



Fotografía: Mater

Informe especial

Mauka: La raíz que se resiste al olvido

Por: *Nicolas Palacios Bett - Mater*

En los valles altos de los Andes, donde el viento acompaña el crecimiento de los cultivos y la tierra guarda sus memorias, persiste una raíz que se ha resistido al olvido: la

mauka (*Mirabilis expansa* [Ruiz & Pav.] Standl.). Conocida localmente como miso, chago o taso según la región, esta planta enigmática ha sido parte de la vida de comunidades

campesinas durante generaciones, aunque por mucho tiempo permaneció casi ausente de la mirada académica y de los sistemas agrícolas modernos.

Al acercarme a su historia a través de investigaciones científicas, conversaciones con agricultores y el diálogo con quienes hoy la estudian y cultivan, fui descubriendo un entramado donde se cruzan el misterio botánico, la tradición y un potencial

todavía abierto para un cultivo muy prometedor. Este relato propone recorrer lo que actualmente sabemos sobre la mauka: su pasado, sus características singulares, los esfuerzos por conservarla y las preguntas que aún plantea. También explora sus posibilidades en la cocina contemporánea y su valor como ejemplo de cómo una raíz puede contribuir a recuperar un patrimonio agrícola vivo, capaz de proyectarse hacia el futuro sin perder su identidad.

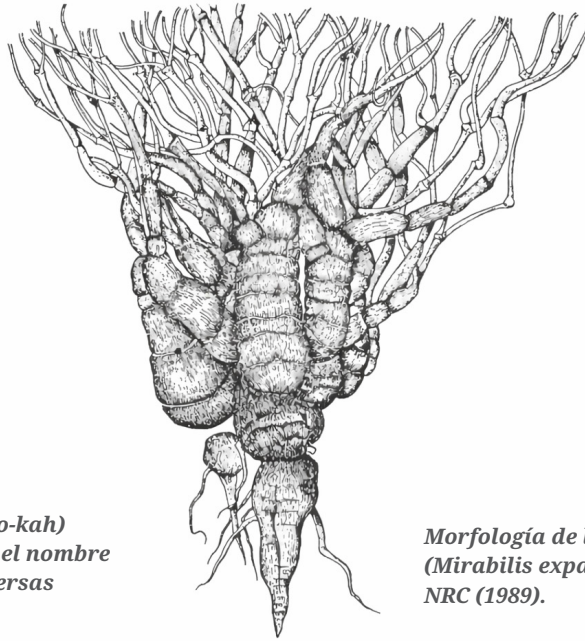
Redescubrimiento y memoria local

La mauka suele presentarse como uno de los últimos cultivos andinos en ser “descubiertos” por la ciencia moderna. Sin embargo, este punto de vista tiene matices. Más que un hallazgo repentino, su historia refleja el encuentro tardío entre el conocimiento académico y prácticas agrícolas que ya formaban parte de la cotidianidad de muchas comunidades. Para quienes la cultivaban, la mauka no era una rareza ni un misterio, sino simplemente otra raíz útil dentro de sistemas productivos diversos y adaptados a los Andes.

Desde la mirada científica, el registro formal comenzó en 1931, cuando el botánico Paul C. Standley describió la planta en estado silvestre. No fue sino hasta 1965 que los ingenieros agrónomos Julio Rea y Jorge León documentaron formalmente su cultivo en los valles del norte de La

Paz, en Bolivia, revelando la existencia de una raíz alimenticia de gran tamaño que había pasado prácticamente inadvertida para el mundo académico. A finales de esa misma década se identificaron cultivos similares en Ecuador, donde recibe el nombre de miso, y posteriormente en el Perú, especialmente en Cajamarca, gracias al trabajo de Juan Seminario Cunya (Universidad Nacional de Cajamarca), así como de Santiago Franco y Juan Rodríguez, del INIA. En estas regiones, la mauka fue registrada por encima de los 2.700 m s. n. m., creciendo en los márgenes de campos de maíz y papa, como una presencia discreta dentro de los sistemas agrícolas mixtos altoandinos.

“Ejemplo de cómo una raíz puede contribuir a recuperar un patrimonio agrícola vivo”



Mauka (pronunciado mah-oo-kah) proviene del aimara, siendo el nombre más difundido entre sus diversas denominaciones andinas

