

el AZÚCAR

diciembre 2017

**COPA "AZÚCAR" DE FÚTBOL
MASCULINO SURORIENTE**

**LAS MEJORES IDEAS
CON AZÚCAR**

**UNA NAVIDAD SANA
DULCE Y NATURAL**

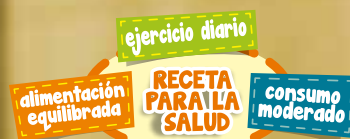
"Desde mi niñez he visto utilizar el azúcar en muchas recetas, la panadería artesanal y la dulcería tradicional, son parte de nuestra vida cotidiana, y en su preparación, el azúcar natural, es ingrediente insustituible, por eso, siempre elijo cocinar con azúcar natural"

¡Yo crecí con azúcar!

el **AZÚCAR
NATURAL**

¡es parte de mi vida!

María Esther López
"La reina del sabor nicaragüense"
Investigadora y Escritora de Arte Culinario



CONTENIDO

2 Las mejores ideas con azúcar

5 El azúcar como exfoliante

9 Un toque personal a sus postres navideños

11 Cheesecake estilo New York

12 Inicio de Zafra 2017-2018

16 Galletas de chocolate y canela

Esta es una publicación del Comité Nacional de Productores de Azúcar (CNPA), para información de la agroindustria azucarera y aportar conocimiento del azúcar y sus beneficios como alimento.



4 Mejorar la atención y la memoria



6 Copa "Azúcar" de fútbol masculino Suroriente



10 Una Navidad sana, dulce y natural



14 El papel de los carbohidratos en la actividad física

Síganos en:



cnpa.com.ni



Azúcar de Nicaragua



@AzucarNicaragua



@azucardenicaragua

Conozca más acerca de la agroindustria azucarera escaneando el siguiente código.



Esta Navidad



LAS MEJORES IDEAS CON AZÚCAR

Que la Navidad sea calificada de “dulce” no es una casualidad puesto que el azúcar es, sin lugar a dudas, el gran protagonista de estas fechas tan señaladas. Desde siempre, el azúcar ha sido ingrediente imprescindible en la elaboración de turrone, mazapanes, frutas escarichadas y un sin fin de dulces típicos de la gastronomía navideña, pero también puede ayudarnos a decorar y presentar nuestra mesa de la forma más sencilla y original.

A la hora de los postres, se pueden presentar distintas variedades de azúcar en la mesa para complacer todos los gustos. Así, los comensales podrán elegir su tipo de azúcar preferido para endulzar el café, el té o las infusiones que acompañen a los dulces navideños.



El azúcar blanquilla es el más tradicional y su sabor le convierte en un ingrediente básico; el azúcar moreno, es más exótico tanto por su aspecto como por su sabor y el azúcar candi destaca por su original forma, similar a pequeños diamantes, y por aportar un suave sabor a cualquier bebida. Todas estas variedades ayudarán a enriquecer las sobremesas navideñas.

¿CÓMO PRESENTAR EL AZÚCAR EN UNA MESA NAVIDEÑA?

Para presentar las distintas variedades de azúcar tan sólo hay que buscar tres recipientes pequeños de cristal. Estos recipientes se pueden colocar en una bandeja de plata decorada con adornos navideños: pequeñas bolas de colores, estrellitas o cualquier otro elemento decorativo que tenga relación con la Navidad.

A continuación se llena cada uno de los recipientes con una variedad distinta de azúcar. En uno de ellos se presenta azúcar blanquilla, en otro, azúcar moreno, en otro se mezcla azúcar candi blanco y moreno.

