

ŚWIATOWY DZIEŃ JABŁKA W KULINARNEJ ODSŁONIE



Jabłka to owoce, które są smaczne i zdrowe. Nic więc dziwnego, że w Polsce i za granicą co roku obchodzimy ich święto - Światowy Dzień Jabłka.

Na świecie jabłko jest jednym z

najpopularniejszych i najchętniej spożywanych owoców. W Polsce Międzynarodowy Dzień Jabłka to jedno z najważniejszych nietypowych świąt, ponieważ nasz kraj jest jednym z największych producentów tych owoców w Europie.

Światowy Dzień Jabłka ma w Polsce tak szczególne znaczenie, ponieważ sadownictwo w naszym kraju sięga czasów królowej Bony. Duża część corocznych polskich zbiorów, bo około 40 procent, pochodzi z grójecczyny.

Producenci zwracają szczególną uwagę na jakość owoców, na którą składa się wielkość owoców, ich jędrność i kolor.





Międzynarodowy Dzień Jabłka jest istotny dla Polaków, ponieważ przypomina nam, jak wartościowy jest dla nas ten rodzimy owoc.

Warto skusić się więc na chociażby jedną sztukę lub wykorzystać jabłka w inny sposób, na przykład przygotowując potrawy z ich dodatkiem.

Szarlotki, dżemy, tarty, naleśniki. Opcji jest naprawdę sporo! Albo, tak jak w grupie 8, jabłka w cieście francuskim, nadziewane rodzynkami. Palce lizać!!!!



Jabłko zawiera mnóstwo cennych witamin oraz błonnika. Pozytywnie wpływa na odporność, regenerację organizmu, trawienie, zęby, a poza tym zmniejsza ilość cholesterolu oraz minimalizuje ryzyko wystąpienia miażdżycy.

Wcinajmy więc chociaż jedno jabłko dziennie! ☺



Małgorzata Sroka