

آشنایی با میوه های استوایی

نام و عکس انواع میوه های استوایی

شاید شما هم در بازار، میوه های لوکسی را دیده باشید که نه تنها اسمشان را هم نشنیده اید، بلکه قیافه شان هم برایتان عجیب است. اگرچه اکنون برخی میوه ها مثل کامکوت، دیگر معروف تر از سابق شده اند! با این حال هنوز هم هستند کسانی که شنیدن نام یا دیدن عکس کامکوت یا برخی میوه های استوایی ذکر شده در این مطلب برایشان تازگی داشته باشد.

۱ Rambutan – رامبوتان:



این میوه در جنوب شرقی آسیا می‌روید. درخت رامبوتان همیشه دارای میوه است. طعم این میوه شیرین است و می‌توان طعم آن را به انگور تشبیه کرد.

سیب ستاره (Star Apple)



سیب ستاره درختی از نواحی گرمسیری و از خانواده ساپوتاسه می باشد. این گیاه بومی غرب هندوستان است. میوه ها گرد، بیضوی یا گلابی شکل، به قطر ۵ تا ۱۰ سانتیمتر، به رنگ قرمز - ارغوانی، ارغوانی تیره یا سبز کم رنگ دیده می شوند.

پوست میوه ها براق، صاف، نازک، چرمی هستند و درون میوه دارای پالپی نرم، سفید، با مزه‌ای شیرین با ۶ تا ۱۱ بذر با پوشش ژلاتینی و مرکزی ستاره‌ای شکل دیده می‌شود. نام این گیاه نیز به دلیل مرکز ستاره‌ای شکل آن می باشد. درخت میوه سیب ستاره ای بین هشت تا سی متر ارتفاع دارد و ضخامت قطر تنه آن یک متر است و شاخه هایی متراکم دارد که در تاج درخت قرار گرفته اند. برگ‌های آن حالتی چرمی دارند و رنگ آن ها سبز پر رنگ است.

روی برگ ها در هنگام رسیدن کاملا صاف است و زیر آن با پرزهای ابریشمی و خرمایی رنگ پوشیده شده است. هنگامی که این برگ‌ها نرسیده هستند، این پرزها به رنگ نقره ای می باشند. میوه سیب ستاره ای بسیار خوش رنگ است و مزه ای ملایم و شیری دارد و رایحه آن واقعا در صنعت و عطر ادکلن کمیاب است.

که البته با توجه به علاقه عطرسازان به رایحه‌های میوه‌ای، این انتظار می‌رود که استفاده از این رایحه در ترکیبات عطرها بیشتر گردد.

۲ Jackfruit – جاک فروت یا جاکویرا



این میوه در جنوب و غرب هند و سریلانکا و فیلیپین و بنگلادش می‌روید. میوه جاک فروت شبیه آناناس، اما از آن شیرین‌تر است. از چوب این درخت به خاطر استحکام بسیار آن در ساخت اثاث منزل استفاده می‌شود.

۳ Passion Fruit – پشن فروت



زادگاه اصلی این میوه آمریکای جنوبی و هند و نیوزلند است. این میوه دارای دانه‌های ریز مانند انجیر، اما از انجیر شیرین‌تر است و در تهیه بستنی و شیرینی از آن استفاده می‌شود.

زادگاه اصلی این میوه آمریکای جنوبی و هند و نیوزلند است. این میوه دارای دانه‌های ریز مانند انجیر است، اما از انجیر شیرین‌تر است و در تهیه بستنی و شیرینی از آن استفاده می‌شود. میوه تقریبا گرد و بیضی شکل می‌باشد، پوست آن چرم مانند، که نرم و مومی شکل بوده و آرایش رنگ آن از ارغوانی تیره کمرنگ با خالهای سفید ریز تازرد روشن یا رنگ کدو حلوایی می‌باشد.

درون میوه یک حفره وجود دارد که کم و بیش بایک ماده معطر دو جداره پر شده است، کیسه‌های غشایی پرتقالی رنگ، عصاره گوشتی که محتوی بذرهای حفره دار - سخت، کوچک، قهوه‌ای تیره یا سیاه می باشد. گونه زرد رنگ آن معمولا بزرگتر از ارغوانی می‌باشد و عطر و بوی آن شبیه گواوا و شیرینی زیادی دارد،

اما گوشت گونه ارغوانی دارای اسید کم، مزه و عطر بهتر می‌باشد و بخش عمده میوه را عصاره تشکیل می‌دهد. پشن فروت یا همان میوه گل ساعتی باعث کاهش رشد سلول های سرطانی می‌شود، ضد اضطراب و آرام بخش است، در کاهش وزن تاثیر زیادی دارد، برای بیماری‌های قلبی مفید می‌باشد

همچنین یک منبع غنی از ویتامین A و C است. میوه گل ساعتی فواید زیادی دارد و برای سلامتی بسیار مفید می باشد .

