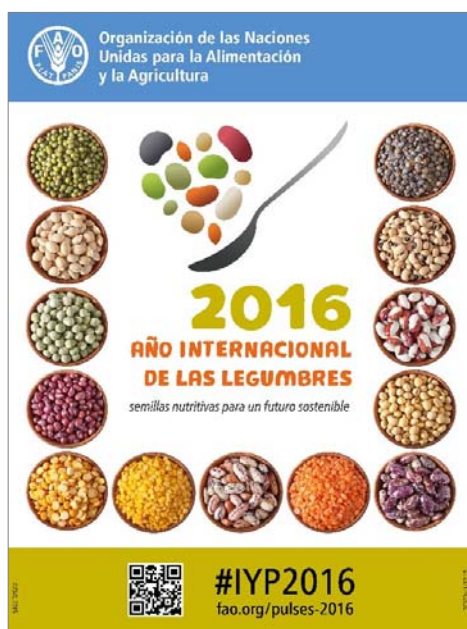


# LETRAS DE LEGUMBRES

## Selección de recursos informativos

Jornadas sobre el papel de las legumbres en la alimentación y la agricultura  
(2016: Año Internacional de las Legumbres)



*“Las legumbres (...) existen desde hace millones de años y su domesticación podría ser más antigua que la del maíz. Están extendidas por todo el planeta (...), incluyendo regiones con climatologías extremas de calor y frío.*

*“Representan la principal fuente de proteínas vegetales en muchos países, a diferencia de otras plantas mejoran con sus propiedades la tierra en la que se cultivan y su versatilidad gastronómica ha dado lugar a un sinfín de recetas deliciosas en cualquier continente.*

*“Su amplia implantación geográfica, sus completas cualidades nutricionales, unas necesidades hídricas que suelen estar localizadas al inicio de su crecimiento, la singular capacidad de aportar nitrógeno a su tierra de cultivo y la posibilidad de conservarse en seco (...), convierten a las legumbres en un enemigo implacable contra el hambre y la desnutrición a nivel planetario, en un*

*verdadero superalimento de futuro.”*

(Texto tomado de: Javaloyes, Pedro (dir.) [Legumbres: Semillas nutritivas para un futuro sostenible](#). Roma: FAO, 2016. 196 p.)

## Índice

### Aspectos culturales e históricos

#### Aspectos agrícolas: cultivo

- Jornadas, congresos, monográficos
- Bancos de semillas, germoplasma, control de variedades
  - Variedades autóctonas de legumbres en Aragón
- Una legumbre polémica: la soja transgénica

#### Aspectos alimentarios y gastronómicos

- Nutrición

#### Enlaces y recursos web

Web de la FAO: Año Internacional de las Legumbres

## Aspectos culturales e históricos

Las legumbres son positivas, las mires por donde las mires. *Agricultura: Revista agropecuaria*, nº 993, 2016, págs. 216-216.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Díaz Yubero, Ismael. **Alimentos con historia: Legumbres.** *Distribución y consumo*, Año 25, nº 136, 2015, págs. 46-54.

[Texto completo](#)

Cussó i Segura, Xavier; Garrabou Segura, Ramón. **La transición nutricional en la España contemporánea: las variaciones en el consumo de pan, patatas y legumbres (1850-2000).** *Investigaciones de historia económica: revista de la Asociación Española de Historia Económica*, nº 7, 2007, págs. 69-100.

[Texto completo](#)

Pérez, Cristina. **Legumbres: tradición renovada.** *Origen: la revista del sabor rural*, nº 9, 2005, págs. 35-39.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

**Leguminosas y medioambiente: aproximación histórica.** *Vida rural*, nº 117, 2000, págs. 48-49.

[Texto completo](#)

Cortes Sánchez Mata, María... [et al.]. **Historia de las legumbres en la alimentación humana.** En: *Alimentación y cultura: actas del congreso internacional, 1998, Museo Nacional de Antropología, España*. Huesca: La Val de Onsera, 1999, págs. 1175-1188.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

García Lenberg, Julia. **GU2.GAL y GU2.TUR: una aportación a la controversia sobre la identidad de las legumbres consumidas en la antigua Mesopotamia.**

*Isimu: Revista sobre Oriente Próximo y Egipto en la antigüedad*, nº 2, 1999, págs. 117-126.

[Texto completo](#)

Kaplan, Lawrence; Kaplan, Lucille N. **Leguminosas alimenticias de grano: su origen en el Nuevo Mundo, su adopción en el Viejo.** En: Long, Janet (coord.). *Conquista y comida: consecuencias del encuentro de dos mundos*. Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México, 1997, págs. 183-198.

Buxo, R. **Algunos aspectos sobre la presencia de leguminosas en el Mediterráneo peninsular: nuevos datos de investigación de restos paleocarpológicos.** En: Vila, Asunción (coord.). *Arqueología*. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas, 1991, págs. 101-114.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Toussaint Samat, Maguelonne. **Historia natural y moral de los alimentos. T. 1, La miel, las legumbres y la caza.**

Madrid: Alianza, 1991. 146 p.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Soler Sanz, María Mercedes. **Legumbres secas en la alimentación humana.** *Agricultura: Revista agropecuaria*, nº 647, 1986, págs. 400-401.

