



# BITÁCORA DIAMANTE

PESQUERA  DIAMANTE



Noticias que arriban  
a buen puerto

NÚMERO 12 | AÑO 2023

# *¡Unidos somos más fuertes!*



**P. 8**

Coyuntura actual de  
la pesca

**P. 12**

Trabajo en equipo y  
eficiencia

# ÍNDICE

## Excelencia

P. **3**  
Brújula  
Estratégica

P. **4**  
Faro  
Informativo

P. **6**  
Info Mar

P. **8**  
Diamante  
Data

## Respeto

P. **10**  
Todos a  
Cubierta

P. **11**  
Nuestra  
Tripulación

## Aprendizaje Permanente

P. **12**  
Factor  
Seguridad

P. **13**  
Olas y  
Buen Viento

## Integridad

P. **15**  
Mar de  
Momentos

P. **24**  
Pescando  
Comunidad

P. **26**  
Red  
Diamante



Año 2023 - Edición 12

Dirección y edición: **Paola Ramírez**

Redacción: **Valentina Ratti**

Diseño y diagramación: **XPRESSA S.A.C.**

**Agradecimientos:** La doceava edición de nuestra revista Bitácora Diamante, no sería posible, sin los artículos, notas, ideas, fotos y generosidad de: Mardeli Regalado (Callao), Karla García (Lima), Rocío Quichiz (Supe), Stefanny Varas (Malabrigo), Katherine Ordaya (Lima), Marcia Huamaní (Mollendo), Sofia Tito (Flota), Paola Bermúdez (Pisco) y Mario Azofra (Lima), Guido Medina (Lima), Naysha Rioja (Lima), Carla Sifuentes (Flota), Susan Montero (Flota), Gino Alarcón (Lima), Karla García (Lima), Yenifer Longa (Lima), Danny Cancino (Lima), Kimberly Mora (Lima) y Adeli Dulanto (Flota).



**PABLO TRAPUNSKY**  
Gerente General



Estimados colaboradores,

**E**l 2023 será recordado por ser particularmente complicado para la pesca, por motivos de diferente índole. Primero el efecto que el Fenómeno El Niño causó en la primera temporada de pesca de anchoveta, la cual no existió, pero mucho más importante, por el poco interés que el sector tiene en los ojos del gobierno de turno.

Todo el año hemos venido reclamando decisiones oportunas y eficaces, que nos permitieran sobrevivir al FEN que tanto daño nos ha causado. Hemos pedido de diferentes formas, incluso con diferentes ministros, obteniendo casi los mismos resultados: indiferencia y miedo a tomar decisiones.

En estos momentos, estamos en plena temporada de pesca. Tuvimos que hablar claro y fuerte para que la autoridad entendiera que había una ventana de oportunidad que no podíamos desperdiciar, y, aún así, ha sido complicado. No es sencillo lograr que todo el sector pesquero industrial se una.

Hemos visto con claridad que a nuestra autoridad no protege los puestos de trabajo digno, formal y estable que generamos, tampoco parece valorar que nosotros como empresa formal y responsable pagamos impuestos aportando a los ingresos del país. Si fomentar la actividad económica no es prioridad, nos cuestionamos su estrategia o capacidad para afrontar una crisis de alto nivel como la que vivimos. Sin embargo, hay un temor por parte de las autoridades del ministerio en relación a la respuesta desinformada de ciertos medios de comunicación y particularmente de algunas ONGs extranjeras, que no hacen más que generar una paralización del sector. Sucedió en anteriores gestiones y sigue pasando en la actualidad.

En esta coyuntura adversa, tuvimos que apelar al sacrificio de todos para pasar la tormenta, y si bien aún no la pasamos, ya el simple hecho de estar pescando nos cambia totalmente el estado de ánimo y vemos el futuro con algo más de tranquilidad.

Ahora nos debemos enfocar en hacer la mejor temporada posible de pesca, de tal modo que comencemos el 2024 con cierto grado de normalidad. Si bien todavía no está claro qué sucederá con el Niño Global y los efectos que tendrá en nuestra costa, esta operación ayudará al inicio del año.

Todas las medidas que hemos tomado desde el mes de abril en adelante siguen vigentes, pero estamos estudiando de cerca la actividad para definir cuándo podemos reducir la intensidad de estas.

Lo que nos queda por hacer desde nuestro puesto de trabajo, es seguir aportando lo mejor de nosotros para salir adelante. Estoy seguro de que volveremos pronto a gozar de los resultados que veníamos teniendo. No nos dejemos apabullar ni dejemos que la adversidad se apodere de nuestro ánimo y optimismo.

