

النبات كغذاء

النبات كغذاء

هناك حوالي ١٢,٠٠٠ نوع من النباتات استعملها الإنسان كغذاء، منها حوالي ١٥٠ نوعاً يزرعها الإنسان بانتظام هذه الأيام.

وأهم المحاصيل الغذائية هي: القمح والأرز والذرة، وتليها محاصيل الشعير والذرة السكرية والشوفان وغيرها، وهي محاصيل تمثل الغذاء الرئيسي للناس في أنحاء العالم. وهناك محاصيل غنية بالمواد الكربوهيدراتية تزرع أيضاً على نطاق واسع مثل البطاطس في المناطق المعتدلة، والبطاطا الحلوة واليام والخبث في المناطق المدارية. وهناك محاصيل غنية بالبروتينات مثل الفول وفول الصويا والحمص والعدس والفول السوداني.

أما عن الثمار ففي المناطق المعتدلة يزرع التفاح والشمش والخوخ والكرز والعنب والفراولة، وفي المناطق الدافئة تزرع الحمضيات مثل البرتقال والليمون واليوسفي، وهناك ثمار تستعمل كخضروات مثل الطماطم والفاصوليا.

والثمار سواء كانت فاكهة أم خضروات مفيدة للإنسان، فهي تمد بالطاقة من السكر الطبيعي وبالبروتين والفيتامينات الحيوية وغيرها.

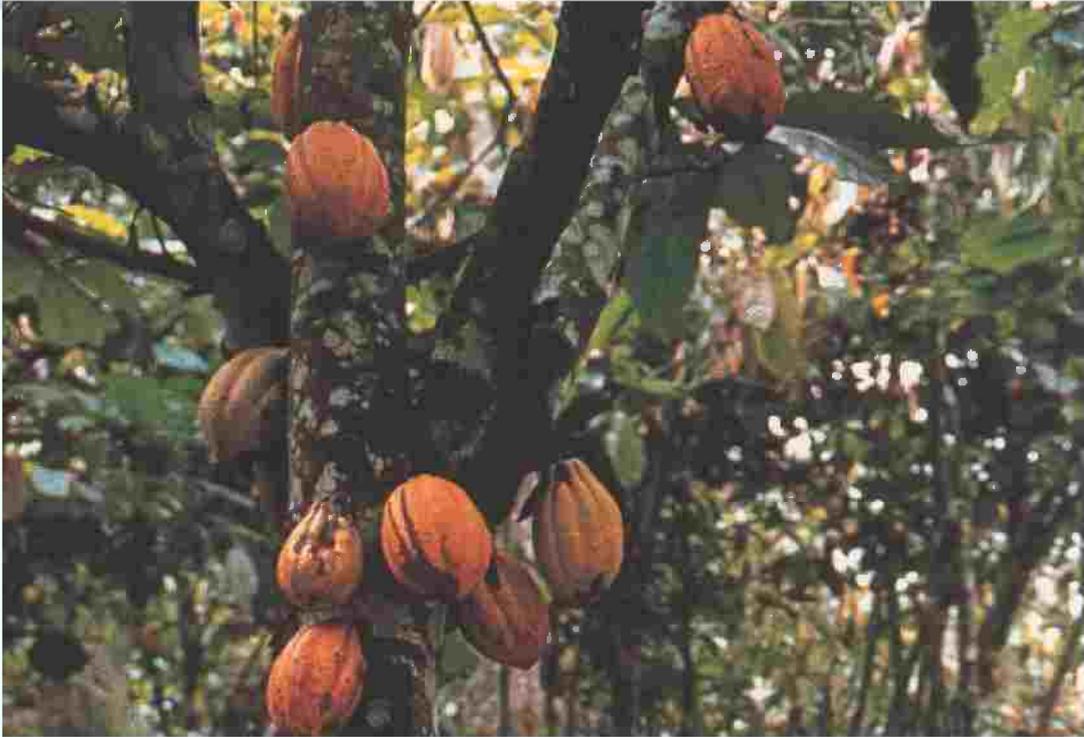
ومن المعروف أن بعض الثمار مثل التفاح والمانجو والعنب لها طعم حلو، بينما الليمون وبعض أنواع البرتقال لها طعم حامض، فطعم الثمار يعتمد على مكوناتها.