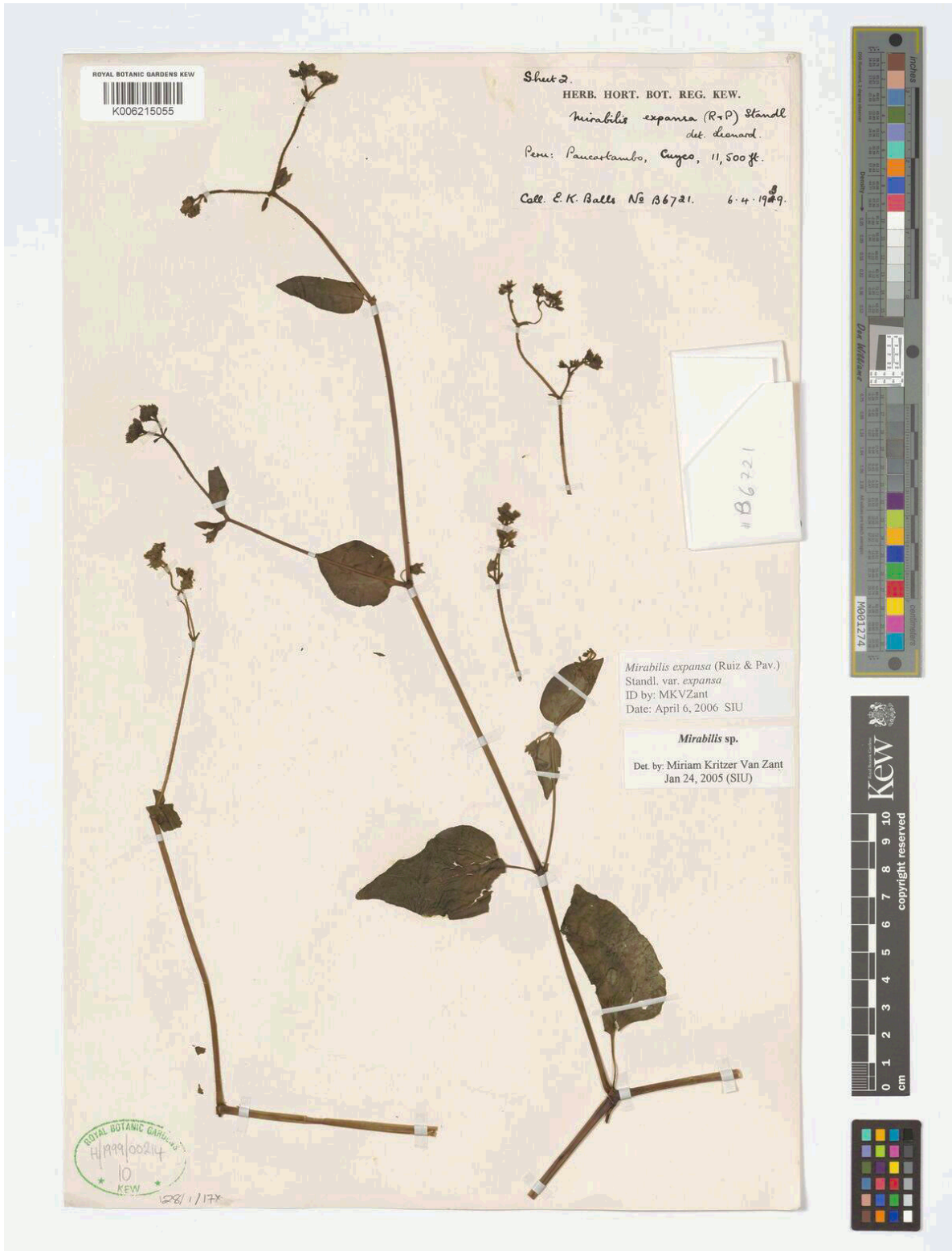
Morfología de la raíz de la mauka (Mirabilis expansa). Extraída de NRC (1989).

Esta distribución fragmentada, acompañada de múltiples nombres locales, evidenciaba tanto su profundo arraigo cultural como la limitada atención que había recibido fuera de los circuitos campesinos. Surgían entonces preguntas inevitables: ¿cuál fue su centro de origen?, ¿cómo explicar su presencia en regiones tan distantes entre sí?, ¿qué factores contribuyeron a su invisibilidad relativa en la investigación agronómica del siglo XX?

La publicación de *Lost Crops of the Incas* (NRC, 1989) marcó un punto de inflexión en esta historia. El libro incorporó a la mauka dentro de un conjunto de cultivos considerados marginales en ese momento, junto con especies como la maca (*Lepidium meyenii*), la ahípa (*Pachyrhizus ahípa*) y la achira (*Canna indica*). Más que “rescatar” estos cultivos, la obra contribuyó a reconocer su valor y a despertar el interés de investigadores dentro y fuera de América Latina. Como recordaba Juan Seminario en una conversación, durante décadas la formación agronómica en la región había priorizado especies introducidas asociadas a la Revolución Verde, mientras que muchas raíces y tuberosas nativas permanecían en los márgenes del currículo y de la investigación.