**¡Con fuerza...Diamante!**



# Realizamos el Primer Encuentro de Proveedores

**B**ajo el lema: Cadena Responsable, realizamos el I Encuentro de Proveedores donde pudimos conocer, informar y reconocer a aquellos que cumplieron con el Programa de Negocios Competitivos para Pymes.

En este evento se impulsaron las prácticas sociales y ambientalmente responsables con el objetivo de que los asistentes no solamente brinden un servicio o vendan un producto, sino que también se preocupen por gestionar sus aspectos de sostenibilidad.

De esta manera, Pesquera Diamante busca incentivar a que sus proveedores incorporen el cuidado del medio ambiente en su modelo de negocio y aceleren su transición hacia un futuro más verde e inclusivo.



## Te contamos más sobre nuestro Código de Ética de Proveedores y Clientes

**E**n Pesquera Diamante, alineados con nuestro compromiso de comportamiento ético y abastecimiento responsable, queremos generar una cercanía con nuestros clientes y proveedores. De esta manera, podrán conocer más de las operaciones y el negocio en el que operamos mediante el Código de Ética de Proveedores y Clientes.

Esta es una guía de buenas prácticas y orientación asociados al comportamiento, considerando como base la ética e integridad como parte de la cultura Diamante.

*¡Contamos con tu apoyo!*



Si tienes una preocupación, reporte o consideras que la conducta de algún colaborador, proveedor, cliente o tercero relacionado incumple con lo establecido en este código o en las políticas internas, es tu deber elevar esta información directamente al Oficial de Riesgos y Cumplimiento o a través del Canal de Integridad de Pesquera Diamante mediante los siguientes medios:

- Formulario web: <https://www.canaldeintegridaddiamante.com/>
- Buzón de correo: [reportes@canaldeintegridaddiamante.com](mailto:reportes@canaldeintegridaddiamante.com)
- Buzón de voz: **Puede realizar un reporte a través de un mensaje de voz las 24 horas del día durante los 365 días del año, marcando la opción 2 en los siguientes números: 0-800-1-8140 | (01) 219-7140.**



# ¡Trabajemos juntos para cumplir nuestro Acuerdo de Producción Limpia!

## ¿Qué es un Acuerdo de Producción Limpia (APL)?

Instrumento voluntario que promueve el modelo de economía circular en las empresas a través de mejoras en sus cadenas de valor y que trasciendan el cumplimiento de la normativa ambiental.

### ¿Qué es un APL para Pesquera Diamante?

Es un compromiso firmado entre MINAM, PRODUCE, SNP y PESQUERA DIAMANTE para hacer nuestros procesos eficientes y respetuosos del medio ambiente dentro de la normativa ambiental vigente y además crear sinergia entre Estado y Empresa.

#### Beneficios del APL

Incremento de rentabilidad y competitividad

Acceso a nuevos mercados

Crédito ambiental

Sostenibilidad de la empresa

Reducción de costos



**¡Vamos juntos a cumplir con nuestro compromiso por la economía circular y la sostenibilidad!**

# ¡Implementamos la Medición Huella de Carbono en Diamante!

Ya tenemos la medición de la huella de carbono de todas nuestras plantas, con ello hemos logrado nuestra primera estrella del Minam.

¿Qué es la huella de carbono? Es el total de Gases de Efecto Invernadero emitidos de manera directa o indirecta por una organización.

Huella de Carbono en Perú:



## ¿Por qué medir la HC en Pesquera Diamante?



Evidenciamos nuestro **compromiso** en la lucha con el cambio climático.

ODS 13

Lograr objetivos. **Acción por el clima (ODS 13)**



Identifica oportunidad de reducción de costos.

**Eficiencia e innovación.**



Provee información a actores clave.

**Reporte de Sostenibilidad.**



# ¡Aprovechemos las oportunidades!

## ¿Qué es El Niño?

Es un fenómeno natural caracterizado por el cambio de las temperaturas del océano en la parte central y oriental del Pacífico Ecuatorial, asociado a cambios en la atmósfera.