[Texto completo](#)

## Aspectos agrícolas: cultivo

López Bellido, Luis; Muñoz Romero, Verónica; Fernández García, M<sup>a</sup> Purificación. **El papel de las leguminosas en las rotaciones de cultivo.** *Vida rural*, nº 416, 2016, págs. 44-50.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Blanco Alibés, Mireia... [et al.]. **Interés de la introducción del guisante en las dietas de cebo de rumiantes.** *Mundo ganadero*, nº 266, 2015, págs. 58-62.

[Texto completo](#)

Catalán Mogorrón, Helio. **Leguminosas: Cultivos antiguos en la nueva agricultura.** *Agricultura: Revista agropecuaria*, nº 984, 2015, págs. 402-406.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Perea Torres, Francisco... [et al.]. **Guía del cultivo de habas.** Alcalá del Río: Consejería de Agricultura, Pesca y Desarrollo Rural, Instituto de Investigación y Formación Agraria y Pesquera, 2015. 27 p.

[Texto completo](#)

Sombrero Sacristán, A. **Beneficios agronómicos de las leguminosas en las rotaciones de cultivo.** *Tierras de Castilla y León: Agricultura*, nº 229, 2015 (Ejemplar dedicado a: *Jornada de Riego y fertirrigación en maíz*), págs. 64-75.

Torres Romero, Ana M<sup>a</sup>... [et al.]. **El papel de las leguminosas en la PAC: realidad y perspectivas.** *Ambienta: La revista del Ministerio de Medio Ambiente*, nº 112, 2015 (Ejemplar dedicado a: *Política Agrícola Común*), págs. 94-109.

[Texto completo](#)

Marcos, César. **Leguminosas, en la baraja del pago verde.** *Agricultura: Revista agropecuaria*, nº 976, 2014, págs. 574-577.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Lezaún, J.A... [et al.]. **Guía de cultivo de guisante proteaginoso en Navarra.** *Phytoma España: La revista profesional de sanidad vegetal*, nº 248, 2013, págs. 18-23.

[Resumen](#)

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Ortega Molina, José Ignacio. **El cultivo de las leguminosas en España y la producción de semillas certificadas.** *Agricultura: Revista agropecuaria*, nº 960, 2013, págs. 184-189.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Rodríguez Estévez, Vicente. **Las leguminosas de grano en la alimentación animal (II).** *Fertilidad de la tierra: revista de agricultura ecológica*, nº 52, 2013, págs. 55-58.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Rodríguez Estévez, Vicente. **Las leguminosas de grano en la alimentación animal (III): el altramuз.** *Fertilidad de la tierra: revista de agricultura ecológica*, nº 54, 2013, págs. 22-25.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Rodríguez Estévez, Vicente. **Las leguminosas de grano en la alimentación animal.** *Fertilidad de la tierra: revista de agricultura ecológica*, nº 51, 2012, págs. 52-55.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Lluch Pla, Carmen. **La fijación biológica de nitrógeno en leguminosas: modelo alternativo para la mejora de agroecosistemas.** *Tierras de Castilla y León: Agricultura*, nº 179, 2011, págs. 60-65.

Roselló i Oltra, Josep. **El huerto de Roselló: las legumbres de invierno en nuestro huerto.** *Métode: Revista de difusión de la Investigación*, nº 71, 2011, págs. 110-111.

[Texto completo](#)

Luis López Bellido, Luis... [et al.]. **Fijación de nitrógeno de las leguminosas en función del sistema de laboreo.** *Vida rural*, nº 320, 2010, págs. 55-58.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Casquero Luelmo, Pedro Antonio... [et al.]. **Leguminosas de grano tradicionales cultivadas en España.** *Vida rural*, nº 300, 2009, págs. 42-46.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Martínez Pons, José Antonio. **La soja, una legumbre con múltiples aplicaciones.** *Alimentación, equipos y tecnología*, Año 25, nº 209, 2006, págs. 109-116.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Cidón, Carlos D. **Legumbres: las semillas mágicas.** León: Everest, 2005. 119 p.

Younie, D... [et al.] (eds.). **Cereales y legumbres ecológicos.** Zaragoza: Acribia, 2005. 167 p.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Nadal Moyano, Salvador; Cubero Salmerón, José Ignacio; Moreno Yangüela, María Teresa. **Las leguminosas grano en la agricultura moderna.** Madrid: Mundi Prensa Libros, 2004. 318 p.

[Ejemplar disponible en la Biblioteca del CITA](#)

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Viadel Crespo, María Blanca. **Biodisponibilidad de calcio, hierro y cinc en leguminosas mediante ensayos in vitro con cultivos celulares.** Tesis doctoral. Directores: Rosaura Farré Rovira, Reyes Barberá Sáez. Universitat de València, 2004.

