



میوه عجیبی که می تواند جان انسان ها را نجات دهد

جک فروت (jackfruit) میوه ای با ظاهر عجیب و طعمی عجیب تر است، ولی می توانید میلیون ها نفر را از خطر سوء تغذیه نجات دهید.

جک فروت (jackfruit) میوه ای با ظاهر عجیب و طعمی عجیب تر است، ولی می توانید میلیون ها نفر را از خطر سوء تغذیه نجات دهید.

به گزارش کلیک، این میوه که در جنوب شرقی آسیا می روید می تواند تا ۴۵ کیلوگرم وزن داشته باشد. هر جک فروت دارای تعداد زیادی دانه است که سرشار از مواد مغذی همچون پروتئین، پتاسیم، کلسیم و آهن بوده و منبع عظیمی از کالری را به همراه خود دارد. این میوه را می توان به صورت خام یا پخته مصرف کرد. متاسفانه در حال حاضر ۷۵ درصد از میوه های جک فروت در هند بدون استفاده از بین می روند. گفته می شود این میوه ای مزه ای شیرین و تند دارد.