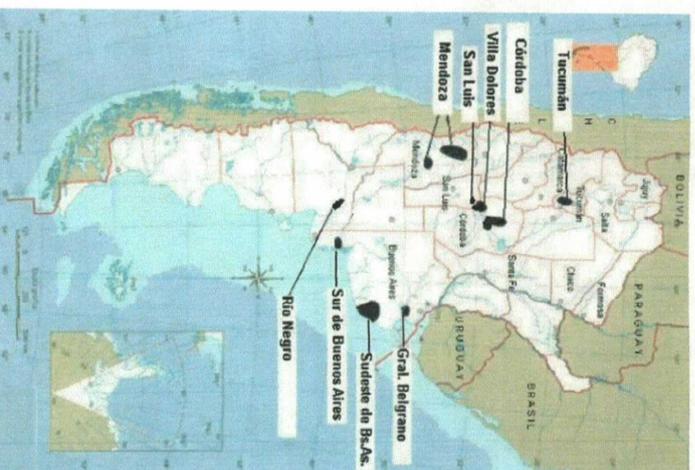


Principales zonas productoras de papa en Argentina



Importancia del cultivo

En Argentina se cultivan 75.000 ha de papa con una producción de 2,4 millones de toneladas.

El rendimiento promedio es de 32 t/ha. Aproximadamente 1,6 millones de toneladas se destinan para consumo en fresco.

Las principales zonas productoras son: Bs. As. (34.468 ha), Córdoba-San Luis (23.400 ha), Tucumán-Catamarca (8.500 ha), Mendoza (4.163 ha), Jujuy-Salta (2.100 ha) y Santa Fe (1.869 ha).

Es la hortaliza de mayor consumo en Argentina con 37 kg/habitante por año. (Mesa Provincial de la Papa 2016).

Durante el año 2017 la oferta de papa fresca que se comercializó en el MCBA fue de 339.581 toneladas.

Aspectos nutricionales

Nutrientes	Contenido en 100 gramos de PAPA Fresca con piel	Requerimientos diarios de un hombre/mujer entre 29 y 39 años **
Agua (g)	79,25	
Lípidos (g)	0,09	
Carbohidratos (g)	17,49	
Energía (Kcal)	77	3.000/2300
Proteína (g)	2,05	54/41
Calcio (mg)	12	1.000
Hierro (mg)	0,81	10/18
Magnesio (mg)	23	350/330
Fósforo (mg)	57	700
Tiamina (mg)	0,081	1,2/0,9
Polasio (mg)	425	3.500
Niacina (mg)	1	20/15
Vitamina B6 (mg)	0,29	1,8/1,6
Folato (µg)	15	400
Vitamina C (mg)	19,7	60
Vitamina A UI	2	3.333/2.666

* Fuente: United States Department of Agriculture Agricultural Research Service.

** Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense (Madrid - España).

La Papa es una buena fuente de calorías, aportadas por un 20 % de materia seca, principalmente hidratos de carbono, entre los cuales se destaca el almidón.

El aporte de proteínas, que si bien es bajo comparado con los alimentos de origen animal, es superior al que presentan la mayoría de los cereales, tubérculos y raíces.

Se destaca el contenido de vitaminas, sobretudo vitamina C, B1, B6 y niacina. La vitamina C es hidrosoluble, por lo cual si los tubérculos se hierven, una parte de la misma se pierde.

El contenido de minerales depende del tipo de suelos donde es cultivado, por lo cual es variable. Sobresale el aporte de potasio y fósforo con un bajo contenido en sodio.

Para prevenir o reducir la pérdida de algunos nutrientes se recomienda cocinar la papa con su piel.

Calidad Culinaria

VARIEDAD	CALIDAD CULINARIA
SPUNTA	Calidad culinaria baja
DAYSI	Buena para freír y para horneado
INNOVATOR	Muy buena para freír y para realizar bastón
ATLANTIC	Muy buena para freír en chips y para hornear
SAGITTA	Muy buena para freír
ASTERIX	Buena para freír en bastones y realizar puré
CHEFTAIN	Muy buena para realizar puré

Recomendaciones generales de manejo poscosecha

Para las papas maduras la temperaturas de almacenamiento debe ser entre 4°C y 8°C con una humedad relativa del 95 al 98 %, en estas condiciones se puede conservar de 150 a 300 días.

Para las papas inmaduras se pueden conservar entre 10°C y 15°C con una humedad relativa del 90 al 95 % por un periodo de no más de 10 a 14 días.

La temperatura de congelamiento es de -0,8°C.

Por debajo de 5°C se aumentan los azúcares reductores, su sabor se torna dulce y esto le reduce su calidad culinaria para freír.

Los tubérculos pueden absorber olores producidos por peras y manzanas, por lo cual no hay que almacenarlas o transportarlas juntas a éstas.

Hay que evitar la exposición prolongada a la luz. Esta causa verdeado (principalmente en papa lavadas aumentando el contenido en Solanina. Este compuesto genera un sabor amargo. Se recomienda almacenar las papas siempre en una zona oscura y bien ventilada.