



Ambrosía Alimentos. Producción sustentable, agroecológica y biodinámica de lácteos con valor colectivo

Participante: Leyda Pérez

Creadora de Ambrosía Alimentos

Entrevistadora: María Eugenia Acosta

Hace ocho (8) años Leyda Pérez, proveniente de Caracas, cumple su sueño de comprar una finca en la comunidad de La Joya, estado Mérida; donde desarrolla su vida y aprovecha de sustentar a su familia con agroinsumos cosechados y producidos en su finca y alrededores. Entre ellos la leche fresca, recién ordeñada, la cual utiliza para hacer productos derivados, en especial yogurt.

Para ese momento, su hijo padecía de intolerancias lácteas, por lo que tuvo que suprimírselos desde muy pequeño. Sin embargo, comenzó a darle el yogurt que estaba haciendo y notó que no le producía daños, que los síntomas habían desaparecido. Desde entonces, se ha dedicado a investigar sobre las propiedades de la leche fresca de pastoreo, sus beneficios y el procesamiento efectivo para la conservación de la microbiota que aporta nutrientes y evita efectos colaterales al ser consumida.

Ya para el año 2017, emprende el procesamiento de lácteos como actividad económica formal, con la venta de yogures en ferias para el impulso de la producción agroecológica en Mérida, de allí nace Ambrosía Alimentos, proyecto familiar que promueve la ganadería biológica de libre pastoreo como fuente de probióticos, ideal para la reinducción de lácteos y alimentación consciente.

Manejo y principios de elaboración de sus productos

Ambrosía Alimentos es un emprendimiento dedicado a la producción de lácteos fermentados de ganadería de libre pastoreo, cuya motivación principal es el estudio de cómo deben ser consumidos para el aprovechamiento y optimización de sus propiedades, como alternativa a los lácteos que existen en el mercado, pues la leche es un alimento que contiene un microbioma fundamental para nuestro cuerpo, capaz de no solo nutrir, sino de fortalecer el sistema inmunológico, ya que gran parte de las enfermedades que nos aquejan hoy en día se deben a la industrialización, a los alimentos que consumimos que están cultivados con agrotóxicos y también al ambiente en el que nos desarrollamos.

Sus productos son elaborados con prácticas biodinámicas sostenibles para el planeta, las comunidades y las familias. Por ello, se hace necesario cuidar todo el proceso para la obtención de la leche; que consiste, en primer lugar, en seleccionar bovinas de raza mestiza o criolla, pues esta raza es ideal, ya que su producción es clasificada como A2, la cual no



Figura 1. Logo de Ambrosía Alimentos.
Fuente: Leyda Pérez (2019).



contiene beta-caseína A1 (factor que está asociado a las alteraciones e intolerancias del sistema inmunológico) y que asegura un mejor comportamiento de su estructura proteica con aminoácidos que se entrelazan y no se separan al momento de procesarla, lo que la hace inocua, nutritiva y digerible para el organismo humano.



Figura 2. Ganado de raza mestiza o criolla pastando.
Fuente: Leyda Pérez (2020).

En segundo lugar, se promueve el concepto de la ganadería lechera regenerativa de pastoreo, la cual es capaz de recuperar suelos para la agricultura natural; ya que desde el alimento que les dan a las vacas, se cultiva o se empieza a cultivar la microbiota que va a tener la materia prima y los productos que de allí provienen; alimentos sanos y ricos en nutrientes. Durante el proceso de cría de las bovinas se cuida su saneamiento, la calidad del alimento que consumen, la siembra y cuidado que se le da al pasto, la sal y la melaza u otro tipo de sustento para complementar la alimentación, la rotación en el consumo, entre otros aspectos importantes para la cría; ya que en la medida en la que los suelos están ricos en nutrientes, el pasto

va a tener las condiciones necesarias para que los productos lácteos cumplan los requerimientos exigidos.

En tercer lugar, para el proceso de ordeño, es necesario supervisar que las ubres estén bien lavadas, con agua de sal y vinagre, que el envase de recolección esté esterilizado y que se vigile la asepsia para la obtención de la materia prima.



Figura 3. Proceso de ordeño.
Fuente: Leyda Pérez (2020).

Posteriormente, al obtener la leche, el siguiente paso es la fermentación ácido láctica con recetas ancestrales, pues durante miles de años las culturas han fermentado la leche para mejorar su sabor, que sea más fácil de digerir y de conservar; proceso que genera una bacteria llamada *Lactobacillus bulgaricus* la cual es ampliamente conocida en la producción del yogurt. En algunos casos, dicha fermentación se hace en conjunto con recetas industrializadas que incluyen la pasteurización con manejo de temperatura, como práctica saludable para regenerar la flora bacteriana, evitar alergias y aumentar el sistema inmunológico, entre otros beneficios.



Finalmente, se obtiene la producción de diversos productos lácteos saludables con los más altos estándares de calidad, tales como yogurt firme natural descremado, yogurt griego (sin caseína), yogurt griego keefirado (sin lactosa ni caseína), mantequilla clarificada o ghee (sin lactosa ni caseína), mantequilla acidificada, queso duro de yogurt y queso de yogurt madurado en aceite de oliva, entre otros que se han ido incorporando a la variedad de productos que se ofrecen con miras a consolidar la marca y por supuesto a la futura exportación.