[Texto completo](#)

Winter, Ruth. **Soja: la legumbre milagrosa.** Barcelona: Obelisco, 2002. 222 p.

Talavera, S... [et al.] (ed. lit.). **Flora ibérica: plantas vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares. Vol. 7(2) Leguminosae (partim).** Madrid: Real Jardín Botánico, 2000. 534 p.

14.1 0 / ENC flo 7-II

Sanz Calvo, Miguel Ángel. **Parámetros físico-químicos y sensoriales que evalúan la calidad de las legumbres de consumo humano.** León: Universidad de León, 1999.

Talavera, S... [et al.] (ed. lit.). **Flora ibérica: plantas vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares. Vol. 7(1) Leguminosae (partim).** Madrid: Real Jardín Botánico, 1999. 578 p.

14.1 0 / ENC flo 7-I

Valpiana, Tiziana. **Las legumbres.** Barcelona: Océano Ibis, 1999. 128 p.

Pascual Terrats, Higinio. **Las leguminosas al campo.** *Agricultura: Revista agropecuaria*, nº 790, 1998, págs. 374-377.

[Texto completo](#)

González Andrés, Fernando. **Leguminosas arbustivas en sistemas agrarios sostenibles.** *Vida rural*, nº 51, 1997, págs. 74-78.

[Texto completo](#)

López Bellido, Luis. **Nuevas técnicas para determinar la calidad de las legumbres.** *Distribución y consumo*, Año 6, nº 25, 1995-1996, págs. 77-83.

[Texto completo](#)

Ríos Ruiz, Segundo... [et al.]. **"Melilotus Albus" medicus, una leguminosa de uso múltiple para las tierras calizas de la España seca.** *Pastos: Revista de la Sociedad Española para el Estudio de los Pastos*, Vol. 23, nº 1, 1993, págs. 61-76.

[Texto completo](#)

Juste, José Ángel. **Legumbres.** Madrid: El País Aguilar, 1992. 143 p.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

López Bellido, Luis; Fuentes García, Mariano. **El altramuз.** Madrid: Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, 1991. 110 p.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Miguel Gordillo, Ernesto de. [El garbanzo: una alternativa para el secoano](#). Madrid: Mundi-Prensa, 1991. 134 p.  
83.11 MIG gar

Venturi, G; Amaducci, M.T. [La soja](#). Madrid: Mundi-Prensa, 1988. 254 p.  
83.11 VEN soj

Kay, Daisy E. *Legumbres alimenticias*. Zaragoza: Acribia, 1985. 437 p.

[Ejemplar disponible en la Biblioteca del CITA](#)

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

## JORNADAS, CONGRESOS, MONOGRÁFICOS

*Las leguminosas: clave en la gestión de los agrosistemas y en la alimentación ecológica*. XII Congreso de la Sociedad Española de Agricultura Ecológica: 21-23 septiembre 2016, Lugo.

[Programa](#)

*Las leguminosas: clave en la gestión de los agrosistemas y en la alimentación ecológica*. Monográfico *Revista Ae: Agricultura y ganadería ecológica*, nº 25, 2016.  
[Sumario](#)

*Las leguminosas en la agricultura del futuro*. Monográfico de *Arbor*, Vol. 192, nº 779, 2016.

[Texto completo](#)

Ron, Antonio M. de (coord.). *IV Jornadas de la AEL y V Seminario de Judía: Actas de la Asociación Española de Leguminosas: Pontevedra, 6-7 de Junio del 2012*. Pontevedra: Misión Biológica de Galicia, 2012.

[Programa](#)

*III Jornadas de la AEL y IV Seminario de Judías de la Península Ibérica: (Valladolid, 2-4 de Septiembre de 2008): Actas de Asociación Española de Leguminosas*. Valladolid: Instituto Tecnológico Agrario de Castilla y León, 2008. 175 p.

[Texto completo](#)

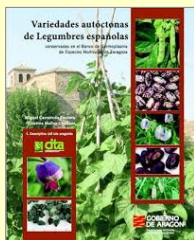
Rodríguez Conde, María Fernanda... [et al.] (coords.). *Nuevos retos y oportunidades de las leguminosas en el sector agroalimentario español: 2º Jornadas de la Asociación Española de Leguminosas: Cuenca, 25-27 de abril de 2006*. Valladolid: Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, Consejería de Agricultura, 2006, 457 p.

[Sumario](#)

[Ejemplar disponible en la Biblioteca del CITA](#)

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

## Variedades autóctonas de legumbres en Aragón



Carravedo Fantova, Miguel; Mallor Giménez, Cristina. [Variedades autóctonas de legumbres españolas: conservadas en el Banco de Germoplasma de Especies Hortícolas de Zaragoza. I, Descriptiva del lote aragonés](#). Zaragoza: Centro de Investigación de Tecnología Agroalimentaria de Aragón (CITA),

2008. 525 p.

