



Горох

Семейство Бобовые



Горох

- Горох – травянистое растение, как правило, зеленого цвета, с полым стеблем, относящееся к семейству бобовых. Данная культура имеет белые, самоопыляющиеся цветки, а плод гороха является стручком..

Виды гороха

- Относительно видов, делится на луцильный и сахарный. Впрочем, внешние отличия не такие уж существенные.





Распространение культуры

- В таких странах, как Древний Китай и Древняя Индия, данная культура была довольно сильно распространена, и мало того, являлась символом богатства и плодородия. А во Франции горох присутствовал на столе представителей практически всех слоев населения. В Испании и России употребляли гороховую похлебку с ветчиной.

Положительные свойства гороха

- Следует сказать, что горох является хорошим источником белка, так что может даже заменить мясные продукты для тех, кто по некоторым причинам не может употреблять его в пищу полноценно. Плюс к этому, переваривается он значительно быстрее, нежели любой из видов животной плоти.



Негативные свойства гороха

- Однако, горох имеет и негативные свойства: он противопоказан при подагре, воспалительных процессах в желудке и кишечнике, нефритах, а также не желателен для людей, страдающих метеоризмом.