Figura 4. Leyda Pérez mostrando los productos de Ambrosía Alimentos.

Fuente: Leyda Pérez (2021).

Además de ello, con la intención de replicar la experiencia y transmitir los conocimientos adquiridos durante todo este tiempo de producción, desde este año Leyda Pérez ofrece talleres de manejo de lácteos de pastoreo, grasas lácteas y recetas de fermentación ácido láctica.

Asesoría y promoción de la ganadería lechera biodinámica de libre pastoreo

Como parte de los principios de elaboración de los



Figura 5. Leyda Pérez mostrando el procesamiento de lácteos.

Fuente: Leyda Pérez (2022).

productos de Ambrosía Alimentos, Leyda Pérez es promotora de la ganadería lechera biodinámica de libre pastoreo, ofreciendo asesoría continua a sus proveedores en torno al manejo animal y cómo debe hacerse el ordeño, para obtener la materia prima con las mejores propiedades para el consumo humano.

Es por ello, que se ha agrupado con la comunidad de productores para el fortalecimiento de estas prácticas, con la intención de que en las granjas familiares se establezca y se desarrolle la cría de razas locales antiguas, que no tienen modificaciones genéticas y producen leche tipo A2, para de esta forma potenciar la producción de leche ya que los lácteos no son dañinos, su fama es debido al mal manejo, la pasteurización e industrialización de la leche.

Así mismo, esta labor puede tomarse como una oportunidad para incursionar en el mundo de la ganadería consiente y regenerativa, pues tiene mucho potencial para apuntar hacia el mejor desarrollo de productos que tengan un impacto y difusión de buenas



prácticas ganaderas y primordialmente para crear conciencia sobre la gran responsabilidad de los productores en cuidar el medio ambiente; lo que se traduce en salud para nuestras familias y comunidades, debido a que en la alimentación está la base para regenerar las células, obtener nutrientes y sanar las enfermedades.

Actualmente, esta comunidad de productores tiene planes de consolidar la cría de otras especies lecheras como las caprinas, bufalinas y ovinas, porque en definitiva es necesaria otra alternativa a la oferta de la industria.



Figura 6. Reunión con proveedor de Ambrosía Alimentos.

Fuente: Leyda Pérez (2021).

Impulsando nuevos emprendimientos en conjunto

El emprendimiento SinSinSin tuvo como motor inicial, brindar una solución para personas con restricción alimentaria de productos lácteos, ya que es muy poca la oferta de dichos alimentos en el mercado. Por ello, está especialmente dirigido a la comunidad de celíacos, a todas aquellas personas que están buscando soluciones naturales para fortalecer el sistema inmunológico mediante la alimentación y a quienes están comprometidos con una vida respetuosa con el planeta.

En ese contexto del mercado industrial hegemónico, Ambrosía Alimentos se ha incorporado a este grupo de emprendedores que tiene como objetivo ofrecer productos ecológicos, biológicos y orgánicos, elaborados siguiendo normas y criterios éticos estrictos para promover una vida saludable y respetuosa a los ecosistemas y el equilibrio del medio ambiente.

Se trata de una multitienda ecológica online denominada SinSinSin EcoTienda (sin lácteos, sin azúcar, sin gluten), quienes reúnen a un grupo de personas, empresas y organizaciones que trabajan por hacer de ésta una asociación por alimentos seguros y responsables con la vida, que crezca cada día en cantidad y calidad de voluntades para servir; con el interés de divulgar el trabajo del pequeño y mediano productor de Mérida y de todo el país, en torno a modos de producción sin intervención de agrotóxicos en ninguna de las etapas de siembra, cosecha y fabricación, en un ambiente de optimismo, certeza y convicción.



Figura 7. SinSinSin EcoTienda Online.

Fuente: Sinsinsin Ecotienda [@sinsinsin_ecotienda] (2021).

Tal como se ha descrito a lo largo de esta experiencia, el emprendimiento socioproductivo de Alimentos Ambrosía, apuesta por la ganadería regenerativa de pastoreo mediante la producción sustentable, agroecológica y biodinámica para obtener materia prima de la mejor calidad, que aporta los nutrientes que nuestro cuerpo necesita para mantenerse sano; con el propósito de rescatar la identidad desaprovechada y



menospreciada por la industria, haciendo uso de fórmulas y recetas ancestrales que aprovechan las propiedades de la fermentación láctea como técnica de producción a favor de la recuperación del sistema inmunológico. Reafirmando de este modo, que trabaja día a día, por lo que profesa su lema “regenera tu mundo dentro y fuera de ti”.

Leyda Pérez

Oriunda de Caracas pero con raíces muy vinculadas al campo, de profesión T.S.U. en Diseño Interior, egresada del Instituto Universitario de Diseño Las Mercedes, investigadora de los procesos de producción para alimentos lácteos por fermentación.

Ambrosía Alimentos

Correo electrónico:
ambrosialimentos@gmail.com

Instagram:
@ambrosialimentos