



Emilio Laguna

Phaseolus lunatus L.

Familia: Leguminosae (Fabaceae)

garrofón, garrofó

USOS PRINCIPALES



■ NOMBRES VULGARES

Castellano: garrofón (VC); judía de parral (CN) [1–3].

Catalán: garrofó; fesol del garrofó, fesol de la peladilla; bajocó (VC) [4–6].

■ DESCRIPCIÓN

Planta perenne, de crecimiento continuo, con entrenudos largos. Hojas trifoliadas, con folíolos peciolulados. Flores numerosas, sobre largos pedúnculos, pequeñas, de color blanco verdoso, poco vistosas. Legumbre corta, de 5-10 cm, ancha y muy aplanada, con tres o cuatro semillas de gran tamaño, arriñonadas, aplanadas, con estrías radiadas a partir del hilo, blancas, con frecuencia con manchas oscuras, negras o moradas junto al hilo o con pintas rojizas.

■ INTRODUCCIÓN

Esta especie americana tiene dos áreas independientes de domesticación. Las formas de semillas grandes y aplanadas que conocemos en España se originaron en los Andes centrales, en los actuales Ecuador y Perú, donde se conocen restos arqueológicos de 7800 años [7]. De allí se extendió por la costa de Perú y a través de la Amazonia hasta la costa de Brasil, donde la encontraron los primeros europeos [7].

Es una planta muy exigente en luz y prefiere climas secos y suelos profundos bien drenados, aunque también es muy rústica y normalmente crece bien donde otras legumbres no prosperan. En España, por el clima y la tradición, su cultivo está limitado a las comarcas litorales de la Península, especialmente de la franja mediterránea [8,9], y a las Islas Canarias [10].



Pasellas con garrofón; a la izquierda con la vaina verde (Almudena Lázaro) y a la derecha con el grano (Emilio Laguna).

■ CONOCIMIENTOS TRADICIONALES SOBRE USOS

Su uso en **alimentación humana** está íntimamente relacionado con la elaboración de la **paella** tradicional de la Comunidad Valenciana, siendo uno de los vegetales más empleados y considerado incluso como necesario [5,8]. Normalmente se emplea la **semilla tierna**, simplemente desgranada, aunque si no la hay tierna, se pone **seca**, remojada y cocida previamente [5]. Se suelen incluir también judías verdes, a veces la propia vaina verde de esta misma especie antes de desarrollar el grano, o de otras variedades de judía verde plana, como la *bajoqueta de ferradura*, así como un puñado de judías blancas pequeñas (*fesol de tavella*) o unas alcachofas troceadas [5]. Además de la paella, es también componente fundamental en otros platos, como el arroz caldoso con pollo y conejo [8].

En Gran Canaria, este tipo de judías también se han consumido, aunque de forma secundaria tras su uso principal como seto. La mayoría de los informantes comenta que producen mucho, pero la opinión sobre su calidad no es unánime. Mientras que para algunos eran buenas de comer, y se podían preparar en fabada, para otros eran malas, “si se cogían tiernas y no había qué comer” [1]. Por eso, otros las reservaban para **alimentación animal** [1].

Como se ha dicho, en esta misma isla se ha usado mucho como **seto**, tanto como **cortaviento** como para simple **ornamento** en el jardín. Los setos cortavientos, denominados socos, de donde viene el nombre de judía de soco, se emplean para proteger parcelas agrícolas, como las dedicadas a plataneras [1]. Se solía poner en los lindos u orillas de las fincas, en las vallas o junto a una pared, a veces se les ponía unas cañas para que se enredaran, de ahí el nombre de judía de enredadera [1]. Según cuentan, la planta dura varios años.

En muchos huertos de naranjos de la Comunidad Valenciana se plantaban unas matas cerca de la balsa de riego, que daban una fresca e intensa **sombra**, al tiempo que servían para aprovechar sus abundantes semillas para la paella [8].

En épocas de escasez, en Piles (Valencia) han usado sus tallos para **fumar** [4].

■ CONOCIMIENTOS TRADICIONALES SOBRE MANEJO

En la actualidad, su **cultivo** y uso se circunscribe prácticamente a la Comunidad Valenciana [8], aunque en del Vallès Oriental (Barcelona) se ha mencionado en el pasado la presencia de una judía procedente de Valencia, de grano muy grueso y blanco, especial para hacer la paella, que muy probablemente se refiera a esta especie [11,12].

