Latvijā valriekstus audzē sen, Kurzemē šie koki periodiski ražo arī ēdamus augļus.

Barības vielu vērtības ziņā šie rieksti pārspēj

maizi- 3 reizes,

gaļu – 4 reizes,

kartupeļus – 7 reizes,

pienu – 15 reizes.