### Tipos de Niño:



**Niño Océánico:** La anomalía de temperatura de aguas superficial aumenta más de 0,5 grados en la región Niño 3.4 (Pacífico Central)



**Niño Costero:** La anomalía de temperatura de las aguas superficiales aumenta más de 0,4 grados en la Niño 1.2 (norte de Perú)

## ¿Qué es la cuota OROP?

Las Organizaciones Regionales de Ordenamientos Pesqueros (OROP) están integradas por países con intereses pesqueros en un área de alta mar. La mayoría de OROP tienen facultades de gestión para fijar límites de captura y esfuerzo pesquero, medidas técnicas y de control, pasando las 200 millas. Por este motivo, son la principal herramienta de cooperación entre naciones pesqueras, elemento esencial para la conservación y gestión efectiva de pesquerías internacionales.

Diamante fue la primera pesquera peruana en obtener la cuota OROP en el mes de junio:

Cuota OROP: 20,000 TM

Descarga Nacional: 27,227 TM

Descarga PD: 8,361 TM

% Alcanzado: 30%



CUOTA OROP





## ¿Cuáles son las oportunidades de las operaciones de Flota que no deberíamos desaprovechar?

# 1

### Pesca de CHD: Jurel y Caballa

Según IMARPE, el jurel se encuentra al sur de Ático y la caballa al norte de Malabrigo, con menos del 3% de juveniles

#### HAY OPORTUNIDAD

de incrementar la cuota dentro de las 200 millas de la costa.

# 2

### Seguir monitoreo del Sur y Centro Norte

Se espera que las condiciones generadas por el Niño Costero continúen por lo menos hasta el verano del 2024.

Se debe continuar con el monitoreo de condiciones oceanográficas, del stock norte-centro y zona SUR, donde se han dejado de hacer monitoreos periódicos por parte de la autoridad pesquera.

Los métodos de monitoreo y observación son SEGUROS. Durante la última muestra tomada en la pesca exploratoria, se extrajo menos del 0.06% de la biomasa.

# 3

### Habilitar la Pesca de Oportunidad

- En caso de eventos naturales como el fenómeno de El Niño, las autoridades pesqueras deben encontrar alternativas como la PESCA DE OPORTUNIDAD.
- En estas condiciones llegan a nuestro mar otras especies como: Bonito, caballa, jurel, atún, pota, entre otros; que pueden ser aprovechados sosteniblemente para pasar esta época crítica pesquera.

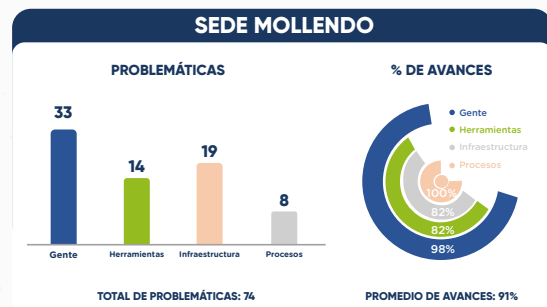
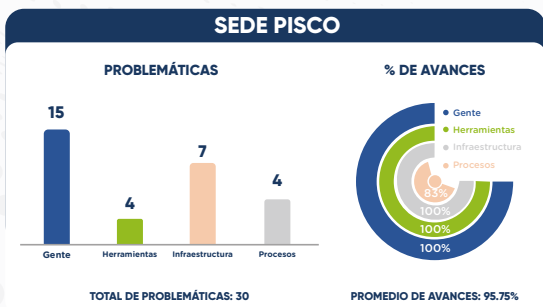
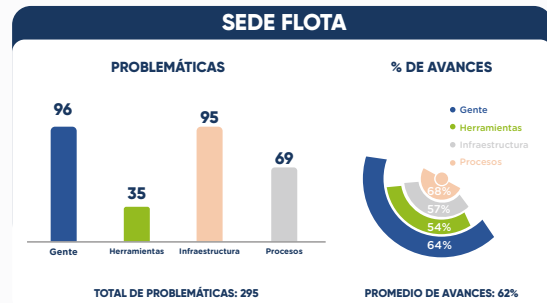
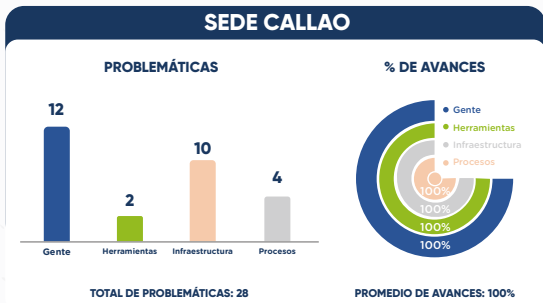
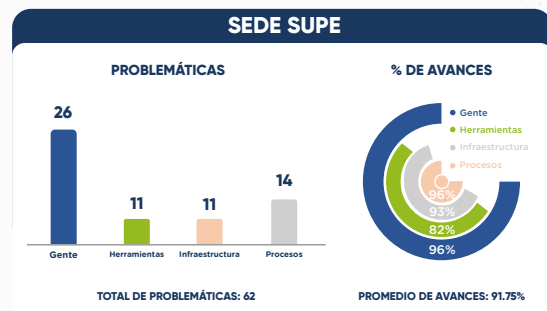
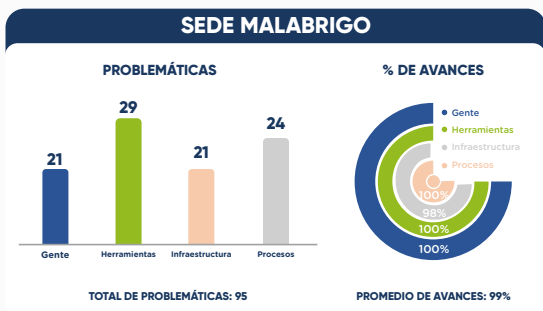