83.5 CAR var

[Texto completo](#)

Mallor Giménez, Cristina... [et al.]. *Evaluación y caracterización de la judía caparrona de Monzón (Huesca) para la recuperación de su cultivo [abstract]*. En: *VIII Congreso de Mejora Genética de Plantas: Vitoria-Gasteiz, 12 al 14 de julio de 2016*. Madrid: Sociedad Española de Ciencias Hortícolas, 2016, pág. 219-220.

[Texto completo](#)

Barberán Sebastián, Miguel. *Caracterización de La Judía Caparrona de Monzón*. Proyecto Fin de Carrera.

Directores: Cristina Mallor Giménez, Joaquín Aibar Lete. Universidad de Zaragoza, Escuela Politécnica Superior (Huesca), 2015.

[Texto completo](#)

Mallor Giménez, Cristina; Bruna Lavilla, Pablo. *Estudio y caracterización de la Judía Caparrona de Monzón*. En:

*XLV seminario de técnicos y especialistas en horticultura. Horticultura de calidad y proximidad: Zaragoza, 15-19 de junio de 2015*. 2015. Presentación con diapositivas.

[Acceso al documento](#)

Mallor Giménez, Cristina. *Variedades autóctonas de legumbres aragonesas: conservadas en el Banco de Germoplasma de Especies Hortícolas del CITA*. En: *¿Dónde están las judías aragonesas?: Alloza, Teruel, 8 de diciembre de 2012*. 2012. Presentación con diapositivas.

[Acceso al documento](#)

Yera, J... [et al.]. *Leguminosas raras y catalogadas de zonas de pastos de Aragón*. En: Roza Delgado, Begoña de la; Martínez Fernández, Adela; Carballal Samalea, Alfonso (eds.). *Producciones agroganaderas: Gestión eficiente y conservación del medio natural: XLV Reunión Científica de la Sociedad Española para el Estudio de los Pastos, Gijón (Asturias) 28 de mayo al 3 de junio de 2005*. Oviedo: Servicio Regional de Investigación y Desarrollo Agroalimentario, 2005, págs. 963-969.

[Texto completo](#)

Garcés Gómez, María del Pilar. *Denominación de algunas leguminosas en Aragón, Navarra y Rioja*. *Analecta malacitana: Revista de la Sección de Filología de la Facultad de Filosofía y Letras*, Vol. 9, nº 2, 1986, págs. 395-406.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)



## Una legumbre polémica: la soja transgénica

Loredo Rubio, Victoria Gabriela. **Una niña nada bonita: La soja transgénica cumple 15.** *Astrolabio Nueva Época: Revista digital del Centro de Investigaciones y Estudios sobre Cultura y Sociedad*, nº 10, 2013, págs. 420-456.

[Texto completo](#)

Arancibia, Florencia. **Las palabras y “las sojas”: un enfoque desde la sociología de la ciencia y la tecnología.** *Apuntes de Investigación del CECYP*, nº 22, 2012, págs. 83-95.

[Texto completo](#)

Lapegna, Pablo. **La soja transgénica como objeto de investigación: un blanco móvil.** *Apuntes de Investigación del CECYP*, nº 22, 2012, págs. 97-99.

[Texto completo](#)

Centurión Mereles, Hugo Florencio. **Cultivo de soja transgénica: efectos en comunidades campesinas e indígenas del este Paraguayo.** *Ra Ximhai: revista científica de sociedad, cultura y desarrollo sostenible*, Vol. 7, nº 3, 2011, págs. 347-354.

[Texto completo](#)

Hendel, Verónica. **Soja transgénica, trabajo y desarrollo: Un análisis de las transformaciones rurales recientes en el mercado común del Sur (Mercosur).** *Ecología política*, nº 40, 2010, págs. 86-91.

[Texto completo](#)

Erqueta, Daniel... [et al.]. **Repercusiones sociales y ambientales de la soja transgénica en la alimentación industrial del ganado.** *Revista complutense de Ciencias Veterinarias*, Vol. 3, nº 2, 2009, págs. 293-298.

[Texto completo](#)

Gómez Segade, José Antonio. **El ámbito de protección de las patentes biotecnológicas: (a propósito de la sentencia del Juzgado de lo Mercantil, núm. 6 de Madrid, de 27 de julio de 2007 [pendiente de apelación], en el caso “soja transgénica Monsanto”).** *Actas de derecho Industrial y derecho de autor*, T. 28, 2007-2008, págs. 725-752.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Pengue, Walter Alberto; Altieri, Miguel Ángel. **La soja transgénica en América Latina: Una maquinaria de hambre, deforestación y devastación socio ecológica.** *Ecología política*, nº 30, 2005, págs. 87-94.

[Texto completo](#)

Pengue, Walter Alberto. **Producción agroexportadora e (in)seguridad alimentaria: el caso de la soja en Argentina.** *Revibec: revista de la Red Iberoamericana de Economía Ecológica*, Vol. 1, 2004, págs. 46-55.