BENEFÍCIATE DEL AZÚCAR TAMBIÉN EN NAVIDAD

Ya sabes que una de las claves de cualquier dieta sana es comer de todos los alimentos de manera equilibrada. En Navidad también hay que aplicar este principio de la alimentación saludable, por esa razón:

- No abuses de ningún alimento. La mejor opción es comer de forma moderada, probando pequeñas cantidades de cada plato y limitando el consumo de grasas.
- Respecto a los postres, no prescindas de un bocado dulce para finalizar las



comidas y cenas navideñas. Las especialidades dulces de estas fechas están elaboradas con ingredientes sanos y naturales como el azúcar, los frutos secos, las frutas o la leche que nos proporcionan nutrientes y deleitan nuestro sentido del gusto, algo de lo que no debemos prescindir en nuestra alimentación.

- El azúcar es un hidrato de carbono de origen natural que constituye una importante fuente de energía para el cerebro, los músculos y el sistema nervioso. Además, tan sólo te proporciona 4 calorías por gramo mientras que la grasa te proporciona 9 calorías por gramo.

Esta Navidad disfruta del inconfundible sabor dulce del azúcar presente en cualquier celebración e infórmate sobre los datos más interesantes de este alimento.





LA CIENCIA DICE



“El **azúcar** proporciona un sabor agradable que, a menudo, hace más agradable el consumo de ciertos productos alimenticios.”

Jesús Román Martínez
Profesor del Grado de Nutrición Humana y Dietética. Universidad Complutense de Madrid.



“El consumo moderado de **azúcar** es compatible con una dieta equilibrada y estilos de vida activos, a lo largo de toda la vida y situaciones fisiológicas.”

Teresa Partearroyo
Profesora de Nutrición, Departamento de Ciencias Farmacéuticas y de la Salud. Facultad de Farmacia, Universidad CEU San Pablo, Madrid.



“El consumo de una comida o bebida con **azúcar** mejora la atención, la memoria y la agilidad mental.”

Francisca Pérez Llamas
Profesora Titular de Fisiología de la Universidad de Murcia, España.



“El **azúcar** es un ingrediente esencial de nuestro día a día. Brinda un rápido e importante aporte energético, forma parte de la hidratación oral, tan relevante en los deportistas”.

Juan García Puig
Catedrático de Medicina Interna, Jefe Clínico de la Unidad Metabólico-Vascular, Servicio de Medicina Interna, Hospital Universitario La Paz, IdiPAZ, Madrid.



“Todos los alimentos, incluso el **azúcar**, pueden quedar dentro de la dieta si se consumen con moderación, en proporciones adecuadas y combinados con actividad física”.

Dr. John Sievenpiper
Profesor Asociado de la Universidad de Toronto del St. Michael's Hospital de Canadá

Azúcar al día

Utilizar el azúcar como
Exfoliante



Al ser granulado nos sirve como exfoliante para eliminar las células muertas de la piel.

¡Mantente Activo!



El azúcar natural te proporcionará la energía necesaria.

Desvirtuando mitos

MITO
El azúcar provoca caries

VERDAD

La incidencia de las caries no está relacionada con lo que se come, sino con la higiene bucal.



Finalizó la Copa “Azúcar” de fútbol masculino Suroriente



La Iera. Copa “Azúcar” de fútbol masculino Suroriente, realizada en la zona de influencia de CASUR, culminó con marcador ajustado de 1 a 0, coronándose Campeón al equipo Águilas del Sur de San Juan del Sur y como Subcampeón el equipo Popoyuapa Jr. de Rivas. Esta copa contó con la participación de 18 equipos en total.



Dr. Sergio Chamorro
Exportero de la Selección Nacional
de Fútbol y Coordinador de la
Copa “Azúcar” de fútbol

“ La Copa Azúcar también tiene por objetivo buscar los mejores talentos en esta disciplina deportiva, por tanto, todos los equipos son ganadores porque todos aportaron al torneo. ”



Con este torneo cuya duración fue de dos meses, se logró la culminación de cuatro ediciones de Copa “Azúcar” de fútbol que tuvieron lugar en Managua, Chinandega y Rivas, en las que participaron más de 1,200 jóvenes.