“La mauka, al igual que muchos cultivos andinos, no despertaba mayor interés en las universidades sudamericanas; no se enseñaba como prioridad. Con el auge de la Revolución Verde (aproximadamente entre 1940 y 1960) se impulsó el estudio, la enseñanza y la producción de semillas mejoradas traídas del extranjero (trigo, arroz y maíz) y en los cursos de raíces y tuberosas apenas se mencionaba la papa y el camote. Quienes se atrevían a estudiar cultivos considerados ‘marginales’ eran vistos casi como locos. Sin embargo, tras la publicación de *Lost Crops of the Incas* en 1989, que recopila estudios de investigadores latinoamericanos de países como Perú, Ecuador, Bolivia, etc., la perspectiva comenzó a cambiar: empezó a llegar un interés desde el exterior por estos cultivos nativos, generando un mayor impacto dentro de nuestra región, y así, poco a poco, se abrió un nuevo camino para revalorar nuestra agrobiodiversidad.” (Testimonio de entrevista a Juan Seminario Cunya).

“Quienes se atrevían a estudiar cultivos considerados ‘marginales’ eran vistos casi como locos”



Ejemplar herborizado de *Mirabilis expansa* (Ruiz & Pav.) Standl., colectado el 6 de abril de 1939 en Paucartambo (Cusco, Perú) y conservado en el Herbario de los Royal Botanic Gardens, Kew (K006215055).

¿Dónde se originó la mauka?

Hasta hoy no se han encontrado evidencias arqueológicas directas del cultivo de la mauka, ya sea en forma de restos vegetales conservados o representaciones cerámicas o pictográficas (León, 2013). Sin embargo, distintos estudios coinciden en situar su centro de origen y diversidad en el norte del Perú, donde el cultivo parece haber persistido de manera continua en sistemas agrícolas tradicionales y mixtos.

El propio Juan Seminario recuerda que su primer encuentro con la planta ocurrió a finales de la década de 1980, durante una visita de campo a una localidad de Chota, en Cajamarca.

Este hallazgo despertó su interés y dio inicio a una extensa exploración que, años más tarde, le permitiría registrar la presencia de la mauka en más de 230 localidades distribuidas en 36 distritos y 17 provincias de la región (Seminario, 2004). Durante este proceso documentó una notable

variabilidad morfológica e identificó al menos cuatro morfotipos cultivados, aportando evidencias clave para sustentar la hipótesis de un origen en el norte peruano.

Investigaciones posteriores reforzaron esta idea. En 2012, junto con Manuel Valderrama, Seminario comparó caracteres morfológicos en accesiones provenientes de Perú, Ecuador y Bolivia. Los resultados mostraron una mayor diversidad fenotípica en las colecciones peruanas, especialmente en Cajamarca, lo que consolidó aún más la propuesta de un centro de origen en esta región (Seminario & Valderrama, 2012).

Por su parte, el National Research Council (1989) propuso que la dispersión actual de la mauka a lo largo de los Andes podría explicarse por procesos históricos de movilidad forzada de poblaciones, que habrían llevado consigo sus cultivos tradicionales como parte de su herencia alimentaria.



“El centro de origen de una planta cultivada es también el centro de su mayor diversidad.”

Nikolái I. Vavílov, botánico, genetista y pionero en la biogeografía agrícola.

En verde oscuro se muestra el centro de origen y diversidad de la mauka (*Mirabilis expansa*) en el norte del Perú. Las flechas indican las rutas de diversificación de la especie hacia Ecuador (Quito) y Bolivia (La Paz).

Con todo ello, la evidencia acumulada apunta a que el centro de origen y diversidad de la mauka se encuentra en tres departamentos clave del norte peruano: *Áncash, Cajamarca y La Libertad* (Gendall et al., 2019; Seminario, 2004a; Seminario et al.,

2019). Sin embargo, ello no debería limitar los esfuerzos de investigación en otros países andinos, como Bolivia, donde hasta la fecha no existe una colección ex situ representativa del cultivo (Gendall et al., 2019).

Características agronómicas y botánicas

La mauka es una planta vigorosa, de follaje abundante, tallos gruesos y raíces comestibles que pueden alcanzar el tamaño del antebrazo de una persona adulta. Su apariencia recuerda a la yuca (*Manihot esculenta*), razón por la cual en algunas localidades se la conoce como la “yuca de los Andes”. Sin embargo, botánicamente pertenece a una familia completamente distinta: las *Nyctaginaceae*, lo que la diferencia de otras raíces ampliamente cultivadas en el Perú como la papa (*Solanaceae*), el camote (*Convolvulaceae*) o la propia yuca (*Euphorbiaceae*).

Sus parientes más cercanos no se encuentran en los campos agrícolas sino en los jardines. Comparte familia con plantas ornamentales como la bugambilia (*Bougainvillea* spp.), conocida por sus brácteas de intensos colores que decoran muros, balcones y parques urbanos, especialmente en ciudades

como Lima. También está emparentada con el don Diego de noche (*Mirabilis jalapa*), la llamada “maravilla del Perú”, una especie ornamental nativa de América tropical que fascinó a los botánicos europeos desde el siglo XVI por la diversidad cromática de sus flores. El propio nombre del género, *Mirabilis*, que significa “maravilloso” en latín, resulta particularmente apropiado para una planta tan versátil y poco conocida.