والثمار بشكل عام تتكون من الفركتوز (السكر الطبيعي) وأحماض عضوية وفيتامينات ونشادر وبروتين وأملاح وألياف، كل هذه المواد تختلط داخل الثمرة بنسب تختلف من ثمرة لأخرى، فإذا زادت نسبة السكر الطبيعي كان طعم الفاكهة حلو، وإذا زادت نسبة الأحماض العضوية كان طعمها حمضياً، وفي بعض أنواع البرتقال نجد أن نسبة السكر تتسلى مع نسبة الحامض، فتكون البرتقالة حلوة وحامضة في وقت واحد.

من نباتات الغذاء

- الكاكاو :

شجرة الكاكاو موطنها شرقي جبال الانديز في أمريكا الجنوبية، هذه الشجرة هي مصدر الشيكولاتة التي نحبها جميعاً .



وثمار الكاكاو عبارة عن قرون تنمو على جوانب السيقان، وكل قرن يحتوي على عدد من البذور يتراوح بين عشرين وثلاثين بذرة.

هذه البذور تخمر وتحمص ثم تطحن للحصول على مسحوق الكاكاو الذي تصنع منه الشيكولاتة ، وتزرع الكاكاو هذه الأيام في غرب أفريقيا وفي بلاد أخرى في أمريكا الوسطى.

- الشاي :

يأتي الشاي من أوراق شجرة صغيرة دائمة الخضرة تزرع على جوانب التلال في عدة دول خاصة الهند وسريلانكا والصين وأندونيسيا وماليزيا، كما يزرع في بعض البلاد الأفريقية مثل كينيا.

وللحصول على الشاي تجمع الأوراق الصغيرة في أعلى الشجرة، وتجفف ثم تسحق .



والشاي مشروب شعبي في نصف دول العالم تقريباً، وأكبر كمية من الشاي تتم زراعتها في الصين، ولكن الصينيين يستهلكون كل انتاجهم من الشاي تقريباً.

- الذرة :

نبات الذرة رغم

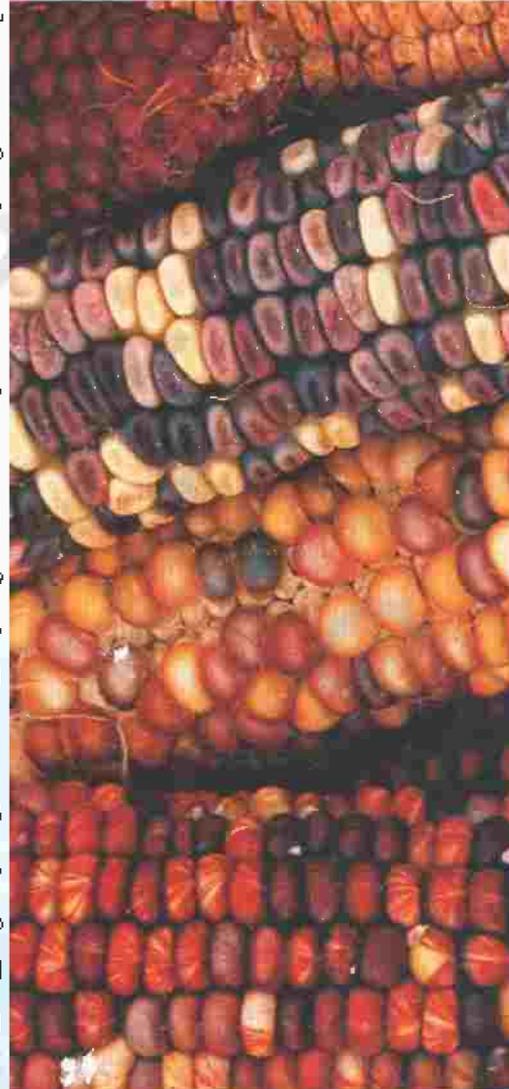
طوله الواضح (يصل طوله إلى مترين) إلا أنه من عائلة الأعشاب، ويعتقد العلماء أن الذرة الحالي قد يكون متطوراً من نوع كانت كيزانه صغيره لا يزيد طول الكوز الواحد عن ٢,٥ سنتيمتراً.