[Texto completo](#)

Grupo de Reflexión Rural. **De los agro-negocios sin agricultores a una nueva cultura agraria: huecos en el debate sobre transgénicos.** *Theomai: estudios sobre sociedad, naturaleza y desarrollo*, nº 5, 2002.

[Texto completo](#)

Costa Vilamajó, Jaime. **Els gegants de la biotecnologia agrícola: el cas de la soja transgènica de Monsanto.** *Medi ambient: Tecnologia i cultura*, nº 18, 1997 (Ejemplar dedicado a: *Agricultura y gestión del territorio. La Agricultura en la encrucijada*), págs. 83-87.

[Texto completo](#)

Moreno, M<sup>a</sup> T.; Nadal, S.; Martínez, A. (eds.). **1<sup>a</sup> Jornadas de la Asociación Española de Leguminosas: Córdoba, 17 diciembre 2003.** Sevilla: Junta de Andalucía, Consejería de Agricultura y Pesca, 2003. 116 p.

[Texto completo](#)

Ron, Antonio M. de (ed.). **III Seminario de Judía de La Península Ibérica: Actas de la Asociación Española de Leguminosas: Lourenza (Lugo), octubre de 2003.** Pontevedra: Misión Biológica de Galicia, 2003. 136 p.

[Ejemplar disponible en la Biblioteca del CITA](#)

Baranda, A.; Asociación Española de Leguminosas; Universidad de Oviedo (eds.). **II Seminario de Judía de La Península Ibérica: Actas de La Asociación Española de Leguminosas. Vol. 1.** Villaviciosa, Asturias: Universidad de Oviedo; Fundación Caja Rural; Ayuntamiento de Villaviciosa, 2000. 214 p.

[Ejemplar disponible en la Biblioteca del CITA](#)

- Más información sobre el cultivo de leguminosas en los [manuales sobre agricultura ecológica](#) de la colección del CDAMAZ.

### BANCOS DE SEMILLAS, GERMOPLASMA, CONTROL DE VARIEDADES

Simon Sanchez, Eudurne. **Variabilidad de la colección nuclear española de judía para compuestos vinculados con el valor nutricional y sensorial.** Trabajo final de grado. Directores: M<sup>a</sup> del Rosario Romero del Castillo Shelly, Ana Rivera Pinzano. Universitat Politècnica de Catalunya, 2016.

[Texto completo](#)

Cuadra, Celia de la; Simó Cruanyes, Joan; Casañas Artigas, Francesc. **Caracterización de la colección nuclear española de judía (*Phaseolus vulgaris* L.) del Centro de Recursos Fitogenéticos español: diseño e implementación de una página web para su difusión.** En: *Actas de la*

Asociación Española de Leguminosas (AEL) 5. Pontevedra: Misión Biológica de Galicia, 2012, págs. 187-190.

[Texto completo](#)

Rivera, A... [et al.]. **Recolección, caracterización y clasificación de las variedades tradicionales de judía común (Phaseolus vulgaris L.) cultivadas en Cataluña.** En: *Actas de la Asociación Española de Leguminosas (AEL) 5*. Pontevedra: Asociación Española de Leguminosas, 2012, págs. 155-166.

[Texto completo](#)

Romero del Castillo Shelly, Roser. **Análisis sensorial de judías secas.** Tesis doctoral. Directores: Francesc Casañas, Elvira Costell Ibáñez. Universitat Politècnica de Catalunya, 2011. 68 p.

[Texto completo](#)

Ferreira, Juan José... [et al.]. **Red española de colecciones de judías.** En: *III Jornadas de la Asociación Española de Leguminosas*. Valladolid: Instituto Tecnológico Agrario de Castilla y León, 2008, págs. 135-141.

[Texto completo](#)

Sánchez de Ron, D... [et al.]. **Variedades tradicionales de leguminosas grano españolas recolectadas por el CRF-INIA (1977-2005).** En: Rodríguez Conde, María Fernanda... [et al.] (coord.). *Nuevos retos y oportunidades de las*

*leguminosas en el sector agroalimentario español: 2ª Jornadas de la Asociación Española de Leguminosas, Cuenca, 25-27 de abril de 2006*. Valladolid: Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, Consejería de Agricultura, 2006, págs. 207-214.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Casañas Artigas, Francesc... [et al.]. **Hacia la descripción objetiva de denominaciones geográficas de origen para judía (Phaseolus vulgaris L.).** En: Asociación Española de Leguminosas (ed.). *III Seminario de Judía de la Península Ibérica*. Lugo: A.M. de Ron, 2003, págs. 41-46.

[Texto completo](#)

Rodiño Míguez, Ana Paula. **Caracterización morfoagronómica y bioquímica de germoplasma de judía común (Phaseolus vulgaris L.) de España.** Tesis. Directores, Antonio Miguel de Ron Pedreira, Ruth Lindner Selbmann. Universidad de Santiago de Compostela, 2001. 230 p.

[Texto completo](#)

Martín, Isaura; Rosa Fernández, Lucía de la. **Colecciones de recursos fitogenéticos de leguminosas.** *Agricultura: Revista agropecuaria*, nº 763, 1996, págs. 155-162.