“en algunas
localidades se la
conoce como la yuca
de los Andes”

Uno de los aspectos más destacados de la mauka es su valor nutricional. Tanto las hojas como los tallos son comestibles y han sido tradicionalmente aprovechados en la alimentación humana y animal. En muchas zonas altoandinas las hojas frescas se ofrecen directamente a cuyes o ganado como forraje cotidiano. Lejos de ser

simples residuos vegetales, estas partes verdes presentan un contenido proteico notable: hasta 14 % en base seca en las hojas y alrededor de 7 % en las raíces. Estos valores son inusualmente altos para un cultivo radicular, lo que convierte a la mauka en una especie doblemente funcional, capaz de aportar alimento y forraje nutritivo.

Raíz	Proteínas (%)	Carbohidratos (%)	Calcio (mg/100 g)	Fósforo (mg/100 g)
Mauka	4.1 – 7.5	27.1 – 36.2	157.6 – 461.6	107.1 – 117.1
Arracacha	0.7 – 2.0	~67	45 – 128	64
Oca	0.7 – 2.0	~60	33	34
Papa	~2.1	~80	12	17
Yuca	~2.0	~80	30	300
Yacón	~2.5	~75	14	70

La raíz contiene en promedio alrededor de 112 mg de fósforo y 310 mg de calcio por cada 100 g de parte comestible, niveles significativamente superiores a los reportados para la papa, lo que refuerza su potencial como cultivo andino de alto valor nutricional (Bazán et al., 1996; Seminario, 2004a; Seminario et al., 2019). En efecto, la mauka presenta un contenido proteico promedio cercano al triple del

registrado en este tubérculo, además de concentraciones minerales notablemente superiores. En particular, su contenido de calcio puede ser alrededor de veinticinco veces mayor, mientras que el fósforo alcanza valores aproximadamente seis a siete veces superiores a los reportados para la papa, uno de los alimentos más ampliamente consumidos en los Andes. Estas características no solo resaltan

“Un cultivo resiliente y prometedor para los ecosistemas altoandinos”

su importancia desde el punto de vista alimentario, sino que también sugieren oportunidades concretas para diversificar la dieta en contextos rurales y urbanos.

Estudios experimentales han mostrado que extractos de mauka podrían ayudar a frenar la pérdida de hueso en modelos animales con osteoporosis, lo que ha despertado un creciente interés científico por esta raíz andina y sus compuestos bioactivos (Rojas Morán, 2023).

No obstante, como señala Gendall (2019), muchos de los usos tradicionales asociados a la mauka han ido disminuyendo con el tiempo, en paralelo con las transformaciones en los sistemas productivos y alimentarios rurales, lo que ha contribuido a la reducción progresiva de su cultivo y al debilitamiento de su transmisión intergeneracional.

Desde el punto de vista agronómico, la mauka destaca por su resistencia al viento, su capacidad de adaptación a diversas condiciones edáficas y climáticas, y su buena integración en sistemas tradicionales de policultivo. Estas características la posicionan como un cultivo resiliente y prometedor para los ecosistemas altoandinos, especialmente en escenarios actuales de cambio climático y búsqueda de sistemas agrícolas más diversificados y sostenibles.

Su propagación más común es vegetativa (clonal), mediante trozos de tallo basal. Sin embargo, según Gendall (2019), algunos agricultores afirman que la mauka también puede reproducirse espontáneamente gracias a la abundante producción de semillas, generando plantas más vigorosas. Este potencial reproductivo abre nuevas posibilidades para su estudio agronómico y para redescubrir, una vez más, el valor oculto de esta raíz andina.



Floración abundante de mauka con numerosas flores rosadas cubriendo la planta.

Fotografía: Carola Pereda

Revalorizando la mauka

Desde 2016, el interés por revalorar este cultivo andino cobró un nuevo impulso tras un encuentro fortuito entre Harriet Gendall, etnobotánica de la University of Copenhagen, y Mater. Harriet había llegado al Perú para investigar una raíz casi olvidada, y su entusiasmo coincidió con el interés de Mater por identificar cultivos andinos resilientes y explorar nuevos sabores. Aquel encuentro marcó el inicio de una colaboración que trascendió el registro académico y abrió caminos para investigar el potencial gastronómico de la mauka, así como para contribuir activamente a su divulgación y conservación. Este texto forma parte de ese esfuerzo compartido.

Durante su estancia, Harriet se puso en contacto con Juan Seminario, reconocido por su papel clave en el estudio de raíces andinas, fortaleciendo así el vínculo entre investigación científica y saberes

locales. En nuestras conversaciones explicó que su enfoque se centró en recoger los testimonios de quienes aún cultivan mauka, con el fin de comprender las razones de su progresiva desaparición y la forma en que es percibida por las comunidades. Su observación fue clara. Aunque la mauka había dejado de ser un cultivo ampliamente difundido, quienes continuaban sembrándola lo hacían con profundo afecto, cuidado y sentido de herencia. Sin embargo, las nuevas generaciones, marcadas por el desconocimiento y atraídas por cultivos más comerciales, tendían a dejarla de lado.