وعلى مدى أعوام طويلة تعلم الناس زراعة الذرة الذي ينتج كيزاناً أكبر يصل طول بعضها الآن إلى ٢٥ سنتيمتراً.

وقد وجد العلماء أكوازاً من الذرة عمرها خمسة آلاف عام في كهف في المكسيك حيث كان يزرع هناك منذ هذا التاريخ.

هناك حوالي ٦٠٠ نوع من الذرة تختلف اختلافاً كبيراً فيما بينها في الشكل والحجم واللون (أبيض وأصفر وبرتقالي وأحمر وبخفسجي وأسود)، وأحياناً تختلف ألوان الحبوب في الكوز الواحد.

وتختلف أنواع الذرة في استخداماتها، فبعضها يستخدم للحصول على الدقيق، وبعضها يستخدم علفاً للماشية و من الذرة يستخرج زيت الذرة، وهو من أكثر أنواع الزيوت استخداماً في المطبخ، ومنه أيضاً يصنع السمن الصناعي.



شجرة الزيتون :

الزيتون شجرة مباركة، ورد ذكرها في القرآن الكريم.

وهي شجرة دائمة الخضرة يتراوح ارتفاعها بين ثلاثة أمتار و١٢ متراً، وهي كثيفة الأغصان وخشبها قوي لا يصاب بالتلف.

وأشجار الزيتون مشهورة منذ آلاف السنين بجمالها وبقيمة ثمارها وما نحصل عليه منها من زيت الزيتون الشهير الذي يشكل من ٢٠ إلى ٣٠٪ من وزن الثمرة.

ويزدهر الزيتون في حوض البحر المتوسط منذ القدم، وقد ساعد الفينيقيون القدماء على انتشاره حتى وصل إلى أسبانيا أكبر منتج له الآن، تليها إيطاليا واليونان وتركيا وتونس وسوريا.

وثمرة الزيتون مليئة بفيتامين (E) وزيت الزيتون يشتهر بقيمته الغذائية العالية وبخلوه من الكوليسترول والدهون الضارة.

الموز (الطلع المنضود)

الموز فاكهة نحبها جميعاً، وقد ذكر الموز في القرآن الكريم على أنه من الفاكهة التي يستمتع بها أهل الجنة وسماء الله تعالى

" الطلع المنضود " أي شجر الموز منتظم الثمار فقال تعالى :



﴿ وَأَصْحَابُ الْيَمِينِ مَا أَصْحَابُ الْيَمِينِ (٢٧) فِي سِدْرٍ مَّخْضُودٍ (٢٨) وَطَلْحٍ مَّنضُودٍ (٢٩) ﴾ الواقعة/ ٢٧ - ٢٩

ونعما يلي نقدم لك بعض المومات الشيقة عن الموز..

-العشب الضخم :

يصنف العلماء نبات الموز على أنه من الأعشاب وساقه تنمو تحت الأرض والجزء الظاهر هو الأوراق الضخمة وتوجد زراعة الموز في المناطق الاستوائية وبخاصة دول أمريكا الوسطى التي تسمى " جمهوريات الموز " مثل كوستاريكا وهوندوراس وغواتيمالا وغيرها.

