



Ficha 48:

# CARNE DE LLAMA

Secretaría  
de Agroindustria



Ministerio de Producción y Trabajo  
Presidencia de la Nación

## NUTRICIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

### FICHA N° 48

### CARNE DE LLAMA

#### Llama (*Lama glama*)

Es el resultado de la domesticación del guanaco, y es el camélido sudamericano de mayor tamaño. Es originario de los Andes, Patagonia y Tierra del Fuego en Argentina, Bolivia, Chile, noroeste de Paraguay y sur de Perú. Esta especie -*Lama glama*- domesticada en el noroeste de Argentina, dio origen a la primera ganadería autóctona y sus características han permitido utilizar este animal como fuente de carne, como animal de carga y también como proveedor de fibra y cuero. Tiene un comportamiento más eficiente y requiere menos cuidados que los otros ganados en cuanto al clima y las pasturas.



#### ¿Qué nutrientes tiene la carne de llama?

**Proteínas:** como todo alimento de origen animal, la carne de llama posee proteínas de alto valor biológico (PAVB). Estas proteínas están compuestas por sustancias que nuestro cuerpo no puede fabricar y por ello, tienen que ser obtenidas a través de la alimentación. El contenido de proteínas de la carne de llama es mayor a la de otras carnes, siendo de 24 g/100 g de carne.

**Grasas:** posee una proporción de grasa menor a las de las especies ganaderas tradicionales, siendo de 1,6 g/100 g de carne. Asimismo, el contenido de colesterol es menor al de otras carnes.

**Vitaminas:** en la carne de llama están presentes las vitaminas del complejo B, tal como en el resto de las carnes. Este complejo de vitaminas colabora en la obtención de energía de los alimentos que se consumen, e intervienen en la formación de glóbulos rojos.

**Minerales:** al igual que todas las carnes, la de llama aporta hierro de muy buena absorción (hierro hem), contrario al hierro proveniente de alimentos de origen vegetal. La carne de llama aporta minerales importantes como el fósforo, magnesio y zinc, vitales en todas las etapas de la vida.

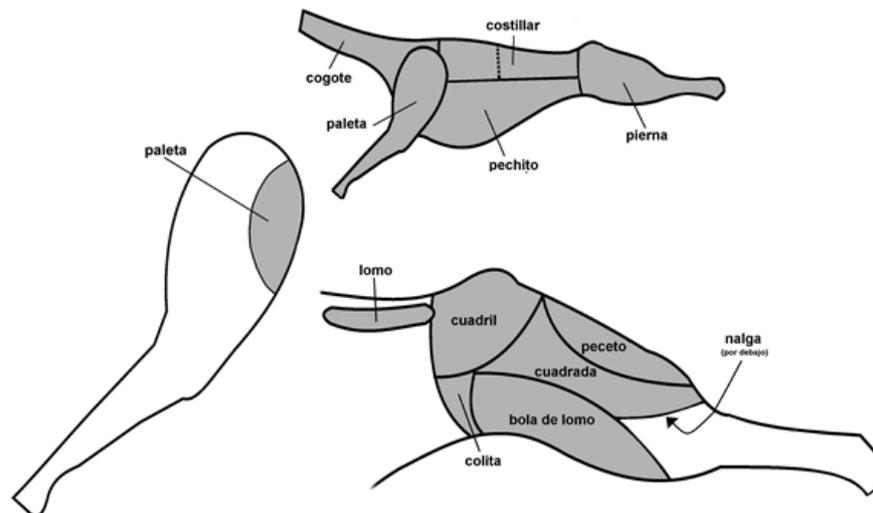
#### Características de la carne de llama

Es un producto que cuenta con fortalezas tales como menor proporción de grasas y colesterol, y mayor contenido de proteínas que la de las especies ganaderas tradicionales, cualidades que han despertado interés entre consumidores que priorizan la salud y la calidad alimentaria.

Además de las virtudes señaladas, hay que destacar que esta carne tiene un sabor suave y compatible culinariamente con las de bovinos, porcinos y ovinos. Dentro de los cortes más buscados están el lomo y las patas.

NUTRICIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA  
FICHA N° 48  
CARNE DE LLAMA

Ubicación de los cortes comerciales



Fuente: Garriz y otros, 1984

**Producción y consumo**

Su producción se concentra en la región de la Puna de Jujuy, Catamarca y Salta. Esas tres provincias representan el 95% de la producción nacional. Se estima que el número de cabezas de llama supera las 220.000, y se espera que en los próximos años el inventario aumente.

En la actualidad, resulta de suma importancia para la subsistencia de la población local, el aprovechamiento de su carne para autoconsumo, además de la utilización de su lana.

Debido a que tanto la faena como el transporte y la comercialización del grueso de la producción de carne aún no cuentan con una cadena comercial bien definida, resulta difícil contar con cifras exactas del volumen consumido.