۴ Lychee – لیچی



زادگاه اصلی این میوه جنوب چین و جنوب هند و تایوان است. پوست این میوه مانند پسته سخت است و گفته می‌شود، قدمت آن به ۲۰۰۰ سال قبل از میلاد بازمی‌گردد. طعم این میوه شبیه انگور و از جمله میوه‌های سرشار از ویتامین سی است.

میوه فیسالیس (physalis)



فیسالیس میوه استوایی بومی آمازون بوده است

میوه فیسالیس به دلیل طعم خوش و بی نظیرش در کشورهای اروپایی و آمریکایی طرفداران زیادی دارد. فیسالیس میوه استوایی بومی آمازون بوده است که در آفریقا و آسیا یافت می‌شود. بوته‌های این میوه تا ارتفاع ۱ متر رشد می‌کنند و دارای بوته‌های کوچک مخملی کرم رنگ ۳ گوش است.

هر بوته در صورت نگهداری صحیح قادر به تولید ۲ یا ۵ کیلو میوه است. میوهی فیسالیس در غلاف گل رشد کرده و در آن مخفی است. ویژگی منحصر به فرد میوهی فیسالیس (*physalis*) ظاهر فانوس شکل آن است. این میوه به رنگ زرد طلایی است و از نظر شکل و اندازه شبیه گوجه‌ای کوچک است.

چندین گونه در رده‌ی فیسالیس و خانواده‌ی بادنجانیان وجود دارد؛ بنابراین این گیاهان نیز از خانواده‌ی گوجه و بادمجان محسوب می‌شوند. تنها چند گونه از فیسالیس میوه‌ی خوردنی تولید می‌کنند. فیسالیس طعمی نسبتاً ترش و شیرین دارد. درون میوه‌های رسیده دانه‌هایی کوچک وجود دارد.

و خوردن میوه‌ی نارس در بعضی افراد ناراحتی گوارشی ایجاد می‌کند. این میوه‌ها به‌طور تازه و همچنین در پای، سالاد میوه و غیره مصرف می‌شوند. طعم فیسالیس مشابه آناناس و توت فرنگی است.

۵ Star fruit – میوه ستاره



میوه ستاره یکی از میوه های خارجی که در هند و سریلانکا و اندونزی می
روید

این میوه در هند و سریلانکا و اندونزی می روید. طعم آن مثل کیوی و آناناس
و سیب شیرین است و از جمله میوه های سرشار از ویتامین سی به شمار می
رود.

۶ مانگوستین – Mangosteen



میوه مانگوستین میوه های عجیب دنیا که زادگاه اصلی این میوه اندونزی است

زادگاه اصلی این میوه اندونزی است. طعم آن ترش و دارای عطری بسیار خوشبو است و گفته شده از جمله میوه های ضدسرطان به شمار می آید و دارای فواید بسیار زیاد است.

۷ Kumquat – کامکوات



کامکوات جزء میوه های استوایی در ایران است

زادگاه اصلی این میوه چین است و از جمله مرکبات بسیار کوچک به شمار می آید که شبیه پرتقال و سرشار از ویتامین سی است.

پپینو دلچه (Pepino Dulce)



میوهی پپینو از میوه های عجیب دنیا که از ترکیب خیار و خربزه تولید شده است

انگلیسی ها از ترکیب خیار و خربزه میوه‌ای به نام پپینو تولید کردند که این میوه حاوی مقدر زیادی پتاسیم است که در کاهش فشار خون موثر می‌باشد. این میوه حاوی مقدار زیادی ویتامین A , B,C است که برای سلامت انسان و مقاومت بر سرطان و بیماری قلبی مفید است . همچنین این میوه برای افرادی که دارای رژیم غذایی هستند نیز انتخاب خوبی است چون دارای کالری بسیار پائین است.

پپینو معمولا به رنگ زرد روشن با رگه‌های تیره دیده می‌شود. این میوه امکان دارد ظاهری بیضی‌شکل داشته باشند. گوشت زردرنگ پپینو شیرین و آبدار است و دانه‌هایی ریز و قابل‌خوردن دارد. میوه‌ی رسیده به‌صورت تازه قابل‌مصرف است. هر پپینو ۵ یورو در بازارهای انگلستان به فروش می‌رسد.