- الموز في التاريخ :

يعتقد بعض العلماء أن الموز من أول الفواكه التي ظهرت على الأرض، ويرجع أصله إلى غابات ماليزيا في جنوب شرقي آسيا، وقد عرف فراعنة مصر الموز وسجلت آثارهم ذلك كما ورد ذكره في السجلات التي تبين غزو الإسكندر الأكبر للهند عام ٣٢٧ قبل الميلاد.

- لماذا نتجنب أضرار الموز؟ :

عندما تبدأ ثمار الموز في النمو فإن أحد جانبيها ينمو أسرع من الجانب الآخر، وبالتالي يصبح هذا الجانب الأسرع هو الأطول وهذا الاختلاف في النمو هو الذي يؤدي إلى انحناء الثمرة.

- لماذا يجب الرياضيين الموز؟ :



يعتبر الموز مصدراً ممتازاً للطاقة لما يحتويه من مواد كربوهيدراتية وكذلك لأنه غني بالأملاح المعدنية مثل البوتاسيوم الذي يساعد على تخفيف الألم ومنع تقلص العضلات، لذلك لا يستغني عنه الرياضيون مثل المشاركين في سباقات دراجات المسافات الطويلة ولاعبي التنس وغيرهم.

- هل نتجنب القورود الموز؟

من المعروف أن القورود تصب الموز وتأكله باستمتاع شديد لذلك فهو يقدم لها كثيراً في حدائق الحيوان ولكن أحد العلماء اكتشف أن ما يجذب القورود إلى الموز ليس طعمه وإنما لونه الأصفر، فالقورود تصب هذا اللون ويمكنها أن تأكل الزهور الصفراء بالقدر نفسه من الاستمتاع.

قصة البطاطس



عندما نتناول وجبة لذيذة تحتوي على البطاطس، لا نسمى أن نحمد الله على منحه لنا هذا النبات الجميل، وتذكر أن له قصة طويلة وشيقة سنحكىها لك.

يرجع اكتشاف البطاطس إلى نحو ٦ آلاف سنة قبل الميلاد، حيث كان الهنود الحمر في أمريكا الجنوبية يجمعون البطاطس البرية التي تنمو على ارتفاع ١٢ ألف قدم فوق جبال الإنديز، ثم بدأوا يزرعونها وأصبحت فيما بعد عاملاً مهماً في حضارة شعب الإنكا.

وعندما دخل الأسبان إلى أمريكا الجنوبية للمرة الأولى لم يلفت انتباههم هذا النبات المدهش فعاملوه بخشونة لأنهم قدموا أساساً للبحث عن الذهب، وبعد ذلك بخمسين عاماً

وصلت البطاطس إلى أوروبا ومنها بدأت تنتشر في أنحاء العالم، حيث أصبحت تزرع في ١٣٠ دولة، وأصبحت قيمة إنتاجها في العام الواحد تزيد عن قيمة كل الذهب والفضة الذي حصل عليه الأسبان من الأمريكتين، ويقدر الخبراء إنتاج البطاطس السنوي الذي يصل إلى نحو ٣٠٠ مليون طن، بأنه يمكن أن يصنع طريقاً عرضه أربع حارات يلف حول العالم ست مرات.

والبطاطس تحتوي على كثير من العناصر الغذائية الضرورية للإنسان، لدرجة أن رجلاً اسكندنافياً عاش بحالة صحية جيدة لمدة ٣٠٠ يوم لم يكن يأكل فيها سوى البطاطس.

ويذكر علماء التغذية أن نوعية بروتين البطاطس أعلى من نوعية البروتين الموجود في فول الصويا، كما أن حبة واحدة من البطاطس تحتوي على نصف الكمية من فيتامين (C) الذي يحتاجه الشخص البالغ، لذلك كان البحارة قديماً يحملون معهم البطاطس لكي يحموا أنفسهم من الإصابة بمرض الإسقربوط الذي يسببه نقص هذا الفيتامين. والبطاطس لا تستعمل فقط في الطعام، وإنما يتم تصنيعها للحصول على منتجات أخرى مثل النشا والمعجنات والأصباغ، كما يمكن الحصول منها على نوع من الوقود هو كحول البطاطس، والذي فكر هنري فورد في استخدامه في تسيير السيارات عندما بدأ في صنعها.