Ing. Roger Zamora
Gerente General del Ingenio CASUR

“ Esta iniciativa del Comité Nacional de Productores de Azúcar nos llena de mucho de orgullo, es un esfuerzo que pone en actividad a los habitantes de Rivas; el éxito radica en que el deporte y la educación deben ir de la mano. ”



Denis de Jesús Espinoza
Jugador del equipo
Subcampeón Popoyuapa Jr.

“ Aunque no quedamos como primer lugar, haber jugado en esta copa ha sido de mucha satisfacción como equipo, gracias por la oportunidad. ”

Al equipo campeón le fue entregado un premio de 1.500 dólares, así como trofeo.



De izquierda a derecha: Alejandro Noguera, entrenador del equipo Águilas del Sur, Ing. Róger Zamora, gerente general del Ingenio CASUR, Allan Jiménez capitán del equipo y Oleksander Markhay, gerente de Recursos Humanos de CASUR.

Alejandro Noguera
Entrenador del equipo
Campeón, Águilas del Sur

“ Agradezco mucho al equipo, que a pesar de las dificultades logramos ser Campeones, pero lo importante es hacer deporte. Felicito a los organizadores por esta importante iniciativa deportiva. ”



Al equipo que se alzó con el subcampeonato, se le entregó trofeo y una dotación económica de 350 dólares.



De izquierda a derecha: Lic. Mario Amador Gerente del CNPA; Jaime José López, capitán del equipo Subcampeón Popoyuapa Jr. y Marlon Molina entrenador del equipo.



Lic. Mario Amador
Gerente General del CNPA

“ La Copa "Azúcar" de fútbol, es un evento deportivo que hemos estado haciendo y que nos ha resultado maravilloso porque vemos el talento que hay en Nicaragua, que además forja mejores ciudadanos. ”



El líder goleador de esta copa fue Tony García de la Escuela Silvia Herrera López, quien consiguió ejecutar un total de 41 goles; recibió del Ing. Roger Zamora, gerente general del Ingenio CASUR y el Lic. Oleksander Markhay gerente de Recursos Humanos de CASUR el trofeo que lo acredita como mejor goleador y un premio de 100 dólares.



Tony García
Líder goleador, Escuela Silvia Herrera López

“ Le doy gracias a Dios y a los que promovieron la Copa Azúcar. Me siento motivado por haber sido el líder goleador, nosotros los jóvenes debemos dedicarnos al deporte y agradezco que los organizadores promuevan el fútbol acá en Rivas. ”



El premio a mejor portero fue otorgado a Christopher Mercado del equipo Águilas del Sur quien recibió un cheque de 100 dólares, así como trofeo que le fue entregado por el Dr. Sergio Chamorro, Coordinador de la Copa Azúcar.



Christopher Mercado
Mejor portero, equipo Águilas del Sur

“ Me sentí muy alegre porque nunca pensé llegar a ser el mejor portero del torneo y por supuesto agradezco a mi equipo por apoyarme siempre a llegar a ser el mejor; me llevo la mejor impresión y este tipo de iniciativa es lo mejor para los jóvenes. ”





Los dulces consejos de la Abuela

La abuela le ofrece su sabiduría, para hacer esos detallitos de la vida mucho más amenos.



1

Para que sus postres navideños adquieran su toque personal, pruebe hacer su propia azúcar de sabores añadiéndole especias, cítricos o jengibre, déjela reposar para que adquiera bien el sabor y utilícela en sus recetas, todos notarán el cambio.



5

Si desea eliminar la acidez que produce el tomate, agréguele un poco de azúcar.

Para tener un café con un buen aroma, al molerlo añada 2 cucharadas de azúcar y una pizca de sal.

3



Si quiere que su casa tenga ese delicioso aroma navideño, ponga a cocer en una ollita la cáscara de una manzana, unas rajas de canela y una cucharada de azúcar, notará como el olor se esparce por toda la casa.

2



Si está preparando un condimento o una salsa y se ha pasado de picante, no dude en colocar una cucharadita de azúcar. También sirve para cuando una preparación con tomate caliente queda muy ácida.