# PROGRAMA TE ESCUCHO



+ ¡Conoce nuestros indicadores!



¡SEGUIMOS ESCUCHÁNDOTE! GRACIAS AL PROGRAMA TE ESCUCHO TENEMOS MÁS MEJORAS, MÁS DIAMANTE.





Cerca

# PROGRAMA CERCA

¡Conoce los logros del programa Cerca!



## Sede Callao

Escalera reubicada al lado oeste de los purificadores de harina.



## Sede Flota

Recuperación de áreas verdes en ex zona de residuos.



## Sede Mollendo

Reparación de sumideros de duchas.



## Sede Pisco

Pintado de exteriores área comedor.



## Sede Malabrigo

Implementación de nuevos contenedores de residuos en planta.



## Sede Supe

Soldeo de tapones en flux.

MÁS CERCA

LOGRAMOS MÁS EXCELENCIA.



# ¿Ya conoces a nuestro Diamante de Diamantes Rodrigo Corcino?

## ¿Qué significa para ti ser un Diamante de Diamantes?

Me siento muy feliz y orgulloso por este reconocimiento. Para mí es muy importante ser un Diamante de Diamantes, ya que confían en la calidad de mi trabajo y actitudes para desarrollar mis actividades y superar los obstáculos. Estoy enfocado en lograr todos mis objetivos con mucha responsabilidad, trabajando en equipo y aprendiendo siempre de los demás.

## ¿Cómo crees que conseguiste este logro?

Demostrando día a día mi compromiso con la empresa y el trabajo que realizo. Tomando cada reto con mucho entusiasmo y positivismo para que las cosas salgan bien. Preparándome para ser mejor cada día.

## ¿Qué fue lo que más te motivó?

Mi mayor motivación fue mi familia, amistades y compañeros de trabajo, quienes confiaron siempre en mí y me motivaron en todo momento para seguir adelante y vencer todos los obstáculos que iban apareciendo en el camino. Además, el liderazgo de mis jefaturas, quienes me enseñaron mucho con el ejemplo y diciendo siempre, ¡Sí se puede!

## ¿Qué tengo que hacer si también quiero ser un Diamante de Diamantes?

Ser perseverante y responsable en todas las tareas que te asignan. Alinearse a los valores de la empresa y amar tu trabajo. Además, trazar metas diarias que te ayudarán a estar motivado y esforzarte para poder cumplirlas.

## ¿Qué mensaje final dejarías a tus compañeros de Pesquera Diamante?

En primer lugar, ser agradecidos siempre con Dios. Tener presente que en Pesquera Diamante somos una familia y es importante luchar día a día en equipo para poder cumplir todos los objetivos. Todos los sueños se pueden lograr si haces las cosas con mucho esfuerzo y responsabilidad. Siempre ir para adelante, aprendiendo de cada experiencia. ¡Con Fuerza Diamante!

**¡Felicidades Rodrigo, que sigan los éxitos!**



# SOY DIAMANTE

## RODRIGO DARÍO CORCINO GUERRERO

Considero que el valor con el que más me identifico es aprendizaje permanente, pues considero que para seguir avanzando es importante seguir ampliando nuestros conocimientos.

- **Sede:** Malabrigo
- **Cargo:** OP2 – PAC
- **Área:** Producción
- **Parte del equipo Diamante:** 12 años



## ¡Listos para adaptarnos a los cambios!



Tras la difícil coyuntura que está atravesando el sector pesca, en Diamante nos hemos adaptado trabajando en equipo y apoyando a las áreas que más lo necesitan en esta situación. Es así como nuestros colaboradores de CHI de la planta Callao están realizando algunas labores en equipo con los de CHD, trabajando por etapas, conociendo cada parte del proceso de los productos y mejorando la limpieza en sus zonas de trabajo, lo cual evita la contratación de un personal tercero y genera un ahorro para la empresa.