وللبطاطس أنواع كثيرة مختلفة الأشكال والألوان كما ترى في الصورة التي في الصفحة السابقة، فالهئود الحمر يعرفون نحواً من ثلاثة آلاف إلى خمسة آلاف نوع منها، وقد أطلقوا على كل نوع اسماً يميزه، وهذا الاسم يتميز بالطرافة مثل "أنف القط" وهو نوع من البطاطس المسطحة، وهناك نوع اسمه "البطاطس التي تجعل العروس الصغيرة تبكي" وهو نوع من الصعب إعداده للطبخ... وهكذا.

الأرز

- الحبوب التي تغذي العالم؟

حبوب الأرز .. تلك الصغيرة المدهشة، هي الغذاء الرئيسي لحوالي نصف سكان العالم، ويعتقد العلماء أن هناك ما يزيد عن ٧٠,٠٠٠ نوع من الأرز منها طويل الحبة والبسمتي والياباني والإيطالي.

واليوم يزرع الأرز في كل أنحاء العالم ما عدا القارة القطبية الجنوبية، ولكن ٩٠٪ من إنتاج الأرز العالمي يأتي من قارة آسيا.

والأرز مصدر جيد للطاقة نظراً لما يحتويه من مواد كربوهيدراتية، وكذلك يحتوي على ثيامين (ب) ومواد معدنية .

وعلاوة على استخدام الأرز كوجبة رئيسية، فهو يدخل في صناعة أنواع مختلفة من الأطعمة بما فيها أطعمة الأطفال والدقيق، وكذلك يصنع منه سائل يدخل في صناعة البلاستيك.

والأرز كمحصول غذائي قديم جداً، ولا يعرف على وجه الدقة أين بدأت زراعته، وإن كان يظن أن الهند هي مهد زراعة الأرز، حيث وجدت دلائل على وجوده هناك منذ آلاف السنين.

والأرز جزء هام من تاريخ وثقافة وحياة عدد من الشعوب خاصة الآسيوية كما نرى

ذلك فيما يلي :-

- في اليابان؟

الأرز جزء هام من الثقافة الاجتماعية في اليابان، واليابانيون لا يتحدثون عن وجبة الإفطار أو الغذاء أو العشاء، وإنما يقولون : أرز الصباح وأرز الظهر وأرز المساء، فكلمة "أرز" تساوي كلمة "وجبة"، وعلاقات السلام والمودة التي تسود المجتمع الياباني راجعة إلى زراعة الأرز على مدى آلاف السنين، حيث اعتاد الفلاحون اليابانيون في القرى أن يعملوا معاً للحصول على محصول جيد.

والأرز متغلغل في كل نواحي الحياة هناك، فالمنازل تغطي بحصر مصنوعة من أعواد الأرز، ويلبس المزارعون نعالاً مصنوعة من قش الأرز، وأشهر مشروب ياباني هو " الساكي " المصنوع من الأرز.

وحتى في الصناعة نجد أن أسماء أشهر السيارات اليابانية لها علاقة بالأرز، فكلمة "تويوتا" معناها "حقل الأرز الجميل" وكلمة "هوندا" معناها "حقل الأرز الرئيسي".

- في الصين؟

يعتبر الأرز في الصين أتمن شيء يعتزون به، وكلمة "أرز" باللغة الصينية تساوي كلمة "طعام" وعندما يتقابل الناس أول يوم في السنة الجديدة لا يحيون بعضهم بعبارة "تمناتي بعام سعيد" وإنما يقولون: "تمنياتي ألا يحترق أرزك".

وعندما يفقد شخص وظيفته يقولون "كُسِرَ إنياء أرزة".

