

ANANAS



Co jíme: tropické ovoce, jehož žlutavý střed pokrývá kožovitá kůra. Ananas vzniká splynutím z květů vznikajících bobulí.

Rostlina: ananasovník chocholatý (dorůstá výšky 1 až 1,5 m). Rostliny se pěstují na plantážích, kde se ananasy sklízají již po 12 měsících.

Původ: Jižní Amerika (Brazílie)

Hlavní producenti: Filipíny, Brazílie, Kostarika, Thajsko, Čína, Indie

Jedlá část ananasu obsahuje 86 % vody, 13 % sacharidů, 0,5 % vlákniny, aj.

Obsahuje menší množství vitamínů A, B1, B2, C, je zdrojem vápníku, železa, fosforu a draslíku.