



Rajče– a jeho druhy

- rajske jablko je jednoletá rostlina

vyšoká 30-150cm. Je svým složením lidskému organismu velmi prospěšné, hlavně obsahem **vitaminů A,C,E** a také minerálů **draslíku, železa** a tělu prospěšné **vlákniny**. Mimo tohoto obsahuje **karotenoid –lycopin**, který **posiluje obranyschopnost organismu**. Nikdy nekonzumujte plody zelené – nezralé, protože obsahují jedovatou látku **solanin**, která způsobuje nevolnost a zvracení. Existuje mnoho odrůd rajčat. Nejčastěji jsou červeně, oranžově či žlutě zbarvené. Jsou ovšem vyšlechtěné i odrůdy **černé barvy**. Nejznámější odrůdy rajčat jsou např: **Tornádo, Start** (do salátů,leča). Mezi ty s masitými, velkými plody patří **San Marzano** (vhodná na leča,čalamády),**Býčí srdce**(vhodná do kečupů) a **Maximo** s obrovskými masitými plody(vhodná na leča,kečupy), **Citronová rajčata** (vhodná na plnění a do salátů), **Žíhaná** (tenká slupka, šťavnaté plody),odrůda **Zlatava** – velmi chutné rajče s načervenalou dužinou (jemná, křehká). Dále existuje mnoho odrůd stále oblíbenějších **rajčat balkonových** (drobné a tvrdší plody, lze pěstovat v květináči). Nejoblíbenější jsou čerstvá, zavařovaná (např. na kečup, lečo) či sušená.



Rajčatům vyhovuje půda výživná a nemají rádi velkou závlhku. Prospívá jim sucho, horko a vítr.

Nikdy nejzte rajčata nezralá – zelená obsahují jedovatý solanin.

Existuje mnoho odrůd rajčat, jejich forem i barev.

Nejlepší jsou rajčata čerstvá, dají se zavařovat,nakládat, sušit.

Přečti si informace o rajčeti na přední straně letáku a pak můžeš soutěžit se spolužáky, kdo první doplní správné odpovědi:

Kolikaletá rostlina je rajče?.....

Co je to lycopin?.....

Co je to solanin?.....

Prospívá rajčatům velká zálivka?.....

Existují i černé odrůdy rajčat?.....

Na které vitamíny je rajče bohaté?.....



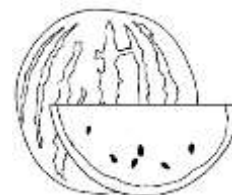
Vyhledej v česko- anglickém slovníku:

Jak se řekne anglicky: rajčatový salát je zdravý?

vybarvi a zakroužkuj ty druhy zeleniny, které patří mezi plodovou zeleninu:



ovocecentrum
Vzdělávací centrum



Školní projekt „Ovoce a zelenina do škol“ je spolufinancován Evropskou unií.

