

ПРОЕКТ НА ТЕМУ:

**«ДИКОВИННЫЕ
ФРУКТЫ»**

Исполнила ученица 3 «а» класса:

Колосова Г.



Сегодня некогда диковинные фрукты круглый год можно найти в каждом супермаркете в любом виде: от свежего до консервированного и сушеного. Эти фрукты уже давно перестали считаться экзотическими, и ими уже никого не удивишь. Но представленная на прилавках экзотика — лишь малая часть того фруктового изобилия, которое дает природа. На планете культивируется множество других экзотических фруктов, о существовании которых многие из нас даже и не слышали. Сегодня я расскажу о некоторых.

МАНГУСТИН



Плоды размером с небольшое яблоко темно-фиолетового цвета. Под толстой, несъедобной кожурой, находится съедобная мякоть в виде долек чеснока. Мякоть сладкая с кислинкой, очень вкусная, не похожая ни на что.



ЛОНГАН



Другие названия — лам-яй, «глаз дракона». Это круглый, коричневый фрукт, похожий на маленький картофель. Очень сладкий и сочный, в нем много калорий. Легко снимаемая кожица покрывает прозрачно-белую или розовую мякоть, близкую по консистенции к желе. В сердцевине плода расположена большая черная косточка. Лонган полезен для здоровья, но не стоит съедать сразу много: это приведет к повышению температуры тела.

ГЛАЗ ДРАКОНА



Это плоды кактуса. Глаз дракона – русский вариант названия этого фрукта. Международное название – Фрукт Дракона или Питайя.

Довольно большие, продолговатые плоды (размером с ладонь) красного, розового или желтого цвета снаружи. Внутри мякоть белого или красного цвета, усеянная мелкими черными косточками. Мякоть очень нежная, сочная, слегка сладкая, с невыраженным вкусом земляники. Удобно есть ложкой, вычерпывая мякоть из разрезанного пополам плода.

ДУРИАН



Король фруктов. Плоды очень большого размера: до 8 килограмм.

Фрукт, знаменитый на весь мир своим запахом. Почти все слышали о нем, некоторые чувствовали его запах, и очень немногие пробовали его. Его запах напоминает запах лука, чеснока и поношенных носков. С данным фруктом из-за его запаха даже запрещено проходить в отели, транспорт и другие общественные места. Для напоминания о запрете в Таиланде, например, вывешивают таблички с перечеркнутым изображением фрукта.

Сладкая мякоть плода имеет очень нежную консистенции, и совсем не соответствует неприятному запаху. Попробовать данный фрукт следует хотя бы по той причине, что о нем многие слышали, но мало кто решается попробовать. А зря. Вкус очень приятный, а сам фрукт считается в Азии наиболее ценным фруктом.

КАРАМБОЛА



«Звезда тропиков» — в разрезе по форме представляем из себя звездочку.

Плод со съедобной кожурой, съедается целиком (внутри есть небольшие семечки). Главное достоинство – приятный запах и сочность. Вкус особо ничем не выделяется – слегка сладкий или кисло-сладкий, чем-то напоминает вкус яблока. Достаточно сочный фрукт и отлично утоляет жажду.



ДЖЕКФРУТ



Плоды Джекфрута — самые большие плоды, произрастающие на деревьях: их вес достигает 34кг. Внутри плода находятся несколько больших сладко желтых долек съедобной мякоти. Эти дольки и продаются уже очищенные, поскольку сами вы с этим гигантом не справитесь.

Мякоть имеет приторно-сладкий вкус, напоминающий дыню и пастилу. Она очень питательная: содержат около 40% углеводов (крахмала) — больше, чем в хлебе.



КУМКВАТ



Кумкват также известен под названиями Фортунелла, Японские апельсины. Это цитрусовое растение. Плоды Кумквата можно встретить и на полках наших магазинов, но по вкусу это совсем не то, что можно попробовать на родине в самом свежем виде.

Плоды Кумквата небольшие (от 2 до 4-х сантиметров), похожи на маленькие продолговатые апельсины или мандарины. Снаружи покрыты очень тонкой съедобной коркой, внутри и по структуре и по вкусу почти такие же, как апельсин, разве что немного кислее и горчее. Съедается целиком (кроме косточек).