Estos cambios han generado un crecimiento importante no solamente para el desarrollo de las áreas, sino también para el crecimiento de nuestros colaboradores porque han podido adoptar nuevos conocimientos en este tiempo. Muchos de ellos ya manejan equipos y ayudan al manejo de proceso en línea como soporte de los principales operadores, disminuyendo las paradas de planta por algún problema que ocurra.

Además, la comunicación entre los grupos de colaboradores de las distintas áreas es más lineal y eficiente, lo cual nos ha permitido obtener buenos resultados gracias al trabajo en equipo. Gracias al apoyo del capital humano de la planta CHI nuestros operadores de CHD lograron disminuir tiempos de producción, estimulando la creatividad de conocer nuevas alternativas y romper con los procesos rutinarios.

**Es una fortaleza única de Diamante que ha generado una adaptabilidad positiva a los cambios, donde a pesar de la coyuntura complicada hemos salido adelante en equipo**

José Shishido – Jefe Comercial CHD

**Es la primera vez en Diamante que hacemos este tipo de cambios y hemos obtenidos resultados exitosos, donde todos nos hemos adaptado para lograr los objetivos. Hemos designado a cada grupo la responsabilidad de una etapa del proceso de producción y considero que nuestros colaboradores han vencido los retos, aprendiendo cosas nuevas**

Jorge Toguchi - Superintendente de Sede Callao

***¡Felicitamos esta iniciativa de nuestra planta Callao por demostrar que podemos superar las adversidades, viéndolas como oportunidades para seguir mejorando!***



## ¡Los representantes de WWF Japón visitaron nuestras embarcaciones!



**E**l Fondo Mundial para la Naturaleza (WWF) es una organización internacional sin fines de lucro dedicada a la conservación y preservación de la naturaleza y sus diferentes especies con la cual tenemos una alianza para capacitar a nuestros colaboradores de Flota Mar en pesca incidental, esto a través de nuestro programa Guardamares.

Es así como recibimos la visita de 5 representantes de la organización, 3 de ellos llegaban desde la sede de Japón, para ver las prácticas y herramientas que utilizamos para la manipulación y liberación de especies marinas que cayeron por accidente en las redes de pesca.

*Seguiremos trabajando en equipo  
para mantener la sostenibilidad del  
mar y sus especies.*





# ¡Llegamos al 100% de condiciones subestándares corregidas!

Nuestra planta Pisco logró el cierre del 100% de condiciones subestándar identificadas en sus instalaciones. Esto promueve y

genera ambientes de trabajo libre de accidentes tanto para los trabajadores como para el bienestar y tranquilidad de sus familias.

Pesquera Diamante los alienta a seguir por este camino, reconociendo a cada uno de los integrantes que componen este equipo.

# 24

## condiciones subestándar cerradas

ANTES



DESPUÉS



ANTES



DESPUÉS



### Zero accidentes

El equipo de Pisco acumula 292 días sin accidentes en sus instalaciones. El cumplimiento oportuno del Programa de Seguridad y Salud Ocupacional 2023 genera el soporte necesario para asegurar menor probabilidad de accidentes mediante actividades como: Análisis de accidentes/incidentes, riesgos, capacitaciones, seguimiento médico ocupacional, simulacros en emergencias, uso oportuno de equipos y materiales de seguridad y la participación de líderes, lo cual ayudaron a alcanzar este importante logro.



Récord alcanzado del 19/10/2022 hasta el 07/08/2023.





## Te presentamos a los ganadores de nuestros Programas de Reconocimiento

En Pesquera Diamante reconocemos los comportamientos alineados a la cultura corporativa para incrementar la motivación y compromiso de nuestros colaboradores. Es por esto por lo que contamos con nuestra premiación del Diamante de Diamantes, la cual busca reconocer al colaborador que se haya destacado por sus valores y competencias.

Para la premiación del año 2022, el proceso se volvió más participativo,

ya que tuvimos la intervención no solo de los líderes como parte de la decisión final, sino también de los miembros de cada una de las sedes mediante una votación, luego de una trivía, donde cada candidato pudo comentar un poco más sobre lo que conoce de la cultura organizacional. De esta manera, se pudo definir quién sería el Diamante de Sede y posterior a ello, conocer quién sería el Diamante de Diamantes.

