

Acompañante en Estilo de Vida Ayurvédico

Materia: Nutrición

Profesora: Laura Fernández Jubín

ANEXO 5. TIPOS DE LEGUMBRES

HINDI	ENGLISH	SPANISH	LATIN
Mung dal	Split mung beans (petite yellow lentils)	Mungo amarillo (Judía mungo abierta)	<i>Vigna radiata</i>
Hare mung	Whole mung beans (green gram)	Mungo verde (Judía mungo entera)	<i>Vigna radiata</i>
Urad dal	Split black gram	Lenteja negra abierta	<i>Vigna mungo</i>
Sabut urad	Whole black gram	Lenteja negra entera	<i>Vigna mungo</i>
Masoor dal	Split red lentils	Lenteja roja abierta	<i>Lens culinaris</i>
Sabut masoor	Whole brown lentils	Lenteja marrón entera	<i>Lens culinaris</i>
Chana dal	Split brown chickpeas (Split bengal gram)	Garbanzo negro abierto	<i>Cicer aruetunum</i>
Kala chana	Brown chickpeas (Bengal gram)	Garbanzo negro entero	<i>Cicer aruetunum</i>
Safet chana (Chole, Kabuli)	White chickpeas (Garbanzo beans)	Garbanzo blanco	<i>Cicer aruetunum</i>
Hara chana (Cholia)	Green chickpeas	Garbanzo verde	<i>Cicer aruetunum</i>
Rajma	Kidney beans	Alubias rojas (Judía roja)	<i>Phaseolus vulgaris</i>
-	Adzuki beans (red mung bean)	Judía adzuki	<i>Vigna angularis</i>
Chawli (Lobhia Raungi)	Black eyed peas	Caupí (Judía de careta)	<i>Vigna unguiculata</i>
Toor dal (Arthar, tuvar)	Split pigeon peas	Guandú	<i>Cajanus cajan</i>
Mater	Split yellow peas	Guisantes amarillos	<i>Pisum sativum</i>

FUENTE: <https://www.veganricha.com/indian-dals-names>