

# FRIJOL DE LIMA DE SIETE AÑOS (FRIJOL LUNA)

Frijol De Lima De Siete Años (Frijol Luna), Haricot De Lima

*Phaseolus lunatus*

Fabaceae

## ECHO® FICHA DE INFORMACIÓN SOBRE PLANTAS

### Origen

El frijol de Lima de siete años se cree que tuvo su origen en Centroamérica. Su nombre proviene de su habilidad para permanecer en estado productivo por varios años. Las semillas de ECHO originalmente llegaron de Asveldt Ranch en Mwenezi, Zimbabwe, donde se siembra el frijol de Lima de siete años alrededor de las casas y crece en los techos de las mismas alejadas de las cabras forrajeras.

### Usos

La cualidad única de este frijol es su habilidad para debilitar y suprimir la maleza a la vez que provee de forraje continuo para animales, frijol para consumo humano, una densa cubierta perenne para regiones tropicales secas y abono verde que añade nitrógeno al suelo. El frijol de siete años se caracteriza por un vigoroso crecimiento en enredadera que rápidamente se desarrolla en una gruesa alfombra de cerca de 2' de altura.

### Nombres comunes

- Inglés
  - Seven Year Lima
  - Madagascar Bean
  - Painted Lady
  - Tropical Lima
  - Haricot De Madagascar
- Francés
  - pois de sept ans
  - pois du cap
  - fève créole

### Cultivo

- Las semillas de lima de siete años deben ser plantadas directamente en los suelos preparados ya que no gusta de ser transplantada. Las temperaturas frías pueden obstaculizar la germinación. Las semillas deben sembrarse a 3-6cm de profundidad y con una separación de alrededor de 60 cm. La floración comienza 60-90 días después de sembradas las semillas. La planta prefiere un clima seco, libre de heladas para desarrollarse, pero si sucede una helada se marchitará y retoñará nuevamente. Su crecimiento se torna lento en un clima frío. Es razonablemente resistente a las sequías y requiere de un suelo ligero y bien drenado con un pH de 6-7. Es tolerante a una gran variedad de tipos de suelos. Los frijoles pueden ser sembrados en pilas y con espalderas o al boleto para producir una cubierta gruesa para el suelo. Antes de la temporada húmeda, debe podarse la enredadera. Su crecimiento puede declinar pero estará rejuvenecida cuando termine la temporada de lluvias. La razón para podar es obtener un crecimiento saludable de retoños para resistir los períodos de intensa lluvia y humedad.

### La cosecha y producción de semillas

La alfombra puede podarse y alimentar a los animales como mezcla con otros forrajes. Se recomienda una poda ocasional para estimular nuevo crecimiento vigoroso y para rejuvenecer la alfombra. El suelo puede ser completamente cubierto en 60-75 días cuando se siembra cada pie cuadrado y las temperaturas son cálidas. Las vainas son producidas continuamente a lo largo de su vida proporcionando múltiples cosechas. Los frijoles secos están listos para ser cosechados después de 7-9 meses. Las semillas son fáciles de recolectar y pueden almacenarse en un sitio fresco y seco por muchos años.

### Plagas y Enfermedades

Es una planta extremadamente fuerte y vigorosa. El frijol de siete años es susceptible a los nemátodos del nódulo de las raíces aunque continúa con vida con raíces infectadas.

### Cocina y Nutrición

Los frijoles pueden comerse como granos. Los frijoles deben mojarse de 4 a 6 horas antes de cocinarse. Los frijoles pueden hervirse y el agua desechada antes de comerse. Los frijoles y las hojas nunca deben ser consumidos crudos. Los frijoles de lima son un buen aditivo de proteínas para sopas, estofados y guisados. Luego de cocerse y cocinarse, puede ser refrigerado y consumido frío.