4



Si las tortas se le deshacen al desmoldarlas, espolvoree el fondo del molde con azúcar.

6



CONSEJOS PARA DISFRUTAR DE UNA

NAVIDAD

SANA, DULCE Y NATURAL...

El azúcar, paradigma de lo dulce, es el ingrediente natural más utilizado en el mundo para la elaboración de postres y repostería, y el primero que, erróneamente, se tiende a eliminar cuando se quiere vigilar el peso. Pero antes de resignarse estos días a dietas mágicas, sin ningún fundamento científico y sacrificios innecesarios, conviene tener claras algunas ideas sobre el azúcar que nos ayudarán a obtener el máximo beneficio de este alimento y poder disfrutar de una Navidad más dulce y sana:

1 El sabor dulce es el primero de los cuatro fundamentales que existen en el paladar y que reconoce el ser humano. Todos tenemos una predisposición innata por lo dulce que hace que los niños nazcan ya golosos. Permita a sus hijos disfrutar de los ricos dulces y postres navideños después del desgaste de sus juegos y actividades escolares. Les aportan la energía necesaria para su cerebro y sus músculos, en una edad crítica para su desarrollo físico e intelectual.

2 El ritmo de trabajo diario hace desear unos días de descanso, pero las compras y las celebraciones hacen que estos días sean, si cabe, aún más estresantes y ajetreteados. El consumo de azúcar permite incrementar y reponer los niveles de glucógeno tanto en los músculos como en el

hígado, haciendo que el organismo recupere rápidamente la energía gastada y reduciendo los síntomas de fatiga.

3 El azúcar, además de energía, es sobre todo placer. Así que, si no sabe como alegrarles las fiestas a sus mayores, no dude en regalarles alimentos dulces. El sabor y la palatabilidad del azúcar les ayudará a consumir otros alimentos imprescindibles en su dieta, ya que el reconocimiento del sabor dulce es el último que se pierde cuando llegamos a esta edad. En momentos de flaqueza, de emoción, de nostalgia... no se olvide del azúcar. Este y los alimentos que lo contienen, activan la producción de endorfinas, sustancias segregadas por el ce-

rebro que estimulan la sensación de felicidad. Por eso el incremento de energía motivado por la ingestión de un dulce, nos hace sentirnos más optimistas.

4 Aunque algunos aborrezcan las connotaciones comerciales de estas fechas, el espíritu de la Navidad existe realmente. Son unas fiestas que unen a las personas. El azúcar tiene un importante carácter lúdico. Es un alimento asociado a las celebraciones, en las que a través de los dulces navideños, los postres, las galletas o el café, nunca falta en nuestra mesa. Aprenda a disfrutar del azúcar y del optimismo que siempre le rodea en compañía de sus seres más queridos.



Cheesecake estilo New York



La Dulce Cocina

INGREDIENTES

Pasta

- 2 tazas de galleta María molida
- 8 onzas de mantequilla
- 2 cucharadas de azúcar

Relleno

- 1 ½ libra de queso filadelfia
- 1 lata de leche condensada de 397 gramos
- 4 onzas de azúcar



PROCEDIMIENTO

Pasta

1. Moler la galleta y agregar el azúcar.
2. Derretir la mantequilla para luego mezclar hasta formar una pasta.
3. Forrar con la pasta un molde de dos piezas (recomendable), sino un molde para pastel.
4. Hornearlo a 300 °F ó 160 °C por 10 minutos.

Relleno

1. En un recipiente pequeño mezclar todos los ingredientes y ponerlos a fuego lento hasta que esté espeso.
2. Luego se rellena con esta mezcla el molde ya horneado y se deja enfriar durante 2 horas en refrigeración.
3. En este caso se decoró con jalea de cereza y frutas. Usted puede decorar a su gusto.