این میوه همچنین با نام پینو ملون یا ملون گلابی هم شناخته می‌شود و مزه ای مثل خیار، خربزه و طالبی دارد. اندازه، شکل و رنگ این میوه بنا به تیپ‌های مختلف کشت متغیر است.

۸ Durian – دریان



زادگاه اصلی این میوه برونئی و اندونزی و مالزی است. به دلیل اندازه بزرگ آن به ملکه میوه‌ها معروف است. این میوه دارای بوی بسیار بدی است، به همین دلیل استفاده از آن در اماکن عمومی ممنوع است، اما طعم آن شیرین است.

دست بودا (Buddha's Hand)



دست بودا از انواع میوه های عجیب استوایی می باشد

دست بودا از خانواده بالنگهاست و اغلب در کالیفرنیا کشت می شود. فقط از پوست این میوه استفاده می شود و قسمت داخلی آن خوردنی نیست. این میوه روی درختچه ها و درخت های کوچکی که شاخه های بلند و نامنظمی دارند و پوشیده از خار هستند، می روید. برگ های بزرگ و بلند مستطیل شکل این درخت به رنگ سبز کم رنگ است.

چینی ها این میوه را به عنوان هدیه در جشن سال نو به یکدیگر هدیه می دهند زیرا اعتقاد دارند برای آنها خوش شانسی به ارمغان می آورد. همچنین، این میوه بسیار خوشبوست و در چین و ژاپن از آن برای خوشبو کردن اتاقها و وسایل شخصی مانند لباس استفاده می کنند.

۹ Dragon Fruit – میوه اژدها پیتایا (Pitaya)



میوه ازدها از میوه های خارجی است

میوه ازدها یا پیتایا، پیتاهایا، هو لونگ گو، گلابی توت فرنگی، به میوه چندین نوع کاکتوس اطلاق می‌شود. این میوه بومی مکزیک و آمریکای مرکزی و جنوبی است و نیز در کشورهای آسیای جنوب شرقی همچون ویتنام، تایوان، جنوب چین، جزیره اکیناوا (ژاپن)، فیلیپین و مالزی هم کشت می‌شود.

زادگاه این میوه مکزیک و مرکز و جنوب آمریکاست و به خاطر شکل و رنگش به این نام از آن یاد می‌شود.

این میوه دارای سه رنگ سفید و صورتی و قرمز، و طعم آن شبیه گلابی است. میوه تخم‌مرغی شکل، خاردار، زرد (یا گاهی قرمز) و دارای بذور سیاه رنگ است. بخش داخلی این میوه ها قابل خوردن بوده و دارای طعمی دلپذیر و مزه‌ای تقریبا شیرین است. میوه‌های این گیاه قابل خوردن بوده و در نوشیدنی‌ها و کیک‌ها نیز از آن استفاده می‌گردد. با برگ های این درخت چای نیز تهیه می‌شود.

علاوه بر این، به دلیل خاصیت رونده بودن یا آویزان بودن ساقه ها و همچنین وجود گل های بزرگ و زیبا، به عنوان گیاهی زینتی نیز کشت می شود. میوه اثردها دارای انواع ویتامین ها است و در جلوگیری از سرطان روده بزرگ و دیابت موثر است .

میوه کاکتوس (Cactus Pear)



میوه کاکتوس از میوه های استوایی در ایران می باشد

کاکتوس گلابی در کالیفرنیا کشت می شود و در اسپانیا به آن «توناس» می گویند. در ایران هم به آن گلابی خاردار یا انجیر کاکتوس گفته می شود. البته این میوه بیشتر هویت کاکتوسی دارد نه گلابی. میوه کاکتوس تنها میوه ای است که در ردیف سبزیجات هم دسته بندی می شود. گوشت این میوه، شیرین مزه و آبدار و دانه های ترد سیاه رنگی در بافت آن پراکنده است. کاکتوس پخته طعم مارچوبه و یا فلفل دلمه ای سبز را می دهد.

۱۰ African cucumber – خیار آفریقایی



خیار آفریقایی از میوه های عجیب دنیا می باشد

زادگاه اصلی این میوه صحرای کالاهاری در آفریقا است. این میوه دارای دو نوع سمی و غیرسمی است. نوع سمی این میوه دارای پوستی به رنگ سبز است ولی نوع خوراکی آن پوستی به رنگ زرد دارد. طعم آن شبیه انار ولی از حیث داشتن دانه‌های بسیار، مثل خیار است.

