



Т.А. Шорыгина

Беседы

**О ФРУКТАХ И ЯГОДАХ
С ДЕТЬМИ 5–8 ЛЕТ**

Второе издание



АРБУЗ

Родиной арбуза считается Южная Африка. Там он до сих пор встречается в диком виде. Эту культуру уже знали и возделывали древние египтяне. Они часто помещали арбуз в усыпальницы фараонов как источник пищи в их загробном мире. На территорию нашей страны арбузы были завезены татарами во время татаро-монгольского нашествия в XIII в.

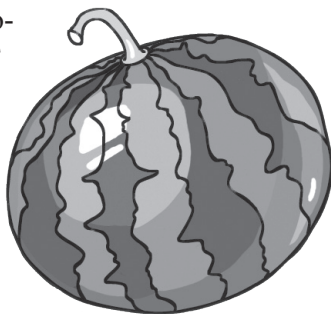
Арбуз относится к семейству тыквенных. Это бахчевая культура, как тыква или дыня. С точки зрения ботаников, арбуз — это ложная ягода. Но традиционно в педагогике их относят к фруктам. Ранние сорта арбузов созревают во второй половине июня, поздние — ближе к октябрю. Плод арбуза круглый или овальный, а окраска его коры может быть самой разнообразной — от белой и желтой до темно-зеленой с рисунком в виде сетки, полос или пятен.

Большинство сортов арбузов имеют приятную освежающую мякоть, нежную и хрупкую, ярко-розового или красного цвета. Встречаются сорта с белой или желтой мякотью.

В кулинарии арбузы используются в основном свежими, реже их добавляют в компоты, используют в десертах, а мелкие арбузы засаливают. Из арбузов можно приготовить патоку, арбузный мед (нардек) и цукаты.

Послушайте стихотворение.

Я принес домой арбуз.
До чего тяжелый груз!
А вдруг арбуз несладкий?
Вот это будет жалко!
Брат принес мне острый нож,
Арбуз разрезали... Хорош!



Ответьте на вопросы

- Где растут арбузы?
- Как выглядит арбуз?
- Как он используется в кулинарии?

БАНАН

Кто из ребят не любит сладкие бананы?!

Как выглядит банан?

Правильно! Он длинный, слегка изогнутый, наподобие полумесяца, покрыт довольно толстой желтой кожурой. Сам плод мягкий.

На вкус спелые бананы очень сладкие и сахаристые.

Сначала плод банана почти прямой, но когда он созревает и опадают прикрывающие его листья, он старается повернуться к теплему солнышку, поэтому выгибается и становится похожим на полумесяц.

Родина банана — Южная Индия. Он относится к древнейшим культурным растениям тропической зоны. Банан возделывают уже десять тысяч лет. Одно из первых упоминаний об этом фрукте встречается в рукописях, датированных VI веком до нашей эры. Первые банановые плантации появились в Китае во II веке до нашей эры.

Думаю, не все знают, что представляет собой растение банан. На вопрос: «На чем растут бананы?» отвечают: «На банановой пальме». А ведь это не так!

Банан многолетнее травянистое растение. Его мощный стебель прячется под землей, а то, что располагается на поверхности земли, — листья, обернутые один вокруг другого. Такой ложный ствол может достигать 10—15 метров.

Листья банана длинные, плотные, темно-зеленые. Цветы банана собраны в соцветие, имеющее форму метелки. Оно располагается на самой верхушке ложного ствола. Банановые цветочки мелкие, невзрачные, красноватого цвета. Опыляют их летучие мыши!

После отцветания бананов на месте цветов появляются мелкие бархатистые плоды, покрытые легким пушком, они



обычно собраны в гроздья по 250—300 маленьких бананчиков.

Чтобы тропические насекомые или птицы не испортили плоды бананов, на них натягивают полиэтиленовые чехлы. Так под прозрачными колпаками они и созревают.

Снимают бананы, пока они еще не достигли полной зрелости — ведь плодам предстоит долгое путешествие на другие континенты. Едут они на специальных судах — банановозах, где их продувают охлажденным воздухом.

Снимают бананы примерно так. Один человек с длинным шестом с прикрепленным к нему ножом-тесаком отсекает огромную гроздь бананов. Другой ловко подхватывает ее, не дав удариться о землю, и относит собранные плоды на склад. Там их обрабатывают специальными растворами, укладывают в ящики и везут чаще всего по морю в другие страны.

После плодоношения листья и ложный ствол отмирают, а от корней отходят новые молодые отростки.

Вот какое удивительное растение банан! Трава, которая может в высоту вырастать с четырех- или шестизэтажный дом и на которой до 300 кг вкусных плодов!

Какие же полезные вещества содержатся в банановых плодах?

В них много углеводов, сахара — фруктозы и сахарозы, поэтому бананы очень питательны. Три-четыре плода могут заменить целый обед. Плоды богаты витаминами А, С и группы В, а также калием, помогающим работе сердца.

Из разных сортов бананов люди научились готовить немало вкусных и полезных блюд. Их едят в свежем виде, добавляют во фруктовые и овощные салаты. Пюре из бананов — чудесное блюдо для малышей, полезное и питательное.

Послушайте стихотворение.

Ваза с фруктами

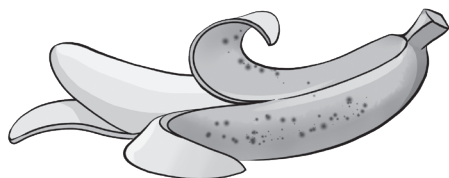
Высокая ваза
Стоит на столе.
Играют лучи
В голубом хрустале.

Положим мы в вазу
Душистый банан —
Подарок далеких
Тропических стран.
Добавим лимон,
Апельсин, мандарин.
И после обеда
Мы фрукты съедим!

Существует множество сортов бананов: розовые, красные, фиолетовые и черные.

Кулинары подразделяют все сорта бананов на две группы: сладкие и крахмальные. «Крахмальные» бананы можно жарить, парить, использовать как гарнир к мясным или рыбным блюдам. По вкусу они напоминают картофель.

Может быть, вам приходилось пробовать и такое лакомство, как сушеные бананы. Они очень сладкие, темно- или золотисто-коричневого цвета. Многие спортсмены едят сушеные бананы перед тренировками — ведь сахар, содержащийся в них, быстро поступает в кровь. Кроме того, в них содержится в 5 раз больше калорий, чем в свежих плодах.



Врачи советуют есть побольше бананов людям, занятым напряженным умственным трудом.

В некоторых странах, например в Восточной Африке, бананы заквашивают и варят из них пиво. А жителям Эфиопии больше по вкусу не сладкие плоды бананов, а его корневище. Его перемалывают в муку, из которой выпекают хлеб. Листья же бананов используются при изготовлении салатов как овощи.

Вы, конечно, уже догадались, что бананы не растут ни в средней полосе, ни даже в самых южных и теплых районах

нашей страны. Здесь им не хватает тепла, влаги и солнечных лучей. Их родина — тропики, где много жаркого солнца и влаги.

Встречаются в мире и особенные бананы. Так, на Филиппинах растут «текстильные» бананы. Это маленькие фрукты с горьким вкусом. Из их листьев делают волокна, которые используют для производства бумаги и картона. А индийские виноделы изобрели способ изготовления шампанского из бананов.

Ответьте на вопросы

- Как выглядит плод банана?
- Как выглядит растение банан?
- Кто опыляет цветы банана?
- Почему ствол банана называют «ложным»?
- Как собирают урожай бананов?
- Каковы полезные свойства бананов?
- Какие блюда готовят из бананов?
- Почему бананы не растут в России?

