

jablko

Jablko patří mezi nejběžnější druhy ovoce nejen v Česku a ve střední Evropě. Roste na jabloních, které jsou příbuzné s růžemi, a existují tisíce různých druhů rozličných barev, tvarů i chutí. Jablko doprovází člověka od počátků historie. Napodobenina jablka se stala součástí symbolů královské moci. Zlaté jablko s nápisem "Té nejkrásnější" stálo na počátku událostí, které vedly podle řecké mytologie k Trojské válce a pozdějšímu pádu Tróje. Také biblický plod, který utrhla Eva ze stromu poznání bývá často spojován s jablkem, přestože bible tento plod ve skutečnosti nepojmenovává. Jablka jsou tradiční a důležitou součástí českých jídelniček od pradávna a obsahují celou škálu prospěšných látek. Pro všechny své účinky se v populární literatuře a časopisech často opakuje doporučení konzumovat nejméně jedno jablko denně.



Jablka mají pestré možnosti využití. Především se konzumují přímo, kromě toho se jablka suší, vyrábí se z nich jablečné šťávy, mošty nebo přesnídávky. Jablka se velmi hodí k pečení při přípravě dezertů, jako spěšření pro masové pokrmy nebo k výrobě kompotů. V mnoha zemích také nalezneme nějakou formu alkoholického nápoje vyráběného z jableček.



pečená jablka s tvarohem, ořechy a medem



tradiční jablečný závin