Gendall también recogió relatos conmovedores de familias que mantienen viva esta tradición. Una pareja agricultora de Corongo, en Áncash, resumió esta relación con una frase sencilla y potente.

“Esta raíz nos mantuvo en el pasado, y ahora nosotros la mantenemos” (Gendall, 2019).

Entre las experiencias más significativas destaca la colaboración con Carola Pereda y Eilif Leidulvstad, quienes residen en Corongo y ya cultivaban mauka

de manera comprometida, razón por la cual fueron incluidos en la investigación de Harriet. Ambos mantienen una chacra ecológica donde siembran esta raíz, conocida localmente como allja yuca, junto con pajuro, más de doscientas variedades de papas nativas y otros cultivos andinos. Su trabajo se desarrolla en un contexto desafiante marcado por el cambio climático, las plagas y el paso del tiempo, pero está impulsado por una firme convicción de preservar los saberes y cultivos heredados.



Carola es además fundadora y administradora de Murukuna, un centro cultural autogestionado para niñas, niños y jóvenes de Corongo, donde se promueven el arte, la lectura, la ciencia, el cine, el juego, la naturaleza y el pensamiento creativo. El nombre Murukuna significa semillas en el quechua local y resume con precisión la misión del espacio, sembrar aprendizajes y cultivar nuevas generaciones conscientes de su herencia cultural y natural.

Esta pareja ha observado una disminución alarmante del cultivo de mauka en la zona. Cuando fueron entrevistados por Harriet Gendall, ya señalaban que la siembra había venido reduciéndose

progresivamente en años previos. Muchos agricultores mayores la dejaron de cultivar o han fallecido, mientras que las nuevas generaciones no siempre reconocen su valor.

A pesar de ello, Carola y Eilif han continuado cultivando y propagando distintas variedades, manteniendo al menos cuatro accesiones que incluyen material procedente de Puno, Cajamarca y Áncash. Incluso han enviado raíces a Lima como gesto de colaboración para su conservación. Para ellos, mantener la mauka viva no es únicamente una práctica agrícola, sino también un acto de memoria y resistencia frente al olvido.

Cocina y conservación: una raíz en movimiento

El trabajo realizado en 2016 también marcó un punto de encuentro entre la investigación y la cocina contemporánea. En este contexto, el chef Virgilio Martínez tuvo la oportunidad de explorar la mauka como ingrediente, incorporándola dentro de una reflexión más amplia sobre la biodiversidad del territorio. Gracias a la gestión conjunta de Harriet

Gendall, Malena Martínez y el agricultor ancashino Elmer Gutiérrez, se enviaron 10 kg de mauka fresca desde Marcará para su uso en cocina. A partir de este primer acercamiento, surgieron diversas apreciaciones sobre sus cualidades sensoriales y su potencial culinario.

Testimonios desde la cocina

“La mauka presenta una gran versatilidad en cocina. Tiene un sabor relativamente neutro con un dulzor sorpresivo. Además, aporta textura y cierta viscosidad, especialmente cuando se utiliza como espesante o en la transformación en harinas. Me encantaría en el futuro poder experimentarla en un postre.”

— Virgilio Martínez

“La mauka es crujiente cuando está cruda, similar al yacón. Tiene un ligero sabor picante que me recuerda al rábano. La laminación de la raíz aporta una textura interesante, y también funciona bien hervida u horneada para preparar purés. Como base de un postre podría funcionar muy bien.”