Ingenios azucareros ACCIONES Y PROYECTOS

Inicio de Zafra 2017-2018



Superar los 7 millones de quintales de azúcar y con ello sobrepasar el récord establecido en la cosecha pasada, es la meta que se ha planteado el **Ingenio San Antonio** para la Zafra 2017-2018 que arrancó en la segunda semana de noviembre.

El Ing. Noel Sacasa, director agroindustrial del Ingenio San Antonio, destacó que comenzaron el corte con un poco de lluvia y terrenos húmedos; sin embargo, han logrado tener una molienda estable que incluso supera el promedio obtenido la cosecha pasada.

“Vamos con una molienda estable logrando moler cerca de 20 mil toneladas métricas por día, eso es 3 mil toneladas cortas más que la zafra pasada en promedio.

Estamos rompiendo récord esta semana de molienda acumulada y probablemente uno de los noviembre con más molienda, así que tenemos buenas perspectivas”, detalló Sacasa.

Hasta la primera semana de diciembre, según Sacasa se han contabilizado 340 mil toneladas métricas de caña molida, lo que equivale un poco más del 10 por ciento de la proyección para esta zafra.

Sobre la incidencia de las condiciones climáticas, Sacasa aseguró que el invierno pasado fue bastante bueno por lo que no contemplan contratiempos asociados al clima para este período.

Se espera que para la primera semana de mayo las labores de zafra hayan concluido.

Producción más Limpia 2017

El gobierno de Nicaragua, a través del Ministerio de Fomento, Industria y Comercio (MIFIC), otorgó al **Ingenio Monte Rosa** el Premio a la Excelencia en la VI edición del Premio a la Producción Más Limpia 2017, el cual representa el máximo galardón que otorga el gobierno a las empresas del país que han implementado cambios a lo interno de sus procesos productivos para mejorar su desempeño productivo y ambiental.



La Producción más Limpia es una estrategia ambiental preventiva integrada, que se aplica a los procesos, productos y servicios a fin de aumentar la eficiencia y reducir los riesgos para los seres humanos y el ambiente. Evalúa la eficiencia energética, uso de tecnologías limpias, programa de opti-

mización del recurso agua, disminución de la contaminación en la fuente y empleo de materiales reciclados, entre otros aspectos.

En esta edición, el ingenio participó con el proyecto *“Biofertilizantes: una alternativa sustentable para la producción agrícola del Ingenio Monte Rosa”*, destacándose por ser la primera vez que se postula un proyecto agrícola.

Durante la ceremonia las palabras en representación de las grandes empresas estuvieron a cargo del Ing. Gustavo Ralda, gerente agrícola de Monte Rosa.

Innovación agropecuaria

Compañía Azucarera del Sur S. A. (CASUR), en su constante búsqueda de mejorar e innovar sus procesos y gestiones, trabajó en conjunto con la Universidad Nacional Agraria de Managua (UNA), en el proyecto “*Propagación masiva y el saneamiento en plantas in vitro para el establecimiento de los bancos de semilla de alta calidad genética y fitosanitaria de los ingenios de caña de azúcar del país*”; liderado por el Dr. Marbell Aguilar, director de Laboratorio de Cultivo Tejidos Vegetales de la UNA. Este proyecto fue presentado en la 11va edición del “*Premio Nacional a*



Ganadores del 1er Lugar en categoría Agropecuaria. De izquierda a derecha: Ing. Harlem Tania Ríos Peralta; MSc. Marbell Danilo Aguilar Maradiaga e Ing. Roxana Yadira Cruz Cardona.

la Innovación” organizado por el Consejo Nicaragüense de Ciencia y Tecnología CONICYT, logrando el primer lugar a nivel nacional en la categoría Innovación Agropecuaria 2017. La premiación se llevó a

cabo recientemente en el Centro de Convenciones Olof Palme.

“*El rol de CASUR fue fundamental, considerando que confiaron en nuestra capacidad técnica, y por tanto comprendieron el grave problema que enfrentábamos en el proceso de micropropagación, porque las plantas introducidas desde Colombia por alguna razón presentaban una fuerte contaminación con bacterias del género Pseudomonas spp*”, nos comenta el Dr. Aguilar.