۱۱ Ugli – اوگلی



طعم اوگلی شبیه گریپ فروت است

زادگاه آن جامائیکاست و طعم آن شبیه گریپ فروت است.

۱۲ Langsat – لانگست



میوه های عجیب

زادگاه اصلی آن مالزی و ویتنام و تایلند است. از نظر ظاهری به شکل تخم مرغ، و طعم این میوه شبیه گریپ فروت و انگور، اما از آنها شیرین تر است.

چری مویا (Cherimoya)



این میوه شبیه نارنجک یا وزغ فرانکشتاین است تا یک میوه خوردنی. اما طعم گوشت سفید داخل آن خوب است و مانند یک بستنی ساده در دهان شما آب خواهد شد. این میوه ترسناک در درمان اسهال خونی و کاهش تب بسیار مفید است. اما باید بدانید که دانه های آن سمی هستند.

معمولا به چری مویا « میوه اشرافی » هم می گویند. این میوه یک منبع عالی از ویتامین C ، کربوهیدرات، پتاسیم، فیبر، ویتامین ها و مواد معدنی ضروری است.

۱۳ Sugar Apple – سیب شکری



به چری مویا «میوه اشرافی» هم می گویند

زادگاه آن تایلند است و از جمله معروفترین میوه‌های این کشور به شمار می‌آید. پوست آن سفت و محکم، اما طعم آن شیرین است. کالری بسیار بالایی دارد، سرشار از آهن است و به خاطر شباهت آن به سیب به این نام معروف شده است.

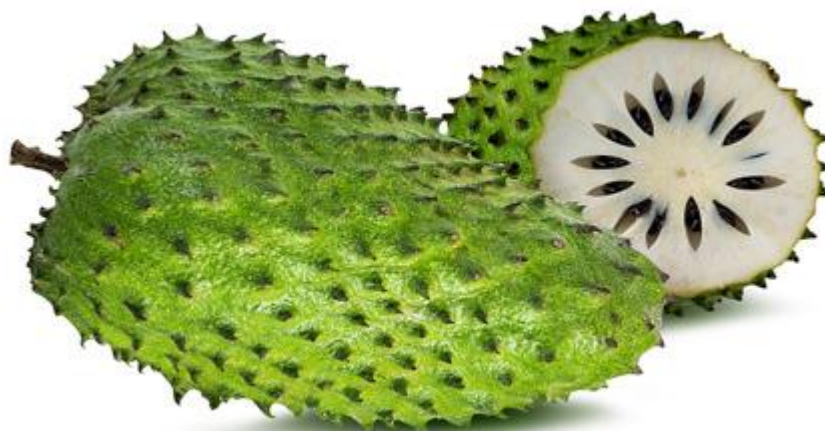
۱۴ Salak – سالاك



نام این میوه با توجه به پوستش انتخاب شده و خودش هیچ ارتباطی به مار ندارد. طعم آن شبیه ترکیب آناناس، موز و آجیل است. پوست آن نیز بسیار خشن و زبر بوده و در پوست کندن آن باید بسیار دقت کرد. شما می‌توانید آن را به‌عنوان هدیه به دیگران تقدیم کنید.

میوه مار گونه با نام سالاک هم شناخته می‌شود. برای پوست کردن سالاک باید نوک آن را فشار دهید و پوست آن را تکه‌تکه جدا کنید. گوشت میوه کرم رنگ با دانه‌های بزرگ سیاه است و بافت آن شبیه سیب ترد و کمی آبدار است. میوه نارس ترش‌مزه است اما انواع رسیده آن شیرین و کمی اسیدی شبیه آناناس هستند.

۱۵ Soursop – السورسوپ



زادگاه اصلی آن مکزیک و آمریکای مرکزی است. این میوه سرشار از ویتامین C و B₁ و B₂ است و از آن در تهیه بستنی استفاده می‌شود.

۱۶ Rose Apple – سیب گلی



سیب گلی از جمله میوه‌های عجیب استوایی است

زادگاه آن جنوب آسیاست و از جمله میوه‌های بسیار عجیب است که هم به شکل سیب است و هم بو و عطر گل را دارد. بسیار خوشمزه است و مقدار بسیار کمی از آن به خارج صادر می‌شود، چون به سرعت فاسد می‌شود.

گردآوری: بیتوته