— Pía León

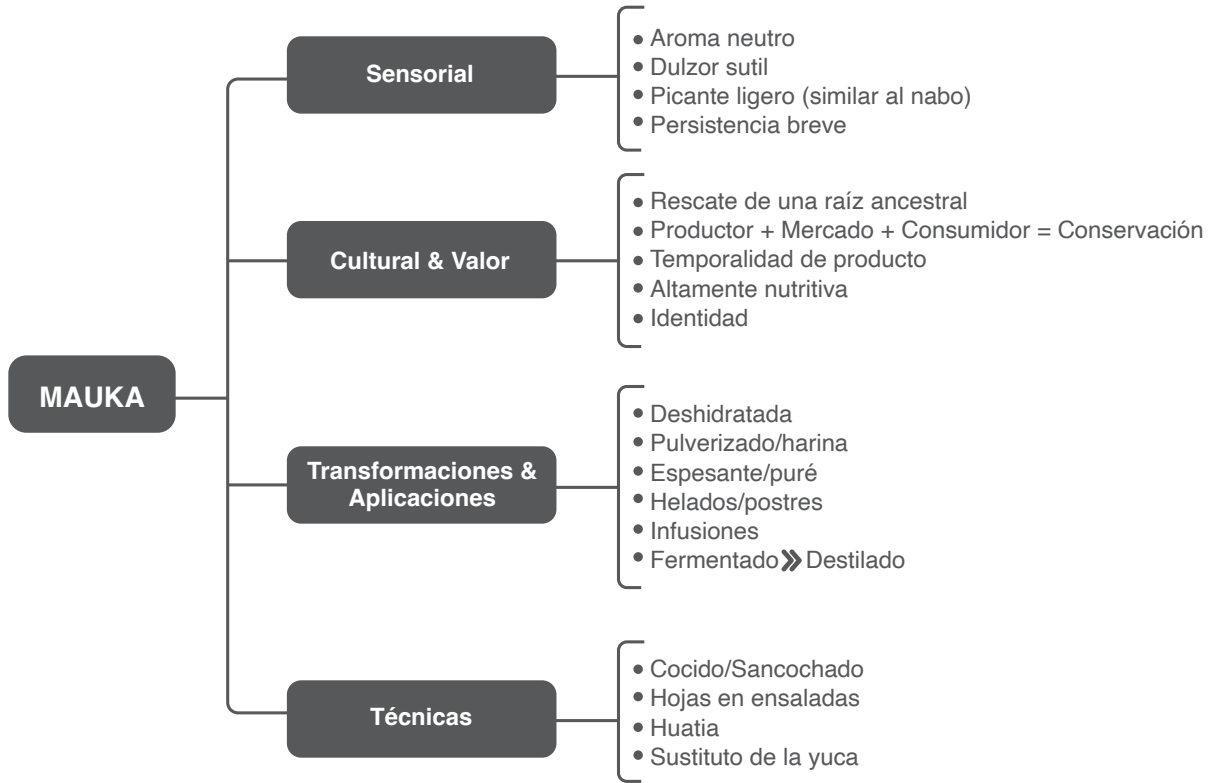


Diagrama conceptual de la mauka (*Mirabilis expansa*) desde la visión gastronómica contemporánea de los chefs Virgilio Martínez y Pía León

Mauka en la mirada de Pía León

Mauka nace como una expresión de observación y reconocimiento. Más que un restaurante, es una forma de volver a mirar aquellos cultivos que han sostenido históricamente la alimentación en los Andes y la Amazonía, muchos de ellos hoy poco visibles. En la mirada de Pía León, la cocina se convierte en un espacio para redescubrir, valorar y dar continuidad a esta diversidad.

Desde Cusco, en el hotel Belmond Palacio Nazarenas, Mauka

propone una conexión entre territorios que dialogan constantemente: la cordillera andina y la Amazonía. En ese encuentro, no solo se presentan ingredientes, sino también historias, sistemas de cultivo y conocimientos locales que han permitido la conservación de especies a lo largo del tiempo. Cultivos como la quinoa en sus múltiples ecotipos, el saúco andino o el maíz gigante de Urubamba conviven con otros menos difundidos, pero igualmente fundamentales en las dietas tradicionales.



Pía León en Mauka.
Fotografía: cortesía de Mauka.

Esta aproximación no busca únicamente reinterpretar ingredientes, sino también acompañar procesos de recuperación. Mauka se construye así como una plataforma que visibiliza productos, prácticas y saberes, integrando además el trabajo de artistas, el uso de materiales locales y una narrativa que conecta paisaje, cultura y alimentación. En este enfoque,

los productos locales se entienden como parte de un sistema integral, donde distintos ecosistemas se entrelazan. Esto se refleja en preparaciones que combinan elementos andinos y amazónicos en un mismo plato, como en el caso de postres que integran ingredientes como avena, saúco, cacao, quinoa negra y macambo.



Plato de Mauka: postre que contiene avena, saúco, cacao, quinoa negra y macambo.

Fotografía: cortesía de Mauka.

Otros cultivos en recuperación

Desde Mater también se vienen desarrollando proyectos de recuperación de saberes y cultivos tradicionales en distintas regiones del Perú. Un ejemplo de ello es el trabajo con raíces y tubérculos amazónicos conservados por el pueblo Shawi.

Entre los cultivos estudiados se encuentran la sachapapa (*Dioscorea trifida*), dale dale (*Goeppertia*

allouia), uncucha (*Xanthosoma sagittifolium*) y diversas especies de maranta (*Maranta* spp.). Estos cultivos, adaptados a los suelos amazónicos y profundamente vinculados a las prácticas culturales de las comunidades, forman parte de sistemas alimentarios tradicionales donde también se preparan bebidas como el masato, utilizadas tanto en la vida cotidiana como en contextos rituales.



De izquierda a derecha: uncucha (*Xanthosoma sagittifolium*), camote naranja (*Ipomoea batatas*), dale-dale (*Goeppertia allouia*), uncucha rosada (*X. sagittifolium*), camote rosado (*I. batatas*), camote amarillo (*I. batatas*), sachapapa morada (*Dioscorea trifida*), uncucha rosada (*X. sagittifolium*), maranta (*Maranta ruiziana*) y uncucha (*X. sagittifolium*). Algunos de los tubérculos en conservación por el pueblo Shawi.

Fotografía: Camila Novoa.