[Texto completo](#)

## Aspectos alimentarios y gastronómicos

Toquero, Alejandro. **Las excelentes y humildes lentejas.** *Heraldo de Aragón. Con mucho gusto*, nº 304, 09/04/2016, págs. 1-3.

Perla Mateo, María Pilar. **Legumbres: nutritivas, diversas y desconocidas.** *Heraldo de Aragón. Tercer Milenio*, nº 721, 26/04/2016, págs. 1, 4-5.

Acuña, Tayo. **Reinas del puchero: recetas de lujo para el Año Internacional de las Legumbres.** *Viajar: la primera revista española de viajes*, nº 444, 2016, págs. 48-51.

[Texto completo](#)

**Legumbres, un alimento estrella: La FAO ha declarado 2016 como el Año Internacional de las Legumbres.** *Integral: Vive mejor en un mundo mejor*, nº 434, 2016, pág. 14.

**Lentejas de Tierra de Campos: Fina y saludable leguminosa del corazón de Castilla.** *Origen: la revista del sabor rural*, nº 80, 2014, págs. 28-29.

Desantes, Armando. **Garbanzo de Fuentesauco: La legumbre con más historia de cuantas se cultivan en España con nombre propio.** *Origen: la revista del sabor rural*, nº 72, 2013, págs. 30-31.

Tacoronte, Yaiza. **Faba de Lourenzá: La prestigiosa legumbre gallega.** *Origen: la revista del sabor rural*, nº 58, 2011, págs. 16-18.

Varona, David. **Las mejores legumbres de España: De "alimento para pobres", a protagonista en la alta cocina.** *Origen: la revista del sabor rural*, nº 51, 2010, págs. 20-25.

Fálder Rivero, Ángel. **Enciclopedia de los alimentos: Legumbres, arroces y pastas alimenticias.** *Distribución y consumo*, Año 13, nº 68, 2003, págs. 121-144.

[Texto completo](#)

López Gil, Valentín; Armenteros, N. **Medidas para la protección de las legumbres de calidad.** *Vida rural*, nº 173, 2003, págs. 48-50.

[Texto completo](#)

Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Dirección General de Alimentación. **Arroces y legumbres con denominación de origen o específica.** Madrid: Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, 2000. 22 p.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

## NUTRICIÓN

Díaz, Ana M<sup>a</sup>. Consumo de leguminosas: la importancia de las legumbres en nuestra dieta. *Agricultura: Revista agropecuaria*, nº 992, 2016, pág. 112.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Martínez Castañeiras, María Paloma. *Antinutrientes proteicos de las leguminosas: tipos, toxicidad y efectos fisiológicos*. Trabajo Fin de Grado. Director: Tomás Girbés Juan. Universidad de Valladolid, 2016.

[Texto completo](#)

Rosselló Mir, Jaume. La soja en una dieta sostenible: "En el mundo hay bastante para satisfacer las necesidades de todos, pero no para satisfacer la avaricia de cada uno" Gandhi. *Integral: Vive mejor en un mundo mejor*, nº 440, 2016, págs. 28-35.

Suárez Martínez, Silvia Esperanza... [et al.]. Bean seeds: leading nutraceutical source for human health. *CyTA: Journal of food*, Vol. 14, nº 1, 2016, págs. 131-137.

[Texto completo](#)

Olmedilla Alonso, Begoña... [et al.]. Papel de las leguminosas en la alimentación actual. *Actividad dietética*, Vol. 14, nº 2, 2010, págs. 72-76.

[Resumen](#)

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

Legumbres, un tesoro nutricional. *Cuerpomente: bienestar y salud natural*, nº 197, 2008, pág. 3.

[Resumen](#)

Gómez Garay, A. La soja y sus virtudes en la alimentación y salud humana. *ANS. Alimentación, nutrición y salud*, Vol. 13, nº 4, 2006, págs. 91-96.

[Texto completo](#)

Kohan, Laura. Legumbres, salud de hierro. *Integral: Vive mejor en un mundo mejor*, nº 314, 2006, págs. 64-69.

Blasco, Mercedes. Cocina natural: Legumbres, salud de hierro. *Integral: Vive mejor en un mundo mejor*, nº 277, 2003, págs. 66-69.

Fossas, Francesc. *El poder nutritivo de las legumbres*. Barcelona: RBA, 2001. 77 p.

Múzquiz, Mercedes. Las leguminosas en la nutrición. *Agricultura: Revista agropecuaria*, nº 824, 2001, págs. 104-105.

[Texto completo](#)

Campillo Álvarez, José Enrique; Arco, R. de; Tormo García, María Ángeles. Las legumbres: Una justa reivindicación en marcha. *ANS. Alimentación, nutrición y salud*, Vol. 6, nº 3, 1999, págs. 71-76.

[Texto completo](#)

Boza López, Julio. Valor nutritivo de las leguminosas grano en la alimentación humana y animal. *Anales de la Real Academia de Ciencias Veterinarias de Andalucía Oriental*, vol. 3, 1991, págs. 71-96.

