



## ¿Qué es el Chilto?

El Chilto (*Solanum betaceum Cav.*), también llamado tomate de árbol, es una especie nativa de América del Sur, domesticada y cultivada por las poblaciones originarias.

Se lo encuentra generalmente en ambientes húmedos, preferentemente umbríos, junto a árboles de gran porte y arbustos de diferentes especies.

Se caracteriza por poseer hojas de gran tamaño, suaves al tacto y de fuerte aroma. El fruto es una baya carnosa y comestible, de coloraciones anaranjadas, rojizas a rojo carmesí y con un gran número de semillas.

En Argentina se distribuye naturalmente en la región de las Yungas, comprendida por las provincias de Jujuy, Salta, Tucumán y Catamarca. Las comunidades indígenas y campesinas, son las que más promueven el desarrollo de este fruto, por su gran arraigo cultural.



Ministerio de Ambiente  
y Desarrollo Sostenible  
Argentina

Por sus características el Chilto es una especie que promete convertirse en un producto sostenible que garantice la conservación de la región de las Yungas generando un desarrollo local y valorizando la cultura de las comunidades por las especies nativas.

El **Proyecto USUBI** trabaja y articula con pueblos indígenas y pequeños productores campesinos, de las ecorregiones de Yungas (Jujuy), Chaco Seco (Salta) y Bosque Atlántico (Misiones), para el desarrollo de las cadenas de valor de productos del bosque nativo, en un proceso que se inicia desde la recolección como modo de uso sostenible. Poder incluir estos productos que cuidan los bosques nativos es fundamental para actuar en un sendero que busca garantizar la seguridad alimentaria y conservar el ambiente.

**USUBI** Uso Sustentable de la Biodiversidad  
Bosque Atlántico, Yungas y Chaco Seco

Contacto: [usosustentable@ambiente.gob.ar](mailto:usosustentable@ambiente.gob.ar)  
Tel: (011) 4348-8482



# Chilto

## Tomate de árbol

### El superfruto de las Yungas

ambiente

Argentina unida



## Uso y consumo



El Chilito, de sabor agridulce y refrescante, tiene una cáscara fina, lisa y de sabor amargo, la cual debe retirarse para su consumo.

Los pobladores locales de las Yungas, lo utilizan como fruto fresco, jugos o ensaladas y para la elaboración de comidas como guisos, salsas y sopas.

Es un insumo básico en la industria de compotas, salsas, chutneys, jugos, helados, almibares, mermeladas y pulpa congelada.



## Propiedades medicinales

Su uso es apropiado para combatir anginas, gripes y disfunciones hepáticas. En frutoterapia, el Chilito fortalece al cerebro, y contribuye a curar cefaleas severas.

También tiene sustancias que bajan la tensión arterial y los niveles de colesterol y triglicéridos en sangre.

## Datos nutricionales

Este fruto es una excelente fuente de vitaminas, minerales y compuestos antioxidantes. Se le atribuye un gran número de atributos, entre ellos:

- > Bajo en grasa y por lo tanto en calorías.
- > Bajo en carbohidratos.
- > Fuente de vitamina A, B1, C y E.
- > Alto contenido de minerales como calcio, fósforo, hierro y potasio, pero muy baja en sodio, que es un equilibrio deseable para una dieta saludable.
- > Alto contenido de fibra.

Argentina **unida**