

Alcayota en San Rafael: entre la tradición y el olvido, aún resiste en fincas familiares

27/04/2026



Amada por algunos y resistida por otros, la alcayota sigue teniendo presencia en el sur mendocino, aunque cada vez más relegada a ámbitos familiares. En San Rafael, todavía puede encontrarse en algunas fincas y enramadas domésticas, como

parte de una tradición que resiste al paso del tiempo.

Se trata de una planta trepadora, perteneciente a la familia de las cucurbitáceas –la misma de melones y sandías–, que históricamente se cultivó en patios y viñedos como complemento de la producción principal. Su fruto, de cáscara verde con vetas blancas y un peso cercano a los 3 kilos, madura entre los meses de abril y mayo, tras un ciclo de entre cinco y seis meses desde la siembra. Las primeras heladas cumplen un rol clave en ese proceso, aportando el punto justo para su cosecha.



Aunque en Mendoza su presencia es más habitual en departamentos del norte como Lavalle, Las Heras y Guaymallén, en San Rafael aún sobrevive en producciones de escala reducida, sin registros estadísticos oficiales debido a su

carácter principalmente familiar.

Por ejemplo, la vicegobernadora Hebe Casado compartió en sus redes fotos de su padre, el productor Antonio Casado con una planta que dio mas de 20 ejemplares en la finca familiar.



Más allá de su cultivo, la alcayota ocupa un lugar especial en la gastronomía cuyana. Su uso más tradicional es en el dulce conocido como “cabello de ángel”, una preparación de textura fibrosa que recuerda a finos hilos y que forma parte de recetas clásicas: desde facturas y alfajores hasta tortas caseras. También se consume en tostadas o combinada con nueces, queso o chocolate, sumando un perfil más gourmet.

NUTRICIÓN Y SALUD

En términos nutricionales, se destaca por su aporte de fibra y

por ser rica en vitaminas A, C y E, además de minerales como potasio, calcio y magnesio. A esto se le atribuyen propiedades antioxidantes, antiinflamatorias y diuréticas, lo que históricamente la vinculó a usos medicinales caseros, especialmente para afecciones hepáticas o de la piel.



Otra de sus ventajas es su versatilidad para la conservación: elaborada en dulce o en conserva, mantiene gran parte de sus propiedades durante largos períodos, lo que la convirtió durante generaciones en un recurso habitual en despensas familiares.

Hoy, entre la nostalgia y la falta de consumo masivo, la alcayota parece moverse en un terreno intermedio. Sin embargo, su presencia en algunas fincas sanrafaelinas confirma que, lejos de desaparecer, aún hay quienes apuestan a sostener este

fruto tan particular como identitario de la región.