كانت الأصناف الأولى كثيرة الألياف (string bean)، ويرجع إلى كينى (Calvin N. Keeney) الفضل فى إنتاج أصناف خالية من الألياف (stringless bean)، وكان ذلك حوالى عام ١٨٩٠. وقد مارس كينى تربية النبات – كفن وهواية – قبل اكتشاف دراسات مندل بعدة سنوات (Asgrow Seed Co. ١٩٧٧). وللمزيد من التفاصيل عن موطن، وتاريخ زراعة الفاصوليا .. يراجع Hedrick (١٩١٩ و ١٩٣١).

القيمة الغذائية

يوضح جدول (٦–١) المحتوى الغذائى لكل من القرون الخضراء، والصفراء الشمعية، والبذور الجافة للفاصوليا. يتضح من الجدول أن الفاصوليا الجافة من الخضر الغنية جدًّا بالمواد الكربوهيدراتية، والبروتين، والكالسيوم، والفوسفور، والحديد، والثيامين، والريبوفلافين، والنياسين. كما تعد الفاصوليا الخضراء غنية جدًّا بالنياسين، ومتوسطة فى محتواها من كل من البروتين، والكالسيوم، وفيتامين أ، والثيامين، والريبوفلافين، وفيتامين ج. أما الفاصوليا ذات القرون الصفراء الشمعية .. فإنها لاتختلف عن الفاصوليا الخضراء سوى فى انخفاض محتواها من فيتامين أ.

وتعد الفاصوليا من المصادر الجيدة فى الكالسيوم، ويزيد تركيز الكالسيوم معنويًّا فى القرون الخضراء عما فى البذور الجافة على أساس الوزن الجاف لكل منهما، كما تتباين أصناف الفاصوليا فى محتوى قرونها من العنصر (Quintana وآخرون ١٩٩٩).

وإلى جانب ما تقدم .. فإن الفاصوليا الجافة تعد مصدرًا جيدًا لفيتامينى: حامض الفوليك folic acid، وإى E (أو التوكوفيرول tocopherols) (Robertson & Frazier ١٩٧٨).

ويبلغ محتوى الفاصوليا الجافة من مختلف الأحماض الأمينية الضرورية (بالجرام لكل ١٦ جم نيتروجين)، كما يلى (عن Salunkhe وآخرين ١٩٨٥).

الليسين lysine	٦,٨ :	الثريونين threonine	٣,٣ :
الفالين valine	٥,٥ :	الليوسين leucine	٨,٩ :
الأيزوليوسين isoleucine	٦,٠ :	المثيونين methionine	١,٠ :

التربتوفان tryptophan	١,٠ :	الفنيل آلانين phenyalanine	٥,٥ :
الأرجنين arginine	٩,٢ :	الهستدين histidine	٢,٨ :

جدول (٦-١): المحتوى الغذائي لكل من القرون الخضراء، والصفراء الشمعية، والبذور الجافة للفاصوليا (عن Watt & Merrill ١٩٦٣).

العنصر الغذائي والوحدة	الجزء المستعمل في الغذاء		
	البذور البيضاء الجافة	القرون الخضراء	القرون الصفراء الشمعية
الرطوبة (جم)	١٠,٩	٩٠,١	٩١,٤
السعرات الحرارية	٣٤٠	٣٢	٢٧
البروتين (جم)	٢٢,٣	١,٩	١,٧
الدهون (جم)	١,٦	٠,٢	٠,٢
الكربوهيدرات الكلية (جم)	٦١,٣	٧,١	٦,٠
الألياف (جم)	٤,٣	١,٠	١,٠
الرماد (جم)	٣,٩	٠,٧	٠,٧
الكالسيوم (ملليجرام)	١٤٤	٥٦	٥٦
الفوسفور (ملليجرام)	٤٢٥	٤٤	٤٣
الحديد (ملليجرام)	٧,٨	٠,٨	٠,٨
الصوديوم (ملليجرام)	١٩	٧	٧
البوتاسيوم (ملليجرام)	١١٩٦	٢٤٣	٢٤٣
فيتامين أ (وحدة دولية)	صفر	٦٠٠	٢٥٠
الثيامين (ملليجرام)	٠,٦٥	٠,٠٨	٠,٠٨
الريبوفلافين (ملليجرام)	٠,٢٢	٠,١١	٠,١١
النياسين (ملليجرام)	٢,٤	٠,٥	٠,٥
حامض الأسكوربيك (ملليجرام)	—	١٩	٢٠