Con mucho orgullo queremos recordar que en Diamante contamos con colaboradores que resaltan día a día,

mediante las acciones que realizan. Nuestro colaborador escogido como Diamante de Diamantes 2022 fue Rodrigo Corcino de la planta Malabrigo.

***¡Felicitamos a Rodrigo y a todos nuestros colaboradores Diamantes de cada sede!***

***¡Sabemos que continuarán siendo voceros de la cultura Diamante!***

## Diamante de Flota

Enfocados en mantener a nuestra gente de mar motivada, continuamos con nuestro programa: Diamante de Flota, el cual busca reconocer a la embarcación que tenga el mejor alineamiento a nuestros valores con el objetivo de llegar a la excelencia operativa.

Los indicadores que se tomaron en consideración para la premiación fueron: Eficiencia de bodega, TVN, Gal/Ton, mantenimiento de redes, faltas al reglamento, índice de accidentabilidad, asistencia de capacitaciones de Safestart e inspecciones de seguridad.

Luego de una ardua revisión de los indicadores y, de acuerdo con la realidad de cada embarcación, el **Diamante de Flota 2022 es para nuestra E/P Daniella**. Ellos demostraron que son muy comprometidos con sus labores y trabajan arduamente como equipo, cumpliendo con los valores corporativos, para lograr óptimos resultados.



***¡Felicitades, Embarcación Daniella!***

## Planta Excelencia

Enfocados en mantener a nuestros colaboradores motivados, por segundo año consecutivo, lanzamos nuestro programa de Planta Excelencia, el cual busca reconocer a la planta que tenga el mejor alineamiento a los valores, enfocándose a la excelencia operativa.

Los indicadores que se tomaron en consideración para la premiación fueron: El Factor de reducción P/H, Consumo de Combustible, Reprocesos, Calidad de Harina, Disponibilidad, Confiabilidad, Mantenimiento Correctivo, Auditorias, Orden, Limpieza, Cumplimiento de capacitaciones, Innovación, Seguridad y Responsabilidad Social en la sede.

Luego de una ardua evaluación, **la Planta Excelencia 2022 fue Malabrigo**.



***¡Felicitades a nuestra planta Malabrigo!***



## Te contamos más sobre la Escuela de Operarios con TECSUP

**E**stamos muy contentos de que nuestros colaboradores continúen adquiriendo nuevos conocimientos técnicos, gracias a la Escuela de Operarios que desarrollamos en alianza con TECSUP.

Tuvimos 6840 horas de capacitación distribuidas en clases teóricas y prácticas en los temas de Soldadura de Recuperación, Fundamentos de Mecánica e Instalación y Programación de tableros eléctricos con PLC para 45 operarios de las áreas de Mantenimiento y Producción de las sedes Callao, Malabrigo, Supe y Pisco que pasaron con éxito por esta ruta de aprendizaje.



**#FuerzaDiamante #Evoluciona #TalentoDiamante**

***¡En Pesquera Diamante continuamos apostando por el desarrollo de nuestros colaboradores!***

## Larry Wilson, director general de SafeStart, visitó nuestras instalaciones



**E**l director general y autor de SafeStart, Larry Wilson, visitó nuestras sedes de Lima y Callao. El objetivo de SafeStart es ayudar a las personas a evitar los errores e incidentes en sus actividades laborales, creando una cultura de trabajo seguro en las empresas. En Diamante somos la primera empresa pesquera en implementar este programa a nivel mundial.

***“Me siento muy contento de poder visitar a Pesquera Diamante, una empresa que se preocupa por cada persona que trabaja en ella, aplicando todas las herramientas que brindamos con el concepto exclusivo de SafeStart. Ya estamos en más de 60 países alrededor del mundo”*** mencionó Larry Wilson.

También visitaron la sede Callao, donde Wilson pudo interactuar con nuestros trabajadores, conociendo cada uno de los procesos que realizan asegurando el uso correcto de todos los elementos de protección. Finalmente, tuvo un espacio para poder conocer a un grupo de niños, nuestros Diamantines, y enseñarles, de una manera lúdica, la importancia de este tema.

***“Estamos muy contentos de recibir a una persona tan capacitada y con mucho conocimiento sobre la seguridad para evitar accidentes. Nosotros, pioneros en SafeStart, seguiremos trabajando en equipo para cumplir nuestras metas, cuidando la vida de todos”,*** dijo Pablo Trapunsky.



