

# BANÁN



**Co jíme:** banány jsou plody, které neobsahují žádná semena, rostou v trsech, které mohou dosahovat váhy až 60 kg.

**Rostlina:** banánovník (dorůstá výšky 6 až 7 m)

**Původ:** Jižní a jihovýchodní Asie

**Hlavní producenti:** Indie, Čína, Filipíny, Ekvádor, Brazílie, Indonésie

Obsahuje cca 75 % vody, 22 % jednoduchých sacharidů, aj.

Obsahuje vitamín C. Je zdrojem draslíku, hořčíku a fosforu.