



Cereale antichissimo, l'amaranto costituiva la base dell'alimentazione di incas, maya e atzechi già tremila anni fa. Le civiltà centroamericane lo veneravano e gli attribuivano forze misteriose. Per le sue connessioni con la magia i conquistadores spagnoli ne vietarono la coltivazione punendo con il taglio della mano chi lo commerciava. Con lo sterminio di queste civiltà, anche l'amaranto scomparve quasi del tutto. Riprendendo l'antica tradizione, gli agricoltori boliviani coltivano questa pianta tra i 2500 e i 3300 metri sul livello del mare. Resistente anche nelle più difficili condizioni climatiche, questa varietà di amaranto é originaria della Valle del Tarija, regione al confine con l'Argentina.

E' un cereale molto versatile, può essere infatti usato in insalata, con verdure cotte o crude, in zuppe al posto della pasta, tostato lo si può aggiungere allo yogurth insieme a noci, fiocchi di avena, mandorle per ottenere un ricco muesli. Macinandolo si ottiene una farina con la quale si possono preparare dolci, pane, biscotti. L'amaranto bianco é particolarmente adatto per preparare crocchette e sformati; ma la varietà rossa é ugualmente prelibata.

L'amaranto distribuito in Italia da Commercio Alternativo é coltivato da una cooperativa di agricoltori boliviani, APT-CH (Association Departemental de Productores de Trigo Chuquisaca) che fa parte di CIOEC-B, un coordinamento di piccole cooperative di produttori. Attivo dal 1991, CIOEC-B rappresenta a livello nazionale ed internazionale le organizzazioni economiche contadine di base (OECAs), ne promuove lo sviluppo tecnico, politico ed economico al fine di renderle competitive sul mercato, ne incentiva la crescita all'insegna dei principi di equità, sostenibilità e integrazione.