabé mi propio álbum de aeróbic al estilo de Jane Fonda, Miss Piggy's Aerobique Exercise Workout Album, con el gran hit Snackexercise.

Y para terminar, ¿qué proyectos futuros tiene la cerdita Peggy?

Desde el 5 de noviembre de 2015 que estamos saliendo en el nuevo programa de "Los Muppets", dirigido por la cadena televisiva ABC, para un público más adulto. Se trata de un falso documental en el que interpreto a la presentadora de un programa de televisión del que René es el productor ejecutivo.

NOTICIAS



PORCICULTORES TUVIERON SU 'JUNTE' MENSUAL

La Asociación de Porcicultores de Santa Cruz (ADEPOR) reunió a sus afiliados en la Casa del Cebú de la Feria Exposición para confraternizar y abordar temas de interés para el sector. Un exquisito churrasco de cerdo de diferentes cortes -lomo, costilla y chuleta- fue el plato fuerte de la noche, acompañado de diferentes guarniciones que se convirtieron en el deleite de los presentes.



BOLIVIA YA TIENE PROGRAMA PARA ERRADICAR LA PESTE PORCINA CLÁSICA

El Servicio Nacional de Sanidad Agropecuaria (SENASAG) presentó el Programa Nacional de Control y Erradicación de la Peste Porcina Clásica en Bolivia, que permitirá luchar contra esta enfermedad para obtener el estatus sanitario que exige la Organización Internacional de Sanidad Animal (OIE) para que los porcicultores puedan exportar carne de cerdo.



SOCIOS ACTIVOS YA TIENEN EN SUS MANOS LA TARJETA DE ADEPOR

Productores afiliados a Adepor recibieron su Tarjeta de Beneficios que les permite tener muchas ventajas, gracias a las gestiones contantes que realiza la asociación en favor de sus afiliados. Como resultado de estas acciones son los convenios con instituciones y casas comerciales para que los porcicultores obtengan descuentos para la compra de insumos, fármacos y equipos para sus granjas.



Pasá a conocer nuestros Productos

- 👑 Mortadela con Jamón
- 👑 Mortadela Cazador
- 👑 Jamón Sandwichero
- 👑 Chorizo Especial
- 👑 Chorizo Criollo
- 👑 Chorizo Criollo Picante
- 👑 Salchicha Viena
- 👑 Salchicha Frankfurt
- 👑 Queso de cerdo



Elaborado por
LA PORCINA

Avenida Cristobal de Mendoza # 67
Telfs: 342 1477 - 331 8894

100% CERDO

PUNTOS DE VENTA:
IC Norte, Tia Ventura Mall, Tia 24 de Septiembre, Hipermaxi Norte, Supercenter, Las Palmas, Roca y Coronado y Equipetrol



✿ imprimí con nosotros!!!



ARTE Y COLOR SRL

Calle Magdalena 2080
Telf.: 3460909 - 3460208
info@arteycolorsr.com
www.arteycolorsr.com
Santa Cruz - Bolivia



CON SABOR UNA REVISTA QUE DESTACA EL ESFUERZO DE HOMBRES Y MUJERES QUE TRABAJAN Y LUCHAN POR SALIR ADELANTE CON ESFUERZO PROPIO, QUE MARCAN LA DIFERENCIA Y APORTAN AL PAÍS.

CON

SABOR

Una revista para todos

Nuestra primera experiencia fue todo un éxito, Con Sabor quiere llegar a todos y dar a conocer lo delicioso, divertido y positivo de las bondades de la carne de cerdo. Gracias a todos los que nos apoyaron y abrieron sus puertas para leer nuestras primeras líneas.

LA RAMADA



MUTUALISTA



ABASTO



DON
Cerdo

◀ Jamón
Sandwichero

◀ Mortadela
Jamonada

◀ Queso
de Cerdo

El Parrillero ▶
*Chorizo
precocido*



LA MEJOR CARNE DE CERDO SE ENCUENTRA EN...

Los mejores cortes y embutidos de carne de cerdo, listos para utilizar en la parrilla,
en la cocina o simplemente para consumir.
Marcas de prestigio y calidad garantizada, aquí en nuestra Guía Con Sabor.