La **siembra** de esta judía se hace cuando ha pasado el riesgo de heladas, normalmente en los meses de marzo o abril, según los lugares [8].

Antes de la siembra, hay que **preparar** bien la tierra, con poco estiércol, dejándola muy suelta, de riego fácil y limpia de broza. Cuando la mata crece, lo tapa todo y ya no nacen más hierbas por falta de luz [8].

Al ser trepadora, exige un buen **entutorado** que debe resistir el peso de la planta, así como los peligrosos chaparrones de verano del litoral mediterráneo, con mucha agua y fuertes vientos. En Valencia se han construido tradicionalmente con cañas (*Arundo donax* L.), que tienen que ser nuevas y cortadas en luna vieja o menguante, priorizando las más sanas y resistentes [8].

La **cosecha** de garrofonos **tiernos** se hace en junio o julio, aunque actualmente es posible encontrar en el mercado semilla tierna conge-



Cosecha de garrofón. Josep Rosello

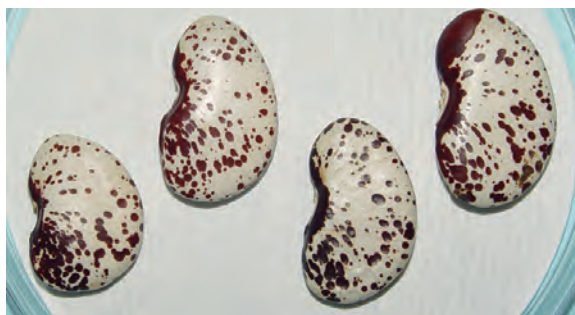
lada. La cosecha **en seco** llega escalonada entre septiembre y octubre, a veces alcanza hasta noviembre. La **conservación** de las semillas secas permite usarlas a lo largo del año, poniéndolas en remojo 24 horas antes de cocinarlas [8].

■ VARIEDADES TRADICIONALES

Existen distintas variedades tradicionales valencianas, que suelen tener alguna mancha de color, a diferencia de los garrofonos importados, que son completamente blancos. Esta manchas y su forma dan nombre a las variedades, como el *garrofó de la cella negra*, de color



Cosecha de garrofón. Josep Rosello



Variedades de *Phaseolus lunatus*: de grano manchado (arriba) y de grano blanco (abajo). CRF-INIA



Garrofón en un puesto del Mercado Central de Valencia. Emilio Laguna

blanco con un punto oscuro, negro o morado, en uno de sus extremos, o el *garrofó ull de perdiu* (ojo de perdiz), si el punto de color cae en el centro, u otras variedades locales más o menos pintadas de rojo [8]. Otras variedades recogidas en Valencia son el *garrafó pintat* o el *garrofón de mata baja* [3].

■ REFERENCIAS HISTÓRICAS

Ver historia en *P. vulgaris*.

■ VALORACIÓN

Su cultivo y uso se circunscribe a un área muy limitada, en concreto a la Comunidad Valenciana, algunas comarcas litorales de la franja mediterránea y algunos enclaves del interior peninsular. Según la información recopilada, también se ha cultivado en Canarias, donde además de su uso culinario, se ha utilizado fundamentalmente como seto y para la alimentación del ganado.

Su importancia se debe a ser ingrediente de la paella valenciana, razón que parece asegurar a largo plazo la conservación de las variedades tradicionales [9]. No obstante, son pocos los agricultores que la cultivan actualmente, debido a la competencia que supone la importación a bajo precio de otras judías semejantes. Sin embargo, los entendidos dicen que nuestras variedades tradicionales son más sabrosas que las extranjeras, completamente blancas y más harinosas. Por ello, entre un grupo de cocineros y otras personas preocupadas están intentando protegerlo con una denominación de origen [8].

■ REFERENCIAS

1. Gil González 2011; 2. Cal Carvajal 2008; 3. INIA 2017; 4. Pellicer 2004b; 5. Domínguez 1978; 6. Fàbrega 2002; 7. León 1987; 8. Roselló 2015; 9. Laguna 2001; 10. Díaz *et al.* 2011; 11. Puig i Roca 2013; 12. Puig i Roca & Fígols Querol 2014.