# Feliz Día Mamá



Sede Flota Tierra



Sede Supe



Sede Callao



Sede Mollendo



Sede Lima



Sede Pisco







# Feliz Día PAPÁ



Sede Mollendo



Sede Flota Mar



Sede Lima



Sede Pisco



Sede Flota Tierra



Sede Supe



Sede Callao



Sede Malabrigo



Aprendizaje Constante

Mar de momentos

# Día del Trabajo y SSO



Sede Flota Tierra



Sede Malabrigo



Sede Mollendo



Sede Pisco



Sede Supe



Sede Callao



# RED

Reunión Estratégica Diamante



Sede Supe



Sede Malabrigo



Sede Callao



Sede Pisco



Sede Mollendo



Sede Flota Tierra



# Día de San Pedro y San Pablo



Sede Malabrigo



Sede Callao



Sede Flota Tierra



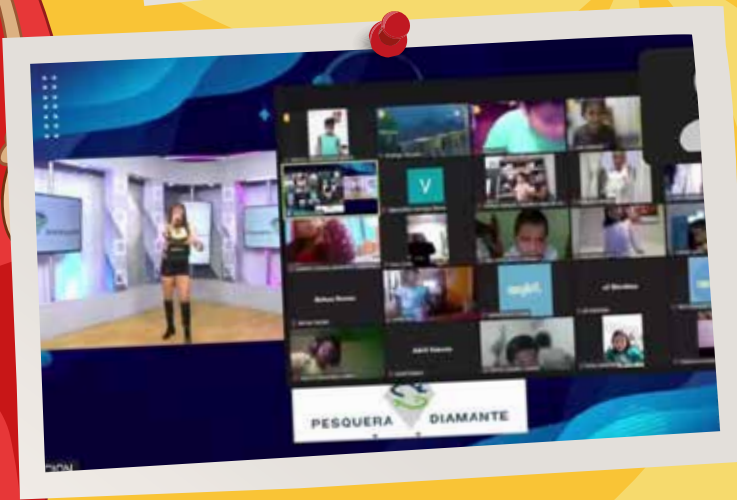
Sede Pisco



Sede Supe

Mar de momentos

Aprendizaje Constante





# Diamantines

## VISITA de NIÑOS



Sede Callao y Flota



Sede Pisco



Sede Lima



Sede Malabrigo



Sede Mollendo



Sede Supe



# Podcast



Mira todos nuestros capítulos **AQUÍ**





# CONVOCATORIA FLOTA





AYACUCHO

# CONOCE SOBRE EL VOLUNTARIADO EN NUESTROS TAMBOS PESQUEROS DE AYACUCHO



Realizamos el voluntariado en nuestros Tambos Pesqueros de Ayacucho, donde se presentó Yurit Maguiña, nuestra supervisora SSO de la sede Pisco, quien sensibilizó en idioma quechua temas de salud, nutrición y seguridad en sus labores

diarias de campo a los padres de familia de la comunidad.

El voluntariado fue bien recibido, puesto que se acompañó con las cocinas en vivo y entrega de kits de alimentos para combatir la anemia en iniciales.

**¡Escanear el código QR y conoce más de Tambos!**





## RECETAS

## TAMBOS PESQUEROS



## Garbanzo con trozos de pescado

*"El garbanzo contiene vitamina K, hierro, fosfato, calcio, magnesio, manganeso, zinc las cuales contribuyen a la construcción de la estructura y la resistencia ósea".*

**Ingredientes: (4 Porciones)**

- 2 Pescados enteros
- 1/2 Kg. de garbanzo
- 1 Cucharada de ojo molido
- papa picada en cuadritos
- Aceite
- 1 cabeza de cebolla picada
- 1 pizca de palillo
- 1 lechuga
- 2 tomates
- Sal y pimienta.
- 1 Limón

**Preparación:**

- Descongela el pescado y refríe todos los huesos para hacer el chilcano. Corta el pescado en cuadraditos.
- En una olla, añade ojo y cebolla picados, y condimento con una pizca de palillo, pimienta y comino. Sofríe durante unos segundos. Agrega un plato de caldo de pescado y deja que hierva.
- Una vez que el aderezo haya hervido, añade las papas y déjalas cocinar durante unos minutos.
- Luego, agrega los garbanzos ya cocidos y finalmente incorpora el pescado.
- Aparte, cocina el arroz para acompañar los garbanzos.
- Finalmente, prepara una ensalada picando tomate y lechuga.
- ¡Listo! Ahora podrás disfrutar de tu Garbanzo con trozos de pescado acompañado de arroz y ensalada.