En el futuro esperan establecer un convenio CASUR-UNA, en el que se involucren actores de diferentes disciplinas de ambas instituciones, con el objetivo de mejorar la calidad, la eficiencia y la productividad del cultivo de caña de azúcar.

Ingenio Montelimar inicia su Zafra 2017-2018



Bajo el lema “*Invertimos en el agro para sembrar el futuro de nuestro país*”, **Ingenio Montelimar** inició su zafra 2017-

2018 que tiene prevista una duración aproximada de 162 días. Para esta zafra, preveen cosechar 7,331 Ha para procesar 733,733 toneladas métricas, con una media de producción de 100 TM/Ha y lograr una producción estimada de 1.6 millones de quintales de azúcar, con un rendimiento de 200 lbs. de azúcar por tonelada de caña molida. Adicionalmente, a través de Cogeneración Green Power, se generarán 195,900 MW de energía eléctrica y se venderán a la red 150,536 MW. El período previo a la zafra fue de 6 meses de intenso trabajo, que incluyó la instalación de una serie de inversiones que permitirán minimizar costos y maximizar las eficiencias del ingenio, entre las cuales: Conversión de sistemas de riego a riego por goteo, para un total de 5,076 manzanas; compra de 5 rastras, 2 dollies y 1

sistema de autoguiado para 2 cosechadoras; instalación de 1 Core Sampler para medición más exacta del azúcar en la caña; se repotenció la desfibradora con un motor adicional de 1200 hp; instalación del molino #3 para mejorar la extracción del jugo de caña y secado del bagazo; modificación del difusor para mejorar la extracción del jugo de caña; construcción de un separador hidrociclónico para limpiar el agua de enfriamiento.

“*Desarrollamos proyectos y hacemos inversiones pensando en la eficiencia de nuestras operaciones y en el crecimiento y desarrollo de nuestros colaboradores, sus familias y nuestras comunidades vecinas*”, puntualizó el Ing. Oscar Montealegre, gerente general de Ingenio Montelimar.

El rol de los carbohidratos como sustrato energético en la actividad física **PARTE 2**



La energía almacenada en forma de carbohidratos se encuentra en el músculo (79% del total), o en el hígado (14% del total) en forma de glucógeno, o en la sangre (7% del total) en forma de glucosa. Si los carbohidratos fueran el único combustible metabolizado durante el ejercicio de intensidad moderada, este sería agotado en 2 horas.

Por lo tanto, debido a los limitados depósitos corporales de carbohidratos, y debido a que estos parecen ser el combustible preferido en ejercicios de alta intensidad, es imperativo que los depósitos corporales de carbohidratos sean preservados o mantenidos consumiendo cantidades adecuadas de carbohidratos antes, durante e inmediatamente después del ejercicio.

Por ello, las manipulaciones en la dieta que elevan las concentraciones de glucógeno hepático pre-ejercicio (por ejemplo, ingesta incrementada de carbohidratos en la dieta), o que proveen una fuente de glucosa durante el ejercicio (por ejemplo, alimentación con carbohidratos durante el ejercicio) tienen el potencial de influir favorablemente sobre las capacidades de entrenamiento y rendimiento del deportista.

La utilización de los sistemas energéticos durante el ejercicio

La intensidad de la actividad tiene una importancia particular en la determinación, de que combustible utilizará el cuerpo. En los deportes intermitentes desarrollados a altas intensidades como el fútbol y el baloncesto, hay una mayor utilización de glucógeno (carbohidratos) y la relación con las grasas para brindar energía sería de un promedio del 90% y 10%, respectivamente.

El nivel de entrenamiento también influye, ya que los deportistas con mayor nivel desarrollan mayor capacidad para emplear las grasas como fuente de energía que las personas menos entrenadas. Los deportistas más entrenados consumirán menos carbohidratos y más grasa para la contracción muscular.