ويعنى ذلك أن الفاصوليا تعد فقيرة نسبيًّا فى الأحماض الأمينية الضرورية methionine، و cystine، و tryptophan، ولكنها غنية بالحامض الأمينى الضرورى lysine، وبذا .. فإنها تعد مكملة للحبوب الصغيرة التى تعد فقيرة فى هذا الحامض (Evans ١٩٧٦).

ومن أهم المركبات الفلافونية flavonoids التى توجد فى قرون الفاصوليا الخضراء وبذورها، ما يلى (Rizk وآخرون ١٩٩٢، و Hempel & Bohm ١٩٩٦):

Kaempferol-3-rutinoside quercetin-3-rutinoside

3-O-glucuronides

ولم تختلف الأصناف ذات القرون الخضراء عن الأصناف ذات القرون الصفراء فى محتواها من تلك المركبات الفلافونية.

الأهمية الاقتصادية

بلغت المساحة الإجمالية المزروعة بالفاصوليا الخضراء فى العالم عام ١٩٩٨ نحو ٦٣٧ ألف هكتار. وكانت أكثر الدول من حيث المساحة المزروعة هى الهند والصين (١٤٨ ألف هكتار لكل منهما). فتركيا (٥٤ ألف هكتار)، فالولايات المتحدة، وإندونسيا، وإيطاليا، وإسبانيا (٢٣ ألف هكتار لكل منها). وكانت أكثر الدول العربية زراعة للفاصوليا الخضراء هى مصر (٢٢ ألف هكتار)، والجزائر (٥ آلاف هكتار)، وسوريا (٤ آلاف هكتار). ومن بين هذه الدول كانت أعلى إنتاجية للهكتار فى الصين (١٣,٣ طنًا)، فإسبانيا (١٠,٩ أطنان)، فمصر (٩,٨ أطنان)، فسوريا (٨,٩ أطنان)، فإيطاليا (٨,٦ أطنان). وقد بلغ متوسط الإنتاج العالمى ٦,٧٧ أطنان للهكتار.

وبالمقارنة .. فقد بلغت المساحة الإجمالية المزروعة بالفاصوليا الجافة فى العالم عام ١٩٩٨ نحو ٢٥,٧ مليون هكتار. وكانت أكثر الدول من حيث المساحة المزروعة هى: الهند (٩,٥ مليون هكتار)، فالبرازيل (٣,٣ مليون هكتار)، فالمكسيك (٢,٠ مليون هكتار)، فالصين (١,٢ مليون هكتار)، فالولايات المتحدة الأمريكية (٧٧٥ ألف هكتار). وكانت أكثر الدول العربية زراعة للفاصوليا الجافة، هى: المغرب (١٧ ألف هكتار)، ومصر (١٠ آلاف هكتار)، والعراق (٩ آلاف هكتار). ومن بين هذه الدول كانت أعلى إنتاجية للهكتار فى مصر (٢,٥ طنًا)، فالولايات المتحدة (١,٨ طنًا)، فالصين (١,٢٥ طنًا). وقد بلغ متوسط الإنتاج العالمى ٠,٦٨٦ طنًا للهكتار (FAO ١٩٩٨).

وقد بلغت المساحة الإجمالية التى زرعت بالفاصوليا فى مصر عام ١٩٩٩ نحو ٧٤