AYOCOTE

caraota, frijol de flores, judía de España, poroto papa

Phaseolus coccineus Fabaceae

ECHO® FICHA DE INFORMACIÓN SOBRE PLANTAS

Descripción

Phaseolus coccineus es una leguminosa perenne, trepadora, de Centroamérica. Debido a sus llamativas flores rojas, a menudo se siembra como ornamental, aunque casi todas las partes de la planta son comestibles, dada la preparación apropiada. *P. coccineus*, enredadera trepadora alcanza alturas de 3-5 m, y produce inflorescencias grandes, rojo escarlata (cada una portando cerca de 20 flores).

Usos

Todas las partes de la planta—tallos tiernos, flores, vainas inmaduras, semillas y raíces—se utilizan para consumo humano a través de varias preparaciones. Los tallos tiernos y las vainas inmaduras se tratan como hierbas aromáticas, cocidas y/o fritas en platos. Las flores a menudo se cuecen o fríen como acompañantes de otros platos. Las raíces de *P. coccineus* son tubérculos fibrosos, y se cortan, cuecen y comen o utilizan como medicina para varias enfermedades. Las semillas se tratan como otras legumbres comunes, y contienen compuestos antinutritivos similares que requieren cocción suficiente para eliminarlos.

Nombres comunes

- Inglés
  - Scarlet Runner Bean
  - runner bean
- Francés
  - haricot d'espagne

Cultivo

- **Elevación–** 1400-2800 m
- **Precipitación –** 400-2600 mm
- **Tipos de suelo–** suelos bien drenados, pH 5.5-8
- **Rango de temperatura–** 5-30°C
- **Sensibilidad a la duración del día–** depende de la variedad
- **Luz–** pleno sol

P. coccineus debe sembrarse a 2.5-5 cm de profundidad a una tasa de 75 kg/ha para los tipos trepadores y 150 kg/ha para los tipos arbustivos. El espaciamiento sugerido es de 100 cm entre hileras y 30 cm dentro de la hilera. En áreas de heladas, el momento de la siembra deber ser después de la fecha de la última helada del año. Para lograr mejores rendimientos de las variedades trepadoras, debe utilizarse apoyo en forma de espalderas o estructuras similares.

La cosecha y producción de semillas

Para el consumo de vainas inmaduras, las vainas deben cosecharse antes de la expansión de la semilla. Para cosechar la semilla, las plantas deben cortarse y reunirse cuando las vainas están secas en su mayoría. Entonces pueden colectarse las semillas y secarse más para almacenarlas.

Plagas y Enfermedades

La antracnosis y la fusariosis son problemas patológicos comunes.

Cocina y Nutrición

Las semillas secas de *P. coccineus* deben cocinarse al igual que se hace con otros frijoles—primero remojarlos antes de cocinarlos. Los frijoles deben hervirse muy bien para eliminar los componentes antinutritivos. Las vainas inmaduras pueden preparase como otros frijoles verdes. Las flores se comen crudas, cocidas o fritas.

Referencias

Brink, M., 2006. *Phaseolus coccineus* L. Record from PROTA4U. Brink, M. & Belay, G. (Editors). PROTA (Plant Resources of Tropical Africa / Ressources végétales de l'Afrique tropicale), Wageningen, Holanda. http://www.prota4u.org/search.asp. Consultado el 11 de junio de 2019.

Ecocrop. 1993-2007. *Phaseolus coccineus*. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, Roma, Italia. ecocrop.fao.org/ecocrop/srv/en/dataSheet?id=1665. Consultada el 13 de junio de 2019.

Stephens, J.M. 1994 (revised 2015). Bean, Scarlet Runner—*Phaseolus coccineus* L. University of Florida IFAS Extension

©2022 ECHO Inc.