

# Растущий спрос на авокадо угрожает лесам

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

Дата: 12.09.2016 Брой: 9/2016



*Суперфрукты? Раньше авокадо лежали на полках как экзотическая и роскошная пища; сегодня их можно найти даже в соседнем магазине. Является ли их активное внедрение в наш ежедневный рацион действительно полезным для здоровья, или это просто очередной тренд в пищевых предпочтениях?*

Авокадо — один из тех чудесных продуктов питания, который был успешно продвинут мировыми торговыми потоками в последние годы. Традиционные продукты уступают место в региональных кухнях новым суперфруктам и овощам, которые диктуют не только пищевую моду, но и определяют рыночный спрос. Внезапно ведущие рестораны помещают зеленый фрукт с кожурой, напоминающей кожу аллигатора, в центр своих меню. А кулинарные блоги ежедневно вдохновляют друг друга творческими рецептами салатов, гуакамоле и других нетрадиционных блюд и десертов с авокадо.

За этим бумом и перепроизводством вырисовывается тревожная картина — от 1500 до 4000 гектаров леса ежегодно незаконно вырубаются в окрестностях столицы Мексики для выращивания ценного продукта. Огромный аппетит к авокадо и растущая цена за килограмм делают бизнес с зеленым суперфруктом привлекательным не только для фермеров. Регион уже давно контролируется мексиканской мафией, которая также диктует правила в местной жизни фермеров.

В одном из самых плодородных штатов Мексики, Мичоакане, расположенном на юго-западе страны, население живет в основном за счет производства лимонов и авокадо. Там люди также страдают от последствий интенсивного сельского хозяйства. «Частое использование нерегулируемых пестицидов и загрязнение грунтовых вод — это лишь часть надвигающейся экологической катастрофы», — делится Хайме Навия из мексиканской экологической организации GIRA.

### **Авокадо: чудо-фрукт**

Несомненно, *Persea americana* входит в десятку лучших суперфудов и имеет широкое применение не только в гастрономии. Авокадо — это фрукт, богатый минералами и витаминами А, С и Е. Он содержит гораздо больше белка, чем другие фрукты. Он полезен для сердца и предотвращает закупорку кровеносных сосудов. Обладает антиоксидантным действием. Помогает выводить токсины из организма. Масло авокадо помогает при экземе и витилиго. Также снижает высокий уровень холестерина. Авокадо содержит железо и очень подходит для людей, страдающих анемией. Его также рекомендуют в качестве пищи для беременных женщин и детей из-за высокого содержания витаминов, минералов и белков. 100 граммов авокадо равны почти 165 калориям. Другое применение авокадо можно найти в косметике, где его используют в виде масок, наиболее подходящих для сухой кожи. Масло авокадо также используется в различных косметических кремах для лица, шампунях и гелях для душа.

Самые популярные сорта авокадо в Европе — «Фуэрте» и «Хасс», причем первый присутствует на рынке Западной Европы уже много лет. Авокадо сорта «Хасс» только недавно завоевывают все большую долю на Старом Континенте. «Фуэрте» изначально происходит от двух разновидностей авокадо — мексиканской и гватемальской. «Фуэрте» крупнее «Хасс», достигая веса до 400 г, и выдерживают более низкие температуры хранения (4–6°C).