РАМБУТАН



Один из самых знаменитых тропических фруктов, который отличается «повышенной волосатостью». Под красной ворсистой кожицей скрывается белая полупрозрачная мякоть со сладким вкусом. Чтобы до нее добраться, нужно «скрутить» плод посередине. Плоды едят в свежем виде или консервируют с сахаром. Сырые семена ядовиты, а поджаренные безвредны. При выборе нужно руководствоваться цветом: чем розовее, тем лучше.



КИВАНО



Также — рогатая дыня, африканский огурец, рогатый огурец. При созревании оболочка покрывается желтыми шипами, а мякоть приобретает насыщенный зеленый цвет. Продолговатые плоды не чистят, а разрезают, как дыню или арбуз. Вкус — помесь банана, дыни, огурца, киви и авокадо. Иными словами, его можно добавлять и в сладкие, и в острые блюда, а также мариновать. Незрелые плоды тоже съедобны.



МАГИЧЕСКИЙ ФРУКТ



Другие названия — чудесные ягоды, путерия сладковатая. Название экзотический фрукт получил совершенно заслуженно. Вкус плодов сам по себе ничем не выделяется, но человеку в течение часа будет казаться, что все, что он съест после, — сладкое. Вкусовые рецепторы обманывает особый белок, содержащийся в магических фруктах, — миракулин. Сладкие же продукты кажутся безвкусными.



РУКА БУДДЫ (ЦИТРОН)



Рука Будды это разновидность Цитрона. Его еще называют Пальцы Будды и Пальчиковый цитрон.

Этот фрукт не из тех, вкусом которого вы будете наслаждаться. Он широко применяется в кулинарии, но вряд ли вы станете его есть. Плод Руки Будды почти полностью состоит из кожуры (мякоть несъедобная), которая похожа на кожуру лимона по вкусу (кисло-горький вкус) и на фиалку по запаху.

По форме фрукт очень интересен и похож на ладонь с большим количеством пальцев, достигающих в длину 40 сантиметров. Купить его можно разве что для того, чтобы привезти с собой домой в качестве сувенира, а уже дома приготовить из него разные блюда с цитрусовым вкусом (компот, желе, цукаты).

ХРИЗОФИЛЛУМ ИЛИ ЗВЕЗДНОЕ ЯБЛОКО



Плод формы овала с цветом кожицы в тон мякоти – нежно-зеленый или сиреневый. Плоть липкая, сладкая, консистенции желе с косточками как у яблока. Разрезанным похож на звезду. Употреблять рекомендуется только созревшие плоды.



ЧЁРНАЯ САПОТА



Фрукт со вкусом шоколада (а именно — шоколадного пудинга).

Несмотря на яркий шоколадный вкус, чёрная сапота — фрукт, и в ней содержится очень мало жиров. Зато в ней в четыре раза больше витамина С, чем в апельсине, и много кальция и фосфора. Вкусный фрукт — родственник хурмы; которую все наверняка видели — у неё мякоть оранжевая, а у сапоты — почти чёрная.

Тонкая кожура чёрной сапоты — тёмно-зелёная. Если разрезать фрукт надвое, то вы получите вкусную спелую мякоть, по консистенции похожую на заварной крем. Перезрелая сапота может показаться уродливой, но на вкус ничуть она не хуже, чем просто спелый фрукт.

ФЕЙХОА



Зеленый фрукт с хвостиком на вершине. Вес достигает 45 грамм, размером до 5 сантиметров.

Окрас мякоти варьируется от кремового к бордовому (последний говорит об испорченности продукта). На вкус ягода сочная, кисло-сладкая, напоминает смесь земляники с ананасом или клубники с киви (вкусы у людей разные). Кушать можно как плод целиком вместе с кожурой, однако, это на любителя, т.к. кожица фейхоа на вкус кислая и вяжет. В большинстве случаев, фейхоа разрезают пополам и выскребают мякоть ложкой, либо можно почистить кожицу ножом и скушать очищенный плод.

ВЫВОД:

Экзотических фруктов существует очень много, и каждый из них вкусен и полезен по-своему. Они содержат солидный набор полезных и крайне нужных человеку веществ – клетчатка, углеводы, белки, жиры, витамины, вода и даже ферменты. Однако, необходимо помнить, что самое необходимое в употреблении фруктов -это знать меру, и даже самые полезные продукты в избыточном количестве могут нанести непоправимый вред здоровью.