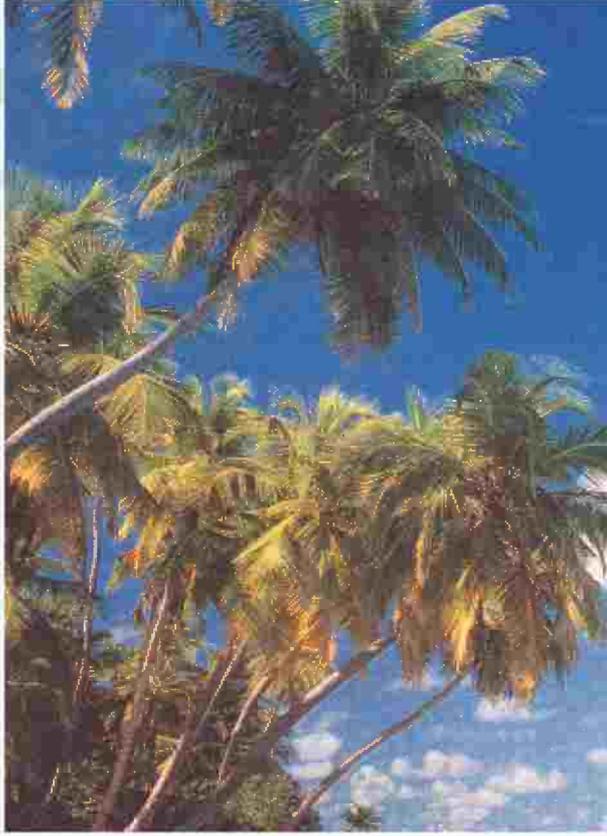
وفي معظم بلاد آسيا مثل سنغافورة واندونيسيا والهند وبنجلاديش وإيران يحظي الأرز بمكانة كبيرة تصل في بعض البلاد إلى درجة التقديس.

وفي البلاد العربية الخليجية يسمى الأرز "عيش" إشارة إلى أنه الوجبة الأساسية عندهم.



الأرز في هايتي

نخلة جوز الهند



هناك إحصائية تقول إن هناك عشرة ملايين أسرة حول العالم منها ثمانية ملايين أسرة تعيش في آسيا، يعتمدون في حياتهم على نخيل جوز الهند.

هؤلاء الناس يسمونها "شجرة الحياة" فمنها يحصلون على أكثر من مائة منتج مختلف، لذلك فهناك قول يرددته سكان جزر المحيط الهندي وهو: "إن من يزرع نخلة جوز هند يزرع طعاماً وشراباً وأوان و ملابس ومصدراً للحرارة ومسكناً وميراثاً للأولاد".

- منافع عديدة؟

توصف نخلة جوز الهند بأنها "سوبر ماركت" الطبيعة، وذلك لأن كل جزء منها يستخدم بطريقة أو بأخرى، فجوز الهند اللذيذ والمغذي له عدة استعمالات في الغذاء.

إن لحمه الأبيض الحلو يؤكل طازجاً أو يقطع ويُنشر ويستعمل في صناعة الحلوى، أما جوز الهند الذي يحصل عليه من هذا اللحم فيستعمل أيضاً في عمل العصائر والحلوى.

وماء جوز الهند أو العصير الذي يؤخذ من جوز الهند الأخضر الطري، من أروع المشروبات الطبيعية لأنه مغذٍ ومنعش.

ويستخدم زيت جوز الهند - الذي يحصل عليه من جوز الهند المجفف- في الطبخ وكزيت للتدليك العلاجي، وفي صناعة الصابون ومواد التجميل وصناعة أغذية الأطفال وصناعة الأدوية التي تعالج عدة أمراض مثل أمراض نقص المناعة.

وقشرة ثمرة جوز الهند مصدر رخيص للوقود، ومن أليافها تصنع الحبال وفرش التنظيف ولعب الأطفال وغيرها.

أما أوراق النخلة، فمن سعفها تصنع صناديق وأوانٍ، وتستخدم في صنع أسقف الأكواخ وكذلك حصائر للنوم والجلوس.

