

# **Cosechan la “cebadilla criolla” para su utilización en alimentos agroecológicos**

22/11/2022



*Bromus unioloides* (cebadilla criolla) es una gramínea cespitosa y perenne que es endémica de Suramérica y que en San Rafael se puede encontrar en muchos puntos del departamento.

Si bien no es muy conocida por sus propiedades gastronómicas, desde el grupo Oasis del Sur y la firma local Biorigen la están utilizando para la elaboración de alimentos

agroecológicos.

Desde el grupo contaron que están realizando la “recolección de cebadilla criolla y aprovisionando a biorigen para preparar comida consciente”

“Está madurando, y hay cantidad impresionante para recolectar y usar en la preparación de platos altamente nutritivos, sea en grano o como harina”, explicaron sobre la utilización de esta planta

Sobre sus beneficios, indicaron que es “rica en vitaminas A, B, C, D, gluten y fibras, hace tiempo se ocupa como forraje, pero eso no excluye su uso en nuestra cocina; al contrario. Por sus propiedades produce saciedad, lo que significa utilizar menos cantidad en la preparación de nuestros platos”.