



HOJA INFORMATIVA DE LA PLANTA

Sinapis alba

Mostaza blanca

Taxonomía

Reino:	Plantae
División:	Magnoliophyta
Clase:	Magnoliopsida

Orden:	Brassicales
Familia:	Brassicaceae
Tribu:	Brassiceae
Género:	<i>Sinapis</i>
Especie:	<i>Sinapis alba</i> L.

La **mostaza blanca** (*Sinapis alba*) es una **planta anual** de la familia de las **Crucíferas**. A veces se la conoce como *Brassica alba*, *Brassica hirta* o **mostaza amarilla**. Se la cultiva comercialmente por sus semillas de **mostaza** en prácticamente todo el mundo, siendo sin embargo originaria probablemente de la región mediterránea. Las flores amarillas de la planta producen un tipo de vainas (*silicuas*) vellosas que contienen las semillas, en las que encontraremos aproximadamente media docena de semillas por **vaina**. La cosecha de la semilla de la mostaza se hace justo antes de que dichas vainas maduren del todo y se abran. Las **semillas** de esta especie de mostaza son redondas y de consistencia dura, de en torno al milímetro o 2 mm de diámetro, y con un color que puede ir del **beige** o el **amarillo** al marrón claro.



Vista de la planta

Descripción

Es una **planta anual** que alcanza un tamaño de hasta 75 cm de altura, erecta, ramificada, por lo general con pelos rígidos. Las hojas basales de 5-15 cm de largo y 2-6 cm de ancho, \pm hispídas, liradas, 2-3-conjugado, con el lóbulo terminal mucho más grande que los laterales, generalmente 3-lobuladas, toscamente e irregularmente dentada; las hojas superiores sub-iguales lobuladas, sinuoso-

dentadas. Las inflorescencias en racimos de muchas flores, ebracteadas, de hasta 30 cm de largo en el fruto. Flores de 10 mm de diámetro, de color amarillo, con pedúnculo de hasta 14 mm de largo en el fruto. Sépalos 4-5,5 mm de largo, 1-1.5 mm. amplio, oblonga, subspreading amarillento. Pétalos de 7-12 mm de largo, 3.5-5 mm de ancho, obovadas, con garras. Estambres 4-5, 5-7 mm de largo. **Silicuas** de 20-40 mm de largo, 3-4 mm de ancho (incluyendo el pico casi tan largo o más largo que las válvas), sub-cilíndrica, hirsuto cabelluda; pico ± comprimido, en forma de sable, a menudo curvado. Semillas de 1-4 en cada lóculo, globosas, de unos 2 mm de diámetro, finamente alveoladas, de color marrón pálido.¹

Historia

El uso medicinal de la mostaza blanca es viejo, como lo demuestra su presencia en la **Capitulare de villis vel curtis imperii**, una orden emitida por **Carlomagno** que reclama a sus campos para que cultiven una serie de hierbas y condimentos incluyendo "sinape" identificada actualmente como *Sinapis alba*.

Uso de la planta



Mostaza blanca molida.

Usos culinarios

Las semillas de la mostaza blanca pueden usarse enteras para condimentar **encurtidos** y **vinagretas**, o tostadas para su uso en diferentes platos. Con ellas, se prepara el condimento que lleva el mismo nombre genérico de la planta, la **mostaza**. Una vez las semillas molidas y mezcladas con otros ingredientes, se obtiene una pasta que se puede usar tal cual (lo que sería la mostaza "*original*"), o incluso utilizarla como base para otros **condimentos** menos finos (mostaza "*industrial*").

Otros usos

Aparte del uso gastronómico que ya conocemos, la **mostaza blanca** es también utilizada como planta forrajera.

También se la usa en ocasiones para sembrarla como **captora de nitratos**, esto es, se la usa como cultivo de **barbecho**, evitando así dejar los campos desnudos, limitando la pérdida de los nitratos solubles. En ese caso, y sembrada por ejemplo después de un cereal, tiene que ser arrancada antes de que produzca las semillas, para evitar su reproducción descontrolada. Sin embargo, a veces se la considera también una mala hierba, fundamentalmente en los cultivos de **colza**.

Propiedades

Las semillas son ricas en **lípidos** (en torno al 35 %) y contienen **sinalbina**, que es el **tioglicósido** responsable de su gusto acre y ligeramente **picante**. De ellas se extrae también un **aceite** para uso industrial y alimentario. De la **mostaza blanca** también se obtiene un **aceite esencial** volátil cuyo componente principal (el **isociotianato**) es más suave que el producido por las semillas de la **mostaza negra** (*Brassica nigra*), lo que le confiere también un aroma y sabor algo más suaves.



Detalle de las hojas

Taxonomía

Sinapis alba fue descrita por **Carlos Linneo** y publicado en *Species Plantarum* 2: 668. 1753.¹

sinonimia

- *Bonannia officinalis* C.Presl
- *Brassica alba* (L.) Rabenh.
- *Brassica foliosa* (Willd.) Samp.
- *Brassica hirta* Moench
- *Crucifera lampsana* E.H.L.Krause
- *Eruca alba* (L.) Noulet
- *Leucosinapis alba* (L.) Spach
- *Napus leucosinapsis* K.F.Schimp. & Spenn.
- *Raphanus albus* (L.) Crantz
- *Rhamphospermum album* (L.) Andr. ex Rchb.
- *Sinapis foliosa* Willd.²