La innovación culinaria tampoco ha quedado al margen de este proceso. En el restaurante Kjolle, Pía León ha explorado activamente estos ingredientes en platos que integran múltiples territorios y sistemas agrícolas. Preparaciones como “Muchos tubérculos” reúne ingredientes como sacha papa

(*Dioscorea trifida*), olluco (*Ullucus tuberosus*) y yacón (*Smallanthus sonchifolius*), junto con granos andinos, creando combinaciones que expresan la diversidad biológica y alimentaria del Perú combinando tubérculos amazónicos y andinos del Perú en un solo plato.



Presentación de momento muchos tuberculos de Kjolle.

Fotografía: Camila Novoa.

Una segunda oportunidad: Mauka en la chacra MIL (2025)

MIL Centro es un proyecto interdisciplinario y restaurante de alta cocina liderado por Virgilio Martínez, ubicado en las cercanías del centro arqueológico de Moray, en Cusco. Desde su concepción, el proyecto busca articular investigación, agricultura, territorio y gastronomía en un mismo espacio, proponiendo una mirada integral sobre los sistemas de vida andinos.

En este contexto, Mater funciona como el brazo de investigación del ecosistema gastronómico que integran restaurantes como Central, Kjolle y MIL. Dirigido por Virgilio Martínez, Pía León y Malena

Martínez, Mater es un centro de investigación y articulación interdisciplinaria que estudia, interpreta y difunde los aspectos biológicos y culturales del territorio peruano. Fundado en 2013, surge a partir de una serie de exploraciones a lo largo del país que evidenciaron la necesidad de comprender la gastronomía desde las complejas dinámicas ecológicas, sociales, económicas y espirituales que configuran los distintos modos de vida del Perú. Desde entonces, Mater investiga a través de múltiples lenguajes y formatos, conectando ciencia, cocina y conocimiento local.



En MIL se ha iniciado recientemente la siembra de cuatro accesiones de mauka, provenientes de material genético solicitado al Centro Internacional de la Papa (CIP). Gracias a la coordinación con esta institución y con el apoyo de Iván Manrique,

curador de raíces y tuberosas, se ha logrado acceder formalmente a este material como parte de un esfuerzo conjunto orientado a su conservación y reintroducción en sistemas agrícolas andinos.



Campo de cultivo en la chacra MIL.
Fotografía: Leslie Hosokawa.

Desde un inicio, Iván mostró una gran disposición y generosidad hacia el proyecto. En nuestras conversaciones expresó su interés personal y profesional por la mauka, destacando que, desde el ámbito académico, aún se requiere mayor difusión, investigación y visibilidad sobre este cultivo. Asimismo, subrayó la importancia de volver a conectarlo con el campo y con las comunidades que lo han mantenido vivo a lo largo del tiempo.

Esta constituye nuestra primera experiencia de cultivo directo, lo que permitirá conservar, observar y aprender de la mauka desde nuestras propias prácticas. En ese sentido, la reintroducción en espacios agrícolas y gastronómicos no solo contribuye a salvaguardar la especie, sino que también puede estimular su estudio, cultivo y protección a mayor escala.

Una historia que podría repetirse: Mauka y maca

La historia de la mauka no está sola. En los Andes, otros cultivos pasaron por largos periodos de olvido antes de volver a llamar la atención. La maca, por ejemplo, ofrece un antecedente interesante de compartir. En Junín se han hallado restos arqueológicos que datan del 3800 a. C., prueba de su uso ancestral. Durante la colonia fue apreciada, y más tarde incluso se le atribuyeron virtudes productivas y reproductivas; sin embargo, en el siglo XX su cultivo cayó de manera drástica y, hacia los años ochenta, apenas se sembraban unas 50 hectáreas en todo Junín (Graves, 2000; Hermann, 2013; León, 2013).

Su recuperación no fue producto del azar, sino del trabajo sostenido de revalorización impulsado por el CIP, el INIA y el Estado peruano. A ello se sumó una narrativa que volvió a introducirla en el imaginario público como un cultivo valioso: primero como “superalimento” y afrodisíaco, y luego como un símbolo de identidad agrícola y altamente nutricional (Gonzales et al., 2014). La maca muestra que, cuando la investigación, la comunicación y los saberes locales avanzan en la misma dirección, un cultivo casi relegado puede resurgir con fuerza. (Hernández Bermejo & León, 1992; León, 2013).

“Su valor nutricional es notable, y algunos estudios señalan que supera a productos más comunes, como la papa”

Una planta con futuro

Hoy, la mauka todavía enfrenta una reducción preocupante en su cultivo y en su reconocimiento cotidiano. Aunque conserva un lugar especial en algunas comunidades, muchos agricultores jóvenes ya no la identifican o no la consideran una opción de siembra. Sin embargo, sus cualidades invitan a mirarla de otra manera. Su valor nutricional es notable, y algunos estudios señalan que supera a productos más comunes,

como la papa, en ciertos aspectos, con cifras que ampliamente la favorecen frente a este cultivo. Además, investigaciones experimentales han mostrado que extractos de su raíz podrían ayudar a frenar la osteoporosis (Rojas Morán, 2023), lo que refuerza el interés por sus compuestos bioactivos.