[Texto completo](#)

*Una fuente de proteínas: alubias, garbanzos y lentejas*.

Madrid: Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, Dirección General de Política Alimentaria, 1984. 240 p.

[Ejemplar disponible en la BUZ](#)

## Enlaces y recursos web

### ARAGÓN

[CITA: Centro de Investigación y Tecnología Alimentaria de Aragón](#)

El CITA de Aragón es un organismo público de investigación perteneciente al Departamento de Industria e Innovación, del Gobierno de Aragón. Mediante la investigación, el desarrollo tecnológico, la formación y la transferencia, tiene la misión de contribuir a mejorar la rentabilidad económica de las empresas agroalimentarias de Aragón y a incrementar la calidad de vida de toda la población, desde las personas que producen las materias primas hasta los consumidores.

[Banco de Germoplasma de Especies Hortícolas de Zaragoza \(BGHZ-CITA\)](#)

Creado en 1981, tiene como objetivo la conservación de los recursos genéticos hortícolas de España para evitar la pérdida de variabilidad intraespecífica, causada principalmente por la sustitución de muchas de las antiguas variedades locales por

variedades mejoradas, más uniformes pero con una base genética más restringida. El banco conserva aproximadamente 17.000 entradas pertenecientes a más de 300 especies, y forma parte de la Red de Colecciones del Programa Nacional de Recursos Fitogenéticos.

→ [El Banco de Germoplasma de Especies Hortícolas del CITA colabora en la difusión del potencial alimentario y gastronómico de Aragón](#). Aragón hoy, 20/08/2016.

[CERAI: Centro de Estudios Rurales y de Agricultura Internacional](#)

Organización que se inscribe en el movimiento social que busca transformar el mundo rural y agrario desde la perspectiva de la soberanía alimentaria, del desarrollo sostenible y humano, la solidaridad, el respeto de los derechos humanos y la democracia participativa.

→ [CERAI Aragón](#)

### [Red de Semillas de Aragón](#)

La Red de Semillas de Aragón busca una agricultura responsable con el objetivo de preservar la biodiversidad agrícola, especialmente de Aragón. Desde la red se promueve el uso, la producción, el mantenimiento y la conservación de la biodiversidad agrícola de esta zona. Este proyecto nace en el seno del Centro de Estudios Rurales y de Agricultura Internacional, y se inserta en la Red de Semillas "Resembrando e Intercambiando".

### [Grupo de investigación: Fijación de nitrógeno y estrés oxidativo en leguminosas](#). Estación Experimental del Aula Dei (CSIC-EEAD).

Grupo de investigación de la Estación Experimental de Aula Dei, instituto del Área de Ciencias Agrarias del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC). Recopila los proyectos, artículos, libros y tesis generados por el grupo de investigación.

### [Alimentación del presente](#)

Blog del cocinero e investigador alimentario Ismael Ferrer. Es un proyecto que trata de ofrecer una mirada diferente sobre la gastronomía, la cultura alimentaria y los recursos naturales, para así comprender la responsabilidad de cada uno frente al alimento y la diversidad alimentaria en el planeta Tierra, algo de importancia capital para el devenir de nuestra salud y la conservación de la naturaleza.

→ [Legumbres españolas, biodiversidad y cultura](#),

09/02/2016.

→ [El CITA. Mucho más que un museo](#), 25/05/2016.

→ [Judías de "San Cosme" de Rasal](#), 31/08/2016.

### [Slow Food Zaragoza](#)

Web del convivium de Zaragoza del movimiento internacional Slow Food, que promueve la ecogastronomía y la cultura gastronómica tradicional.

## ESPAÑA

### [Asociación Española de Leguminosas \(AEL\)](#)

Entidad sin ánimo de lucro, constituida para el apoyo, promoción e información sobre las leguminosas en España. Trata de contribuir a la coordinación de la investigación con el sector agrícola español, promover foros de discusión con los interlocutores sociales, defender la variabilidad y fomentar nuevos usos de las leguminosas.

→ [Recetas](#)

### [Centro Nacional de Recursos Fitogenéticos \(CRF\)](#)

Dependiente del INIA, tiene como objetivo principal contribuir a evitar la pérdida de diversidad genética de las especies, variedades y ecotipos vegetales autóctonos y cultivares en desuso cuyo potencial genético sea susceptible de ser empleado en agricultura y alimentación. Estos recursos fitogenéticos son la materia prima necesaria para la obtención de nuevas variedades adaptadas a condiciones cambiantes y para el desarrollo de nuevos sistemas agrarios.

→ [Red de Colecciones del Programa Nacional de Recursos Fitogenéticos](#)

La Red de Colecciones del Programa Nacional está constituida por las colecciones de recursos fitogenéticos mantenidas "ex situ" en forma de semilla o con material de reproducción vegetativa por organismos pertenecientes a las Administraciones públicas. Es una red descentralizada y coordinada que en la actualidad está integrada por más de 30 instituciones.

