

MACAW LODGE NEWSLETTER

VOL. AGOSTO, 2019



TALLER DE CAPACITACIÓN DE GUÍAS



Tuvimos unos días increíbles en el cual juntamos guías y expertos en diferentes temas para compartir conocimientos variados.

Con el fin de capacitar a los participantes y preparar a los guías a la hora de dar explicaciones a turistas en Costa Rica, le sacamos el jugo a tres días llenos de talleres, caminatas y mucho aprendizaje. Arrancamos un domingo con Ulises Corrales que nos guió alrededor del lodge en una caminata nocturna para identificar anfibios. Con focos en mano, sin miedo a la noche y la gran sabiduría de Ulises, logramos encontrar tres especies nuevas, algo inesperado. Al siguiente día, nos habló de las relaciones interespecíficas del bosque, explicándonos como todas las especies están relacionadas de una manera u otra. Ese lunes por la tarde, Rafael Ocampo tocó el

tema de las plantas medicinales, que abarcó las aplicaciones y la importancia de una gran variedad de plantas. Procedimos a caminar por el bosque para identificarlas. El martes por la mañana Pablo Gordienko nos guió y capacitó en el tema titulado 'la importancia de las plantas nativas en jardines de los hoteles y sus relaciones entre si'. Luego se visitó la extensa colección de árboles de frutas tropicales. Se le dio énfasis a la fruta de pan, el jack fruit y la sachá inchi. Esa tarde cerramos con María Fernanda Gil que habló sobre las abejas. Experta en el tema, nos explicó la importancia de la polinización de las abejas meliponas y también sobre biofermentos para las plantas y para los humanos.



RECETA: BATIDO DE JACK FRUIT O NANJEA

Nuestra chef Liz nos comparte su receta de un batido jack fruit, una fruta de nuestros jardines que también se conoce como nanjea. Rotunda de Asia (Indonesia o India), aparenta verde y un poco filosa o áspera por fuera pero es naranja y dulce por dentro. Mejora la digestión, disminuye riesgos cardiovasculares, ayuda a prevenir el cáncer y fortalece los huesos.

Ingredientes:

- 2 tazas de jack fruit en trozos
- 3 tazas de leche
- azúcar al gusto

Preparación:

Cuando la jack fruit está madura, se parte y se le quita la pulpa. Ella esta formada por unas cápsulas dónde guardan sus semillas. Se parte en trozos pequeños, se lleva a la licuadora y se le agrega la leche. Se puede hacer con leche de coco, o leche de soya, dependiendo de su gusto. Se agrega la azúcar y esta listo para servir. ¡Sencillo!



También se puede hacer en almíbar, para decorar postres o hacer helados.



NUEVO SENDERO PARA AVITURISMO: LLAMARADAS DEL BOSQUE

Estamos muy orgullosos y emocionados de compartirles que los observadores de ave que nos visitan ahora pueden caminar y adentrarse en nuestro nuevo sendero: Lllamaradas del Bosque. El nombre viene de las coloridas heliconias que atraen colibríes. Para el pajarero amante de esta especie, o el aventurero que le gustan los colores y las tonalidades rojas, naranjas o amarillas, este camino es una experiencia única. El recorrido bordea la orilla del bosque, se adentra al mismo, y luego se termina en un área abierta de frutales. Hay más de 30 especies de heliconias, tanto nativas como exóticas. Un ejemplo es la heliconia pogonantha y el colibrí hermitaño ruterero, cuya relación es muy claro y visible. Sus colores vividos resaltan y decoran el bosque ya que contrastan las gamas de verde del bosque. Además, si visitas a la hora correcta, verás variados tipos de colibríes revolotear y añadir movimiento y magia al panorama.



Escrito por Gabriela Mateo