

# FRIJOL DE LIMA

Frijol De Lima

*Phaseolus lunatus*

Fabaceae

---

## ECHO® FICHA DE INFORMACIÓN SOBRE PLANTAS

---

### Origen

Se cree que el frijol de Lima tuvo su origen en México y en áreas del suroeste de los Estados Unidos. Las semillas de ECHO originalmente provinieron de regiones secas de Kenia.

### Usos

El uso principal de los frijoles secos es para consumo humano. El frijol de Lima también puede usarse como cultivo de cobertura aunque no es probable que iguale la habilidad del frijol de Lablab para fijar nitrógeno y cubrir extensamente el suelo. Las plantas y las vainas verdes de frijoles pueden usarse como forraje. Es especialmente recomendable para áreas semi-áridas.

### Nombres comunes

- Inglés
  - Hopi Red Lima
- Francés
  - haricot de lima rouge
  - pois chouche
  - pois savon

### Cultivo

Las semillas de frijol de Lima deben sembrarse directamente en el suelo preparado en vez de ser transplantadas. Las temperaturas frías pueden obstaculizar la germinación. Las temperaturas frías pueden obstaculizar la germinación. Las semillas deben sembrarse a 2-3cm de profundidad y con una separación de alrededor de 45-50 cm. La floración comienza 70-100 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 vuelve lento en un clima frío. Es muy resistente a las sequías y prefiere 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 sembrarse en pilas o puestos en espaldera o al boleto para producir una cubierta gruesa para el suelo. Se puede obtener una mejor calidad de frijoles si son puestos en espaldera- al frijol de Lima le gusta trepar. Es perenne y pueden sembrarse durante varios años. 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 brote sano de nuevo crecimiento que resista los periodos de intensa lluvia y humedad.

### La cosecha y producción de semillas

Se recomienda una poda ocasional para estimular un nuevo crecimiento vigoroso. Las vainas son producidas continuamente a lo largo de su vida proporcionando múltiples cosechas. Los frijoles secos están listos para ser cosechados después de 6-8 meses. Las semillas son fáciles de recolectar y pueden almacenarse en un sitio fresco y seco por muchos años. Las semillas son pequeñas y poseen un distintivo color rojo.

### Plagas y Enfermedades

Es una planta extremadamente fuerte y vigorosa. El frijol de Lima es susceptible a los nemátodos del nódulo de la raíz aunque continúa persistiendo/con vida con raíces infectadas. También es susceptible a enfermedades del orden Heteroptera.

### Cocina y Nutrición

Los frijoles pueden comerse como granos. Los frijoles deben remojarse de 4 a 6 horas antes de cocinarse. Hierva los frijoles, deseche el agua y luego cócelos en agua nueva antes de comerlos. Los frijoles y las hojas nunca deben consumirse crudos ya que contienen ácido prúsico. Los frijoles de Lima son ricos en proteínas (hasta un 27%). Luego de cocerse y cocinarse, pueden refrigerarse y consumirse fríos.