*La marcada preferencia por la carne bovina, y la carencia de las condiciones necesarias para acceder al mercado formal de los productos de carne de llama entre otras cosas, hacen que su consumo no sea tan alto. Sin embargo, en la actualidad se están logrando avances en la neutralización de estos frenos, gracias a un creciente reconocimiento de las cualidades alimentarias de esta carne y el empeño que se está poniendo, tanto en conseguir la habilitación de mataderos con tránsito federal, como en lograr el resto de las condiciones necesarias para posibilitar una comercialización legal permanente de ese producto.*

# NUTRICIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

## FICHA N° 48

### CARNE DE LLAMA

#### Otros productos

Con la carne de llama también se elaboran subproductos como: hamburguesas y medallones congelados, chacinados, embutidos, salames, lomitos, chorizos, mortadela y otros derivados. Los mismos son elaborados por las comunidades aborígenes de acuerdo a procedimientos, recetas y fórmulas recomendadas por el Instituto Nacional de Tecnología Industrial (INTI) con el objetivo de lograr un aprovechamiento integral de la canal.



#### Algunas recetas

##### Guiso de carne de llama

###### Ingredientes:

- Lomo de llama 500 g
- Aceite de oliva 60 ml
- Ajo 3 dientes
- Cebolla 2 unidades
- Pimienta c/n
- Zanahorias 2 unidades
- Nabos 3 unidades
- Berenjena 1 unidad
- Pimiento rojo y verde 2 unidades
- Extracto de tomate 140 g
- Vino tinto 200 ml
- Agua 1lt aproximadamente
- Papa 400 g



Cortar la carne en trozos de 2 cm x 2 cm. En una olla calentar el aceite, agregar la carne, dejar sellar, agregar el ajo cortado fino y luego las cebollas cortadas muy finito, saltear. Una vez que la cebolla esté transparente agregar la zanahoria cortada en *vichi* (rodajas delgadas), nabos en cubos de 1 cm junto con la berenjena en *vichi*. Agregar el pimiento cortado en cuadrados de 1 cm y el extracto de tomate. Apagar con el vino, dejar reducir, agregar el agua y las papas cortadas en cubos de 1 cm y dejar cocinar unos 15 minutos.

# NUTRICIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

## FICHA N° 48

### CARNE DE LLAMA

#### Costillar de Llama a la Parrilla

##### Ingredientes:

- 1 costillar de llama 2 kg aproximadamente
- Mostaza de Dijon 1 taza
- Miel 50 g
- Aceite de oliva 2 cucharadas



Cortar el costillar en tiras de 10 a 15 cm de ancho. Se recomienda colocar en una placa y no directamente sobre los hierros de la parrilla. De esta manera perderá menos jugo y materia grasa. Colocar las costillas en la placa con los huesos hacia abajo y preparar el fuego. Cuando las brasas tomen color blanco ceniza, distribuir las brasas bajo la parrilla buscando un calor moderado. Colocar la bandeja sobre los hierros y cocinar la carne 1 hora y media aproximadamente. Luego cocinar del otro lado. Mezclar la mostaza de Dijon con la miel y el aceite de oliva. Untar la carne con la mezcla y agregar más brasas para que el fuego sea más alto y se dore más rápido. Este último golpe de calor lleva 10 o 15 minutos más. Retirar la carne, cortar en porciones y servir bien caliente.

#### Bibliografía

- Área Camélidos - Dirección de Animales Menores y de Granja del Ministerio de Agroindustria de la Nación Argentina. Disponible en: <http://www.minagri.gob.ar/site/ganaderia/camelidos/03=Mercados/02-Carne/index.php>
- E-Recetas. Recetas y guías de cocina paso a paso. Disponible en: <http://www.e-recetas.com/recetario/recetas-de-carnes-recetas/asados/costillar-de-llama.htm>
- Instituto Nacional de Tecnología Industrial (INTI). INTI Carnes <http://www.inti.gob.ar/sabercomo/sc89/inti3.php>
- Lamelas Karina; Sanchez Proaño Mario; Pondé Marcelo. Sector Camélidos, Dirección de Ovinos, Porcinos, Aves de granja y Pequeños Rumiantes, Subsecretaría de Ganadería del Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca de la Nación Argentina. Anuario 2010.
- Lindon W. Mamani-Linares, C. Gallo, COMPOSICIÓN QUÍMICA Y CALIDAD INSTRUMENTAL DE CARNE DE BOVINO, LLAMA (*Lama glama*) Y CABALLO BAJO UN SISTEMA DE CRIANZA EXTENSIVA. Rev Inv Vet Perú. Año 2011.
- Los Tiempos Recetas. Disponible en: [http://www.lostiempos.com/buen-provecho/especialidad-en-carne/especialidad-en-carne/20130406/guiso-de-llama-y-quinua\\_208386\\_446750.html](http://www.lostiempos.com/buen-provecho/especialidad-en-carne/especialidad-en-carne/20130406/guiso-de-llama-y-quinua_208386_446750.html)
- Sanchez Proaño Mario; Pondé Marcelo. El Sector Camélidos en Argentina. Área Camélidos. Dirección de Ovinos, Caprinos y Camélidos. Dirección Nacional de Producción Ganadera. Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca de la Nación Argentina. Año 2013-2014.
- Dirección de Ovinos, Caprinos y Camélidos. Dirección Nacional de Producción Ganadera. Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca de la Nación Argentina. IMPORTANCIA REAL DE LA PRODUCCIÓN DE LLAMAS. Año 2015.