Referencia bibliográfica

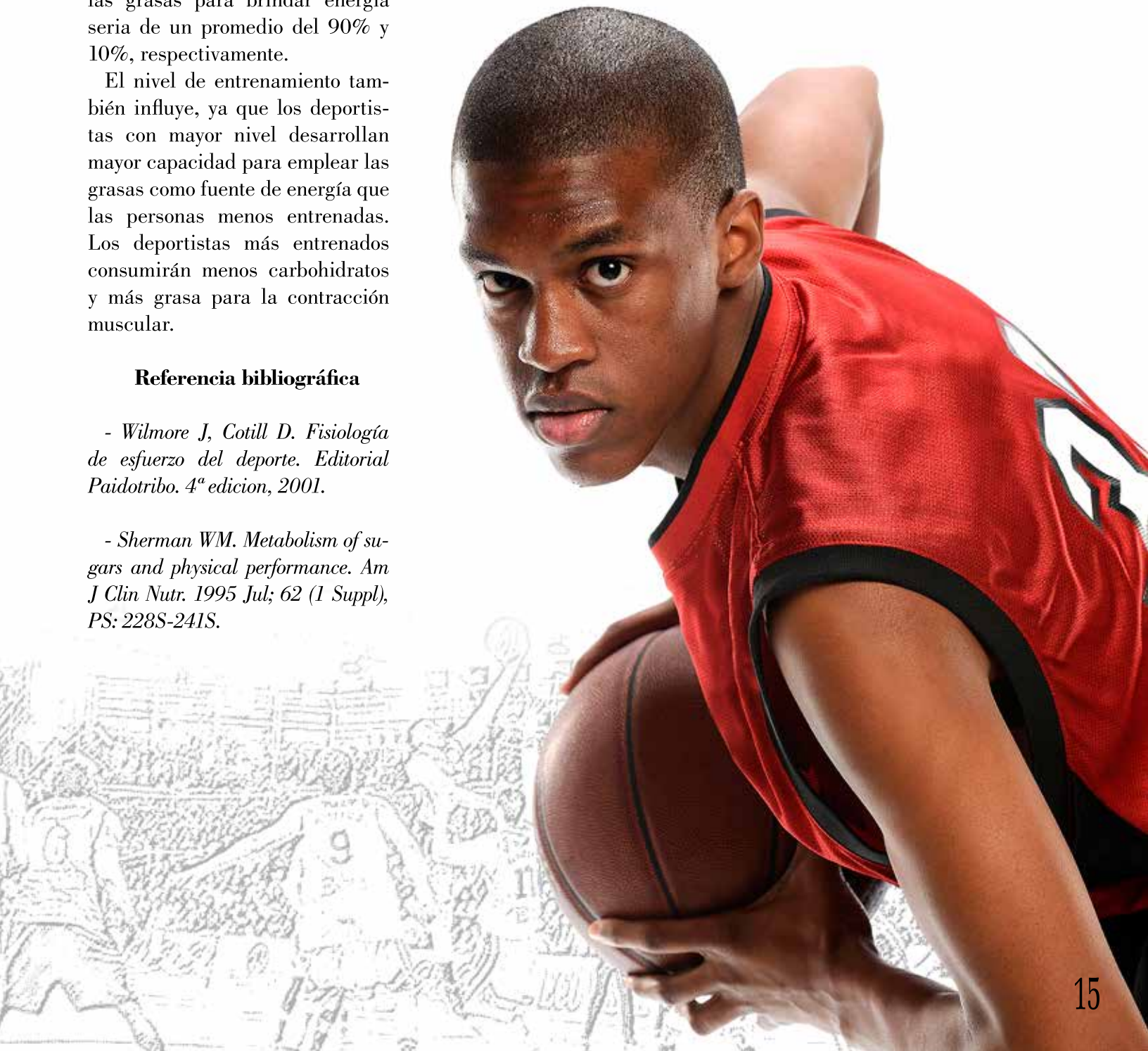
- Wilmore J, Cotill D. *Fisiología de esfuerzo del deporte*. Editorial Paidotribo. 4ª edición, 2001.

