

# TE (MATE) DE COCA

El mate de coca o té de coca (del quechua kuka) es una infusión de hojas de coca popular y típica de las regiones andinas de Bolivia, Perú, Norte de Chile y el Noroeste de Argentina.

El mate de coca es una bebida milenaria consumida ya sea tanto como estimulante como para curar el soroche o mal de montaña, no siendo dañino ni tóxico. Posee además un valor simbólico. La bebida produce un efecto energizante similar al del café. La venta y consumo de las hojas de coca es legal en Perú y Bolivia, siendo también común en el Noroeste de Argentina y el Sur de Brasil. Es habitual en los restaurantes al finalizar la comida el ofrecer un mate de coca en saquitos o bolsitas para estimular la digestión. Puede ser endulzado con azúcar o miel.

El consumo de mate de coca, incrementa la absorción del oxígeno en la sangre y con ello combate el mal de montaña y tiene efectos de ayudar en la digestión y carminativo



[www.bolivianland.net](http://www.bolivianland.net)