- معنى الاسم؟

إن كلمة جوز الهند باللغة الإنجليزية هي (Coconut) وهي مأخوذة من كلمة باللغة البرتغالية هي "Coco" التي تعني "وجه القرد" فعندما وصل المستكشفون البرتغاليون إلى جزر المحيط الهندي في القرن الخامس عشر لاحظوا أن هناك تشابهاً بين شكل الثمرة ووجه القرد فأسموها كذلك.

أما في لغة التاميل الموجودة في الهند وسيريلانكا حيث تكثر هذه النخلة فمعنى اسمها

"فاكهة العسل" وفي لغة الهندي - لغة الهند الرسمية - معنى اسمها "الفاكهة التي تحتوي على الماء".

- أكبر بذرة؟

وثمرة جوز الهند ليست ثمرة، وإنما هي أكبر بذرة في العالم، وإلى هذه البذرة الضخمة القابلة للطفو والمانعة لدخول الماء يرجع فصل انتشار نخيل جوز الهند على شواطئ الجزر والبلاد الاستوائية، فهذه البذرة عبارة عن قارب نباتي يطفو فوق الماء ويبحر مع تيارات البحر مسافات طويلة ثم ينبت على الشاطئ الذي تلقىه الأمواج عليه.

ولعدة قرون ظن الناس أن جوز الهند يأتي من البحر لأنه كان يظهر على شواطئ المحيط الهندي، ولذلك أسموه "جوز الهند البحري".

وعند اكتشاف جزر "سيشل" في منتصف القرن الثامن عشر وجد بها أشجار جوز هند عملاقة تزن بذرتها حوالي عشرين كيلو جراماً.

- جنس البذرة

يمكن أن يصل ارتفاع نخلة جوز الهند إلى ما بين عشرين متراً وثلاثين متراً، ولها جذع قوي يقاوم الآفات، وهي تنتج بذورها حوالي ١٢ مرة في العام، ولذلك فمحصولها مستمر طوال العام عكس الأشجار الأخرى.

ويمكن للنخلة الواحدة أن تثمر من ستين إلى ١٥٠ ثمرة في العام، ويستمر إنتاج النخلة للثمار مدة خمسين عاماً.

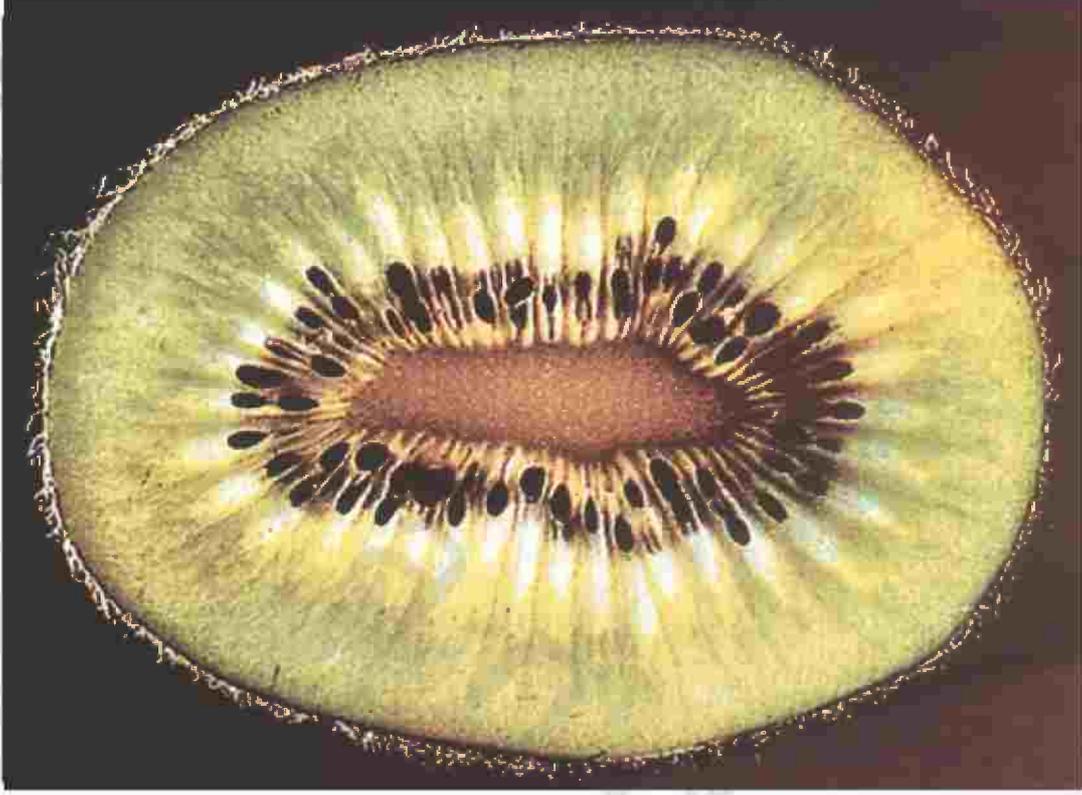
ولا يمكن للشخص العادي تسلق نخلة جوز الهند، وإنما هناك أشخاص وظيفتهم تسلق هذه الشجرة بسرعة ومهارة وقطف ثمارها الناضجة كما يقطعون الأوراق الجافة والميتة. وفي تايلاند يتم تدريب القردة على تسلق هذه النخلة وقطف ثمارها بدلاً من الإنسان.

