

EL TARWI O CHOCHO: UNA DE LAS PRINCIPALES FUENTES DE PROTEINA VEGETAL DE LAS COMUNIDADES INDIGENAS DE LOS ANDES CENTRALES

Planchuelo, Ana M. y Fuentes, Elsa

Herbario ACOR, Facultad de Ciencias Agropecuarias, Universidad Nacional de Córdoba.
planch@crean.agro.uncor.edu

El lupino andino (*Lupinus mutabilis* Sweet) conocido también como tarwi o chocho, es una especie de leguminosa nativa de los Andes Centrales. Su domesticación se remonta a los principios de la cultura Nazca y desde ese entonces hasta la actualidad el cultivo está ampliamente difundido en las laderas montañosas y en los altos valles de Ecuador, Perú y Bolivia. La importancia del lupino para las comunidades andinas prehispánicas quedó documentada en pinturas de cerámicas y en tributos encontrados en tumbas de 100-150 años AC. Diversas técnicas de lavado y de mejoramiento vegetal fueron aplicadas desde la antigüedad para eliminar los alcaloides tóxicos que le confieren el sabor amargo a la planta y los granos. El tarwi, el maíz, los frijoles, los pseudocereales, quinoa y amaranto y la papa junto a otras raíces y tubérculos constituyen la comida básica de muchas culturas andinas. El objetivo de este trabajo fue determinar los componentes nutricionales de los granos del lupino andino para compararlos con los otros constituyentes de la dieta de las comunidades campesinas. Se analizaron por medio de técnicas fitoquímicas distintas variedades de tarwi. Se determinaron los contenidos de proteínas y grasas y los patrones de ácidos grasos. Los resultados muestran que la ingesta de lupinos, que provee un buen balance de proteínas y grasas en combinación con el maíz y los tubérculos, que aportan los hidratos de carbono, forman una dieta balanceada y de alto valor nutricional.