→ [Colección Nuclear de Judías Españolas](#)

Colección de la especie *Phaseolus vulgaris* L., conocida en España como judía o alubia, un cultivo tradicional de gran importancia socioeconómica. El CRF tiene asignada la función de mantenimiento de la colección activa nacional de leguminosas grano, entre ellas la judía, de la que se dispone de una colección de casi 3.500 entradas. La colección se recoge en el Inventario Nacional de Recursos Fitogenéticos.

[Descubre las legumbres](#). Mensa Cívica.

Campaña de la Asociación de la [Mensa Cívica](#) para la semana del 28 de noviembre al 2 de diciembre de 2016, dirigida a colegios y otros comedores colectivos. El objetivo es que en esa semana se coman, al menos, una ración de legumbres de nuestro país en los comedores escolares y que los profesores descarguen de la web o de las redes sociales varios materiales didácticos: un folleto sobre la problemática de las legumbres, leguminosas y la proteína en España, una ficha didáctica de la actividad "Descubre las legumbres" con sus capacidades nutricionales, de sostenibilidad y variabilidad, y 8 láminas ilustradas.

→ [Ficha Didáctica de la actividad](#) (Profesores)

→ [Folleto explicativo de la problemática de las legumbres, leguminosas y la proteína en general en España](#) (Profesores y público interesado)

→ [Láminas para que los escolares las descarguen](#)

[Mapa de Legumbres con Denominación de Origen Protegida e Indicación Origen Protegida](#). Ministerio de

Agricultura y Pesca, Alimentación y Medio Ambiente. Mapa elaborado en 2014 que recoge las legumbres que cuentan con Denominaciones de Origen Protegidas (DOP) e Indicaciones Geográficas Protegidas (IGP), que constituyen el sistema utilizado en nuestro país para el reconocimiento de una calidad diferenciada, consecuencia de características propias y diferenciales.



## Web de la FAO: Año Internacional de las Legumbres



### [Año Internacional de las Legumbres 2016: Semillas nutritivas para un futuro sostenible](#)

Organizado por la FAO, el Año Internacional de las Legumbres 2016 se propone sensibilizar a la opinión pública sobre las ventajas nutricionales de las legumbres como parte de una producción de alimentos sostenible encaminada a lograr la seguridad alimentaria y la nutrición. El Año brinda la oportunidad de fomentar conexiones a lo largo de toda la cadena alimentaria para aprovechar mejor las proteínas derivadas de las legumbres, incrementar la producción mundial de legumbres, utilizar de manera más apropiada la rotación de cultivos y hacer frente a los retos que existen en el comercio de legumbres.

#### [Mensajes clave](#)

#### [Hojas de datos](#)

- [Beneficios nutricionales de las legumbres](#)
- [Las legumbres contribuyen a la seguridad alimentaria](#)
- [Beneficios de las legumbres para la salud](#)

→ [Las legumbres y el cambio climático](#)

→ [Las legumbres y la biodiversidad](#)

[Infografías](#)

[Recetas](#)

### [Legumbres: Semillas nutritivas para un futuro sostenible](#)

FAO, 2016. 196 p.  
Libro Oficial del Año Internacional de las Legumbres. Este libro es una guía, un libro de cocina e informativo sin ser técnico. El libro comienza con un resumen de las legumbres y explica por qué son alimentos importantes para el futuro. Además cuenta con más de 30 recetas preparadas por algunos de los chefs más prestigiosos del mundo.

### [Segundo Recetario Internacional de Chefs contra el Hambre: Legumbres](#)

FAO; Iniciativa América Latina y Caribe sin Hambre; Fondo de Cultura Económica Chile S.A., 2009. 19 p.

Selección realizada en colaboración con:

- Centro de Investigación y Tecnología Alimentaria de Aragón (CITA)
- Ismael Ferrer

Descarga y navega por esta guía en: <http://www.zaragoza.es/contenidos/medioambiente/cda/legumbres.pdf>

Todas nuestras guías están disponibles en la sección [Publicaciones Propias](#) de nuestra web.

### Envíanos tus comentarios

¿Qué te ha parecido esta guía? ¿Te ha resultado útil? ¿Conoces otros recursos sobre este tema? Envíanos tus comentarios y sugerencias. Te invitamos a hacerlo a través de nuestro correo [cdama-documentacion@zaragoza.es](mailto:cdama-documentacion@zaragoza.es)

Ayuntamiento de Zaragoza. Centro de Documentación del Agua y el Medio Ambiente

Paseo Echegaray y Caballero, 18 – 50003 Zaragoza Tel. 976 72 60 87

[cdama-gestion@zaragoza.es](mailto:cdama-gestion@zaragoza.es)

[www.zaragoza.es/medioambiente/centrodocumentacion](http://www.zaragoza.es/medioambiente/centrodocumentacion)

Esta selección de recursos de información realizada por el [Centro de Documentación del Agua y el Medio Ambiente](#) se encuentra bajo una Licencia Creative Commons ([Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0.](#))

