**IDEAS PARA DISEÑO**

* Botón de **COMPRA AQUI** que redirija a WhatsApp

1. **PROYECTO SIMBIOSIS SAS**

**SOMOS** una empresa dedicada a la producción y comercialización de orellana fresca y transformada desde el 2020. Ofrecemos alternativas de nutrición proteica de origen no animal, a través de un proceso sostenible. Protegemos la relación simbiótica entre la necesidad de alimentación de los humanos y la salud de los ecosistemas.

1. **NUESTRO IMPACTO**

“MAS SIMBIONTES MENOS PARASITOS”

Transformamos residuos agroindustriales en alimento sano de gran valor nutricional y culinario.

Servicio de valor agregado a sustratos de desecho agroindustrial locales.

Generamos empleo formal, en la ruralidad e innovamos en la producción de alimentos para el consumo responsable.

**PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS DE LA ORELLANA**

La orellana (Pleurotus sp.) es un hongo comestible que se caracteriza por desarrollar altos contenidos de proteína, según el sustrato empleado para su cultivo, alcanzando valores que fluctúan entre 10 y 30% expresados como cantidades en base seca.

Son una fuente potencial de alimentación y apoyo al sistema inmunitario debido a su contenido de:

* Aminoácidos (riboflavina, tiamina, niacina, entre otros)
* Vitaminas
* Fibra
* Minerales (potasio, hierro, selenio, cobre entre otros

Las orellanas contienen un tipo de fibra conocida como beta-glucano, que ha demostrado reducir los niveles de colesterol. Además, se describen propiedades antivirales y antinflamatorias.

“Cultivamos hábitos sanos para comunidades resilientes, teniendo en cuenta la importancia de la nutrición en la prevención de enfermedades crónicas, y su consecuencia en la salud pública”

1. **NUESTROS PRODUCTOS**

* **ORELLANA FRESCA**

En diversas presentaciones (250 gr, 500 gr, 1000 gr) empacadas en bandeja de almidón de maíz o bandeja de cartón biodegradable.

* **KIT DE AUTOCULTIVO**

Es una experiencia de autocultivo de orellana en casa, podrás cuidar y disfrutar su cosecha cuando esté lista. Obtendrás una cosecha aproximada de 500 gramos, en varias recolecciones dependiendo del seguimiento de las instrucciones proporcionadas, además de un poco de paciencia, esperanza y amor.

* **ANTIPASTO DE ORELLANA**

Mezcla untable a base de vegetales, quinoa, orellana y especias. Es la mezcla perfecta para compartir en espacios formales e informales, para complementar tu almuerzo o para salir de apuros cuando tienes hambre

1. **CONTACTO**

Whatsapp (+57) 3209750070

Instagram y Facebook @proy.simbiosis

Correo: [simbiosis.comercial@gmail.com](mailto:simbiosis.comercial@gmail.com)

¿EN DONDE ESTAMOS?

Ubicar un mapa o gráfico (Duitama, Sogamoso, Tibasosa, Nobsa Paipa y Tunja)

RE-SETAS

La orellana tiene excelentes propiedades culinarias entre las que están un aroma único y sabor delicado que puede ser usado en diversos platos, como entrada o guarnición o como parte del plato fuerte.

Recomendación: Estos hongos no deben lavarse ni cocinarse en agua por lago tiempo. Solamente se deben limpiar con un paño húmedo si se nota alguna impureza. Generalmente se sofríen en cualquier tipo de grasa (Mantequilla o aceite de cualquier tipo) antes de ser usadas en cualquier preparación.

Las recetas aquí desarrolladas también pueden ser modificadas al gusto

**HOGAO CON ORELLANA**

½ libra de orellanas

3 cebollas cabezonas

1 gajo de cebolla en rama

3 tomates

1 pimentón

4 dientes de ajo

Aceite o mantequilla

sal

perejil

Preparación:

Picar los vegetales y orellanas en trozos pequeños (Brunoise 0,5 cm). Freír durante 5 minutos los vegetales agregando en orden: Cebolla, pimentón, tomate y ajo. Luego añadir las orellanas y freir durante 10 minutos mas, añadir sal, pimienta y perejil