

## Arverja, Arverjilla, Vicia común

### *Vicia sativa* L.

Fabaceae

**Descripción:** Hierba anual de hasta 80 cm de altura. Tallos cuadrangulares pubescentes. Hojas con 6-16 foliolos lineares, sésiles y mucronados, provistos de zarcillos simples o ramificados. Flores con pedúnculos diminutos de color violáceo-purpúreo o rara vez blanquecinas. El fruto es una legumbre de 1,5-7 cm de largo de color café-negruzco. La semilla es pequeña de forma esferoidal.

**Distribución:** Regiones Valparaíso, Metropolitana de Santiago, O'Higgins, Maule, Ñuble, Biobío, Araucanía, Los Ríos, Los Lagos.

**Hábitat:** Orillas de caminos y terrenos agrícolas. Prefiere suelos fértiles y húmedos.

**Usos comestibles:** Las semillas se consumen cocidas en preparaciones de sopas o guisos. Las semillas molidas se añaden a la harina para la preparación de pan. Las hojas y tallos jóvenes se consumen cocidos en ensaladas. Además, con la cocción de las hojas se prepara un sucedáneo del té.

**Usos medicinales:** La harina obtenida a partir de las semillas tiene propiedades emolientes y resolutivas.

**Observaciones:** Es una especie fijadora de nitrógeno, de raíces profundas y crecimiento rápido, por lo que es una excelente candidata como acompañante para cultivos que requieran mayores concentraciones de nitrógeno. Esta planta fue un alimento base en la dieta de algunos grupos indígenas de occidente.

