

---

# Fasola

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Zmodyfikowano: 2005-05-07 15:45:00

Język: Polski

Odwiedzono: 4643 razy.

Znali ją starożytni Rzymianie, którzy nie tylko jedli fasolę, ale i robili z niej puder kosmetyczny, jednak uprawa fasoli stała się popularna w Europie dopiero w XVI w., kiedy Kolumb przywiózł do Hiszpanii nasiona z Ameryki. W XVII w. fasolę uprawiano już w ogrodach i na polach Hiszpanii, Włoch, Francji, Niemiec, Anglii. Dziś uprawia się ją na całym niemal świecie. Znanych jest ponad 200 gatunków fasoli, a około 20. uprawia się w celach spożywczych.

Kształt, barwa i wielkość strąków oraz nasion zależą od odmiany.

FASOLA ŻŁOTA ma dość długie strąki i niewielkie żółtawe nasiona.

FASOLA ADZUKI ma małe cylindryczne strąki i okrągłe, barwne nasiona, od ciemnej czerwieni do brązu, niekiedy prawie czarne.

FASOLA PÓŁKSIĘŻYCOWA /limeńska/ ma szerokie, płaskie, sierpowate strąki z 2-3 nasionami.

Ziarna z FASOLI WIELOKWIATOWEJ są duże, ciemnofioletowe albo nakrapiane.

Ziarna FASOLI MUNGO /urd, jerozolimskiej/ - nieduże, okrągłe, zielone, żółtawe albo czarnoplamiste.

CZARNA FASOLA KIDNEYA ma duże, nerkowate, czarne, błyszczące nasiona,

a CZERWONA FASOLA KIDNEYA - dość duże czerwone albo brązowe, również lśniące.

Najbardziej popularna jest FASOLA ZWYCZAJNA /szparagowa i fasola uprawiana na suche nasiona/, którą uprawia się na wszystkich kontynentach, z wyjątkiem terenów o klimacie chłodnym i zimnym. Strąki fasoli zwyczajnej mogą być płaskie proste i płaskie sierpowate oraz okrągłe wygięte.

Fasola nadaje się do jedzenia po ugotowaniu. Strąki fasoli szparagowej żółtej i zielonej oraz młode strąki innych odmian zjada się w całości, przed ugotowaniem, odcinając jedynie końce. Przyrządza się z nich konserwy, a surowe zamraża.