A ello se suma su perfil culinario: un dulzor sutil, un picante ligero,

una textura densa y una capacidad natural para espesar y transformarse. No es una raíz más. Es una raíz con carácter, capaz de integrarse en preparaciones dulces, caldos, fermentos, harinas, purés o cocciones secas que realzan su sabor. En ese sentido, su promoción no solo tendría valor agrícola, sino también gastronómico y comercial. Revalorizarla significaría abrir una oportunidad real

para productores, cocineros y consumidores, fortaleciendo una cadena que une el campo con la cocina contemporánea.

Gracias a quienes la cultivan, la estudian y la cocinan, la mauka sigue viva. Quizá, como tantas raíces andinas, solo espera el momento de renacer con nuevo impulso, sostenida por las manos que la acompañan.

Tabla 1. Se registran 39 nombres vernáculos para *mauka* (*Mirabilis expansa*) y especies relacionadas, incluyendo variaciones ortográficas, referencias a colores y formas silvestres. La información proviene de diversas localidades andinas de Ecuador, Bolivia y Perú. Adaptado de Gendall et al. (2019).

Región	Localidad	Nombres vernáculos
Ecuador	Pichincha, Cotopaxi	Miso, taza
Norte de Bolivia	Chullín (La Paz)	Mauka, yuraq mauk'a (blanco), kellu mauk'a (amarillo), k'ita mauk'a (M. expansa salvaje)
Sur del Perú	Sandia (Puno)	Mauka
	Chincheros (Cusco)	Moqo Moqo (M. prostrata salvaje)
Norte del Perú	Cajamarca, La Libertad	Chago, chagos, chaco, achagu, yuca de jalca, arricón, cushpe, cushpenes, yuca inca, camotillo, arracacha de toro, rábano, rabanito, pega pega, yuquilla, kashpa yuca
Amazonas (Perú)		Shalca, shallca yuca, shaggchya rumo
Áncash (Perú)		Quishpi yuca, coshpi yuca, cospiyá, allja yuca, yuca de la sierra, pishpi yuca, ñatin jora (M. prostrata silvestre)

Referencias:

- Bazán, M., López, J. I., & Pajares, W. (1996). *Potencial forrajero del chago (Mirabilis expansa) en la alimentación de conejos (Oryctolagus cuniculus)* [Tesis de Ingeniería Zootécnica]. Facultad de Zootecnia, Universidad Nacional de Cajamarca.
- Gendall, H., Seminario, J., Sørensen, M., & Theilade, I. (2019). Unearthing the “Lost” Andean Root Crop “Mauka” (*Mirabilis expansa* [Ruiz & Pav.] Standl.). *Economic Botany*, 73(4), 443–460. <https://doi.org/10.1007/s12231-019-09467-y>
- Gonzales, G. F., Villaorduña, L., Gasco, M., Rubio, J., & Gonzales, C. (2014). Maca (*Lepidium meyenii* Walp), una revisión sobre sus propiedades biológicas. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 31(1), 100–110. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1726-46342014000100015
- Hernández Bermejo, J. E., & León, J. (1992). *Cultivos marginados, otra perspectiva de 1492*. FAO. <https://www.sidalc.net/search/Record/unfao:783910/Description>
- International Potato Center. (2021). *Los Andes y los alimentos del futuro: 50 Andean future foods*. <https://hdl.handle.net/10568/117367>
- León, E. (2013). *14,000 años de alimentación en el Perú*. Fondo Editorial USMP.
- National Research Council (NRC). (1989). *Lost crops of the Incas: Little-known plants of the Andes with promise for worldwide cultivation*. National Academies Press.
- Rojas Morán, N. J. (2023). *Efectividad del extracto etanólico de la raíz tuberosa de Mirabilis expansa “mauka” sobre la resorción ósea en ratas ovariectomizadas, como modelo de osteoporosis postmenopáusica* (Tesis doctoral). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/21453>
- Seminario, J. (2004). *Raíces andinas: Contribuciones al conocimiento y a la capacitación*. International Potato Center.
- Seminario, J., Chalampunte-Flores, D., Gendall, H., & Sørensen, M. (2019). The agronomy of mauka (*Mirabilis expansa* (Ruiz & Pav.) Standl.)—A review. *Journal of Plant Genetics and Crop Research*, 1(2), 1–23. <https://doi.org/10.14302/issn.2641-9467.jgrc-19-2619>
- Seminario, J., & Valderrama, M. A. (2012). Variabilidad morfológica y evaluación agronómica de maukas *Mirabilis expansa* (Ruiz & Pav.) Standl. del norte peruano. *Revista Peruana de Biología*, 19(3), 249–256. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1727-99332012000300003