Compartimos este video que USAID nos hizo como parte de un reconocimiento por brindar nutrición a más peruanos a través de nuestras capturas de jurel y caballa. Esto nos permite llevar alimentos nutritivos a Huánuco y Ayacucho, zonas altoandinas con mayores índices de anemia, con nuestro programa Tambos Pesqueros Diamante.



Ver Video



Tambos Pesqueros Diamante



Tambos Pesqueros Diamante

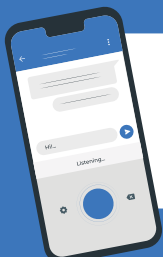
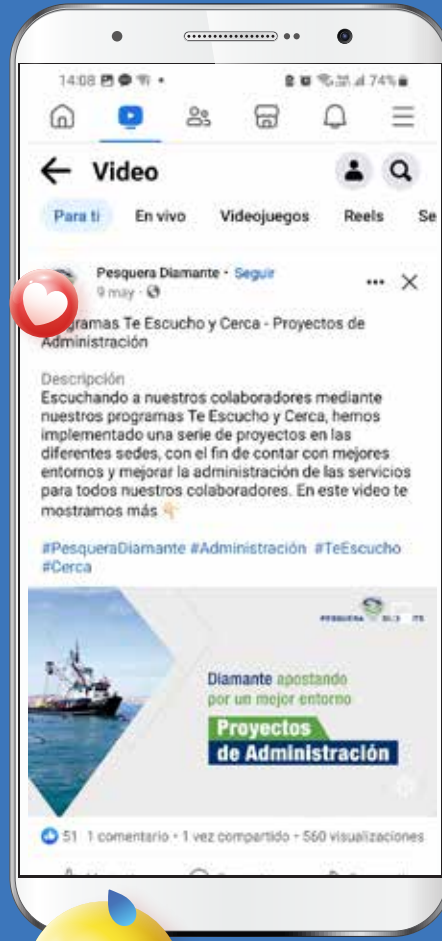


Integridad

Red Diamante

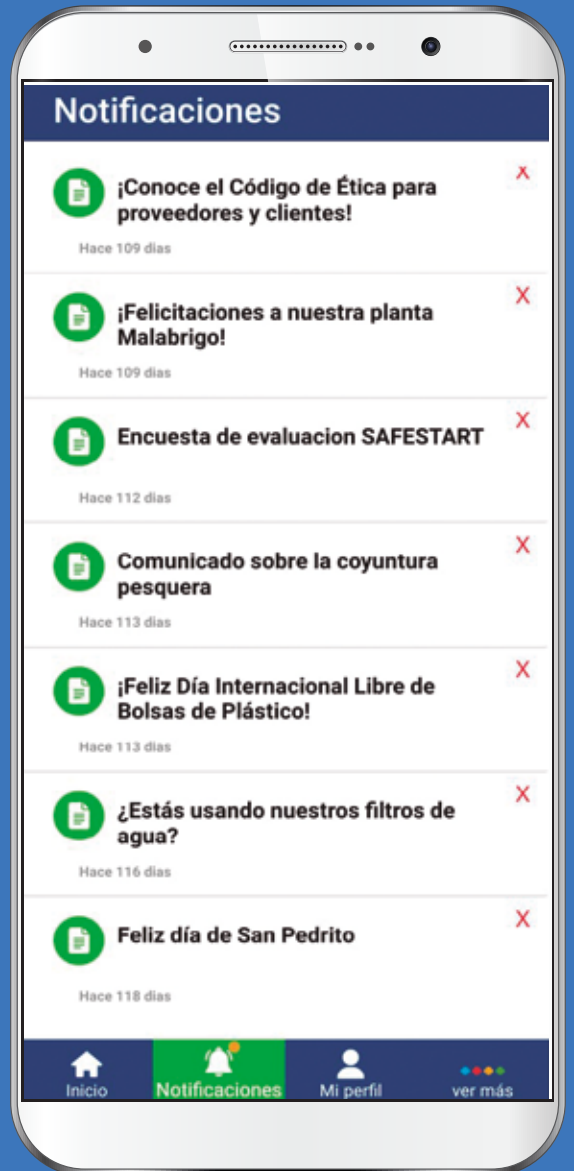
# Red Diamante

Te presentamos las publicaciones más comentadas en nuestras redes sociales durante este periodo. Sigamos compartiendo emociones y momentos Diamante.



Descarga la App Fuerza Diamante **INGRESANDO AQUÍ**







[www.diamante.com.pe](http://www.diamante.com.pe)