FRIJOL LABLAB

Frijol Lablab, Judía, Habichuela, Poroto De Egipto, Judía de Egipto, zarandaja, Frijol de Egipto

Lablab purpureus Fabaceae

ECHO® FICHA DE INFORMACIÓN SOBRE PLANTAS

Descripción

Lablab purpureus puede crecer en un amplio rango de condiciones climáticas y tipos de suelo, dependiendo de la variedad elegida. Se cultiva ampliamente en todos los trópicos y subtrópicos y ocurre de manera silvestre en el África tropical (incluyendo Madagascar) e India. La palatabilidad del lablab sobrepasa la del frijol terciopelo o del frijol de espada (judía sable).

Usos

Este frijol puede cultivarse como verdura o como legumbre para el consumo humano, o para forraje o alimentación animal. Las vainas jóvenes, hojas y flores pueden comerse como verdura cocinada. Las semillas secas, cocinadas, una buena fuente de proteína, se procesan como tortas de frijol, se fermentan como *tempeh*, o, antes de cocinarse, se germinan y consumen frescas. Los brotes de las semillas pueden comerse como los del frijol mungo. Las plantas pueden ser forrajeadas por el ganado, las ovejas, cerdos y cabras. El material seco de las plantas jóvenes puede usarse como forraje para los animales. El follaje también puede ensilarse. Variedades de *L. purpureus* tales como *Highworth*, *Rongai*, y *White*, se han utilizado con éxito como cultivos de cobertura para suprimir el crecimiento de las malezas y retrasar la erosión del suelo y como abono verde. El *L. purpureus* retiene algún crecimiento verde durante las sequías, brindando a los agricultores una fuente de forraje durante las estaciones secas. *L. purpureus* se intercala con cereales como maíz y sorgo.

Nombres comunes

- Inglés
  - Lablab Bean
  - Bonavist
  - Egyptian Kidney Bean
  - Hyacinth Bean
  - Dolique
  - Dolique D'Égypte
- Francés
  - lablab
  - pois boucoussou
  - pois antaque
  - pois indien

Cultivo

- **Elevación-** 0-2400 m
- **Precipitación**- 750–2500 mm/año; una vez establecido, es bastante resistente a la sequía
- **Tipos de suelo**- crece en una variedad de suelos
- **Temperatura: 22**–35°C; heladas ligeras dañan las hojas pero no matan las plantas.
- **Luz:** sol parcial o a pleno sol

Si se intercala con cereales u otros cultivos, ajuste el espaciamiento o el momento de siembra de *L. purpureus* para minimizar la competencia entre cultivos. En siembras puras, siembre las semillas con una distancia de 30-50 cm y 80-120 cm entre surco para permitir espacio para el crecimiento de las enredaderas. *L. purpureus* también puede sembrarse con espalderas, sembrándose con menor espaciamiento.

La cosecha y producción de semillas

Al sembrarse temprano en la época de cultivo, *L. purpureus* comienza a producir vainas en 60-70 días y continúa hasta 90-100 días. Para usarlo como legumbre o para guardar semilla para el siguiente año, la semilla de *L. purpureus* debe dejarse madurar hasta aproximadamente 150-210 días después de la siembra.

Plagas y Enfermedades

Los efectos de la enfermedad de marchitez bacteriana (*Xanthomonas phaseoli*), que en condiciones climáticas húmedas causan defoliación grave pueden disminuirse al cultivar *L. purpureus* entremezclado con otra especie de frijol, *Phaseolus trilobus*. El agente de la antracnosis, *Colletotrichum lindemuthianum,* puede causar daños al cultivo en India. Larvas barrenadoras de la vaina se han reportado como plaga en India. La cepa HE-111 del *Bacillus cereus* var. *thuringensis* ha sido reportada como un agente efectivo en contra de algunas larvas barrenadoras de la vaina. En Puerto Rico, el escarabajo de la hoja del frijol, *Ceratoma ruficornis,* se reporta como una plaga seria. Las larvas del escarabajo brúquido, *Callosobruchus* spp., atacan las semillas en almacenamiento y en el campo.

Cocina y Nutrición

©2022 ECHO Inc.

Aunque se ha reportado que las variedades '*Red*' y '*White*' pueden consumirse de manera segura como vainas verdes, las semillas maduras del lablab son generalmente fuentes de toxinas inhibidoras de tripsina y de glucósidos cianógenos, y estas semillas deben cocinarse bien antes de comerlas. Los frijoles lablab secos generalmente pueden sustituirse por otros frijoles secos en las recetas. Los frijoles lablab son buenas fuentes del aminoácido lisina y como tal complementan las dietas basadas en maíz, generalmente bajas en lisina. Los frijoles contienen 20-28% de proteína cruda. Las vainas verdes también son una buena fuente de proteína así como una valiosa fuente de fibra.

Referencias

Ecocrop. 1993-2007. *Lablab purpureus*. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, Roma, Italia. ecocrop.fao.org/ecocrop/srv/en/dataSheet?id=1311. Visitada 26 de junio de 2019.

Heuzé V., Tran G., 2015. Lablab *(Lablab purpureus).* Feedipedia, porgrama de INRA, CIRAD, AFZ y FAO. https://www.feedipedia.org/node/297 Actualizado la última vez el 19 de febrero de 2016

©2022 ECHO Inc.