

# Увеличаващото се търсене на авокадо застрашава горите

Автор(и): Нора Иванова, Редактор Растителна Защита /РЗ/

Дата: 12.09.2016 Брой: 9/2016



*Супер плодове? Преди авокадото се нареждаше на рафтовете с екзотична и луксозна храна, днес може да се намери дори в кварталния магазин. Наистина ли е здравословно активното му навлизане в ежедневно ни меню или е поредната мода в хранителните вкусове?*

Авокадото е от онези храни-чудо, които биват успешно налагани от световния търговски поток през последните години. Традиционните храни отстъпват мястото си в регионалните кухни на нови супер плодове и зеленчици, които диктуват не само хранителната мода, но определят и търсенето на пазара. Изведнъж водещите ресторанти поставят на централно място в менюто си зеления плод с кора, наподобяваща кожата на алигатор. А блоговете за готвене се вдъхновяват един от друг ежедневно с творчески рецепти за салати, гуакамоле и други нестандартни ястия и десерти с авокадо.

Зад този бум на свръх производство се разкрива обезпокояваща гледка - между 1. 500 и 4000 хектара гори годишно биват изсичани незаконно в районите около мегаполиса Мексико, за да бъдат използвани за отглеждане на ценната храна. Огромният апетит за авокадо и нарастващите цени за килограм правят бизнеса със зеления супер плод привлекателен не само за земеделските стопани. Районът от дълго време е контролиран от мексиканската мафия, която диктува правилата и в местния поминък на земеделците.

В един от най-плодородните щати на Мексико Мичоакан, разположен в югозападната част на страната, населението се изхранва предимно от производство на лимони и авокадо. Там хората страдат и от последиците на интензивното земеделие. „Честото използване на нерегламентирани пестициди и замърсяването на подпочвените води са само част от предстоящата екологична катастрофа.“, споделя Хайме Навия от мексиканската екологична организация ГИРА.

## Авокадото: плод-чудо

Несъмнено *Persea americana* се нарежда в първата десетка на супер храните и има широко приложение не само в кулинарията. Авокадото е плод, богат на минерали и витамините А, С и Е. Съдържа много повече протеини отколкото другите плодове. Полезен е за сърцето и предпазва от запушване кръвоносните съдове. Има антиоксидантно действие. Спомага за изхвърлянето на токсините от организма. Маслото от авокадо помага при екземи и витилиго. Също понижава и високия холестерол. Авокадото съдържа желязо и е много подходящ за болни от анемия. Препоръчва се и като храна за бременни и деца поради голямото количество витамини, минерали и протеини. 100 грама авокадо е равно на почти 165 калории. Друго приложение на авокадото можем да намерим и в козметиката, където се използва под формата на маски, най- подходящи за суха кожа. Маслото от авокадо пък се използва в различни козметични кремове за лице, шампоани и душ-гелове.

Най-популярните сортове авокадо в Европа са "Фуерте" и "Хас", като първият се намира от дълги години на пазара в западна Европа. Авокадо от сорта "Хас" намира от скоро все по-голямо място на стария континент. "Фуерте" произлиза първоначално от два сорта авокадо - мексикански и гватемалски. "Фуерте" са по-големи от "Хас" и достигат тегло до 400 гр. и издържат на по-ниски температури при складиране (4-6°C).