

Habas

región originaria

se originó en la región del Mediterráneo oriental y Oriente Medio, aunque también se considera un origen secundario de la región del noroeste de la India, Afganistán y Asia Central.

Estado de conservación

no es nativa de Uruguay, sino que fue introducida hace mucho tiempo para consumo humano y ganadero. Aunque no se le cataloga como una especie exótica invasora como el pasto rosado o la gramilla, su presencia en el país es el resultado de una introducción histórica.

usos y relación con los humanos

Las habas se relacionan con los humanos como alimento nutritivo que aporta fibra, proteínas y vitaminas, pero también con tradiciones históricas y culturales

Nombre común y científico

común - haba.
científico - vicia faba

tipo de planta

es una planta herbácea anual de la familia de las leguminosas (Fabaceae)
Se consumen tanto el fruto (la vaina) como las semillas, las cuales son muy nutritivas.

características

son legumbres que crecen en plantas erectas de hasta 1.8 m de altura, con tallos fuertes y hojas compuestas. Sus frutos son vainas cilíndricas de 10-30 cm de largo, con una cubierta interior lanosa que protege de 1 a 10 semillas. Las semillas son oblongo-ovaladas, de color verde cuando tiernas, que se tornan marrones o negras al madurar, y su textura varía de firme a suave y mantecosa tras la cocción.

Realizado por Isabella Pizzorno, Fernando Horst, Josefina Perez.