En Sofía se confía

Parque industrial, Mz. 7.
Telf.: 346-2717 / info@avicolasofia.com

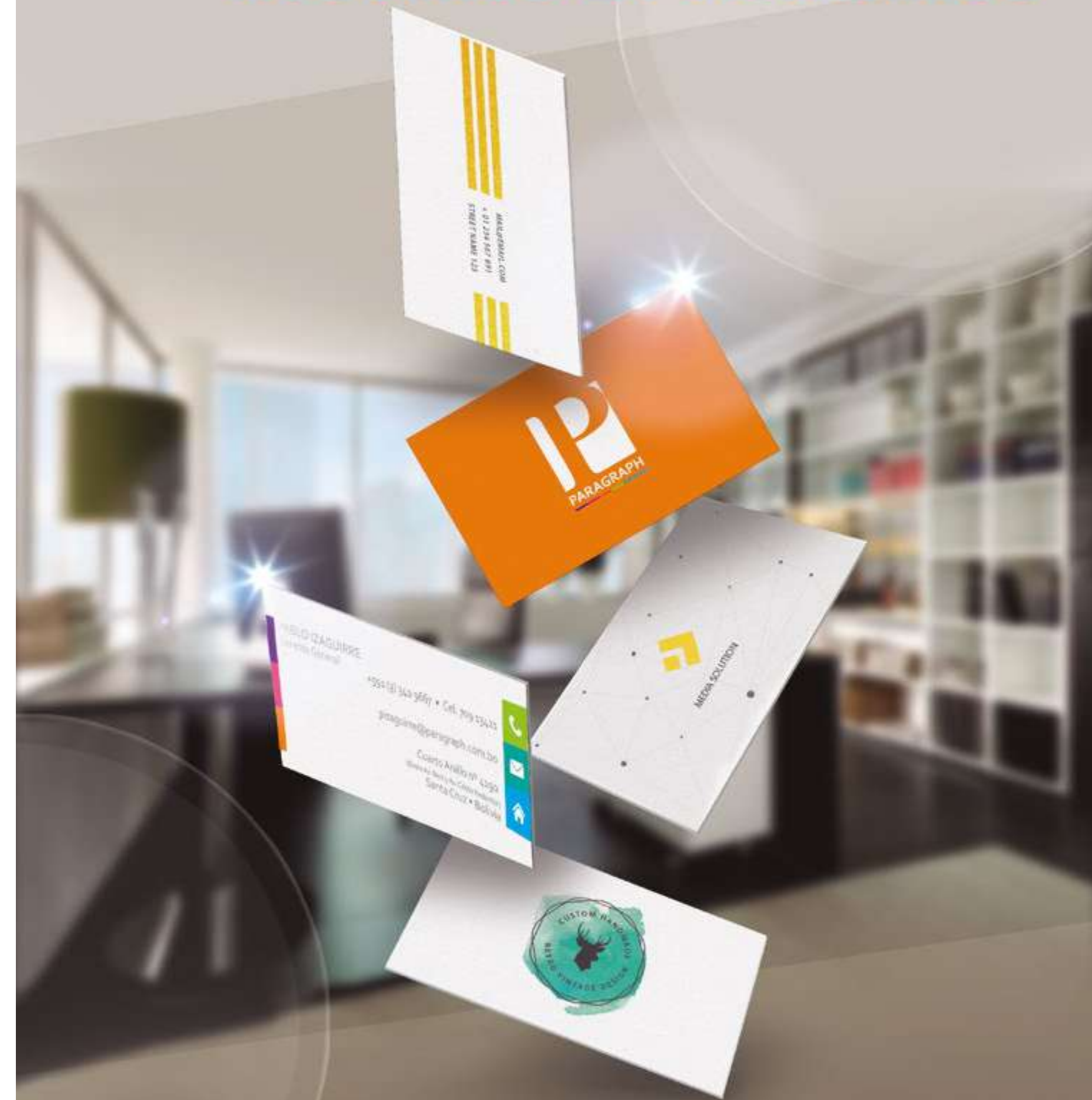


Av. Brasil, C. Ángel Chávez # 540.
Telf.: 349-3605 / 785-12576 / 785-68982



2° anillo, Av. Cristobal de Mendoza #67.
Telf.: 342-1477 / info@laporcina.com


¿Necesitás papelería? NOSOTROS LA DISEÑAMOS



ADEMÁS TE PRESENTAMOS LAS MEJORES OPCIONES EN IMPRENTA

Tel.: 342-9667

info@paragraph.com.bo

 /ParagraphEdicionesyPublicidad

4° Anillo #4190, entre Av. Beni y Av. Banzer

Disfruta
más,
Cocina
menos



NUEVA LÍNEA GOURMET DE SIMPLE PREPARACIÓN

Yo Chef
DISFRUTA MÁS, COCINA MENOS
Sofía