- Sherman WM. *Metabolism of sugars and physical performance*. *Am J Clin Nutr*. 1995 Jul; 62 (1 Suppl), PS: 228S-241S.

Finalmente, la alimentación del deportista también determina el nutriente utilizado durante el ejercicio. Si ha consumido una dieta rica en carbohidratos, dispondrá de una reserva mayor de glucógeno.

En situaciones de ayuno o de carencia de carbohidratos en la alimentación es más probable que se utilicen las proteínas como combustible energético.

Las fuentes de proteínas para este proceso provienen del propio tejido muscular, lo cual influye negativamente en el deportista.



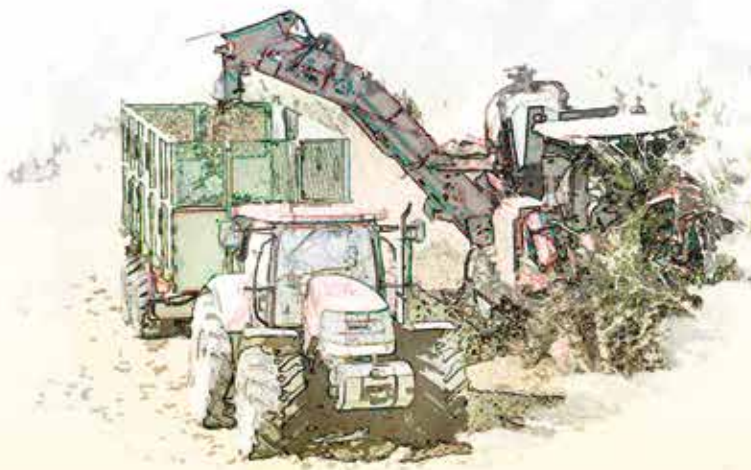


INGREDIENTES

- 1½ taza de harina
- ¾ taza de cocoa amarga
- 2 cditas. de café instantáneo en polvo
- 1½ cucharadita de polvo de hornear
- 1 cucharadita de canela en polvo
- ¼ cucharadita de sal
- 1 cdita. de chile seco o en polvo
- 4 onzas de margarina
- 1½ taza de azúcar
- 2 huevos
- 1 cucharadita de vainilla
- ½ libra de azúcar impalpable

PROCEDIMIENTO

1. Cernir juntos en un tazón la harina, cocoa amarga, café instantáneo, polvo de hornear, canela en polvo y sal.
2. Luego agregar el chile seco, reservar.
3. Batir la margarina y el azúcar, hasta que tenga consistencia cremosa.
4. Agregar los huevos y la vainilla, y cuando estén bien incorporados, agregar la mezcla de la harina, cocoa y demás ingredientes.
5. Una vez bien mezclados, dejar de batir. Cubrir la masa y refrigerar por al menos una hora.
6. Calentar el horno a 350 grados, engrasar y enharinar sartén para hornear galletas. Sacar la mezcla de la refrigeradora y darle forma de bolitas de 1", pasar la bolitas de masa por azúcar impalpable 2 veces.
7. Acomodarlas en los sartenes previamente engrasados a distancia de 2" entre cada una.
8. Hornear las galletas de 10 a 11 minutos hasta que su superficie reviente pero estén suaves, no sobre cocine.
9. Enfriar las galletas en el sarten por 5 minutos y luego enfriar en una parrilla.



La Agroindustria Azucarera de NICARAGUA

"Aporta desarrollo al país"



Apoyo a programas sociales y ambientales en las comunidades de influencia de los ingenios.



"En Nicaragua cultivamos cosas buenas"

Proyectos de viviendas, hospitales y clínicas para el bienestar de la comunidad.

Dulces Fiestas

*de Navidad y
Año Nuevo*