- جوز هند البحر؟

نوع من نخيل جوز الهند موطنه الأصلي جزيرة سيشل، وثماره من أكبر أنواع الثمار في عالم النبات، وهي تستغرق عشر سنوات لكي تنضج. وبداخل الثمرة جوزة تؤكل مثل جوز الهند، وللثمرة فلقتين مما يجعلها تبدو مثل ثمرتين جوز هند.



الكيوي فاكهة مذهلة



- الثمرة العجيبة؟

الكيوي ثمرة بنية اللون تشبه بيضة البطء ولكن لها غطاء من الشعر الخشن، أما داخلها فهناك خطوط بيضاء منتظمة مثل أشعة الشمس تخرج من قلب الثمرة الذهبي وتمر بالبذور السوداء ويجسم الثمرة الأخضر المضيء.

أما طعم هذه الثمرة فهو مزيج من الفراولة والموز والبطيخ والأناناس، إنه لذيذ بلا شك.

- أصل الكيوي؟

يعود أصل شجرة الكيوي إلى وادي باختس في الصين حيث كانت تزرع هناك منذ آلاف السنين، وكان الصينيون يمجّدونها في أشعارهم منذ القرن الثامن الميلادي، ولا يزال الفلاحون الصينيون يجمعون ثمارها البرية وبيعونها في الأسواق الريفية.

- الكيوي في نيوزيلاندا؟

ولكن النقلة المهمة في تاريخ الكيوي حدثت عام ١٩٠٤م، حينما عاد أحد المسافرين من الصين إلى نيوزيلاندا وهو الكسندر أليسون، وقام أليسون مع عدد من المزارعين بتطوير نوع ممتاز من ثمار الكيوي عن طريق التطعيم والتقليم والعناية الشديدة، وهو النوع الذي نعرفه الآن.

وفي عام ١٩٢٠م بدأ الإنتاج التجاري من ثمار الكيوي يغزو أسواق العالم، ومن نيوزيلاندا بدأت زراعته في بلاد أخرى مثل الولايات المتحدة واليابان وفرنسا وإيطاليا، ولكن نيوزيلاندا هي الأولى في الإنتاج.

وحتى عام ١٩٥٠م كان الكيوي يعرف باسم " الكشمش الصيني " ولكن بعد عام ١٩٥٠ بدأ يسمى " الكيوي " نسبة إلى طائر الكيوي الذي تشتهر به نيوزيلاندا، وهو طائر غريب لا يمكنه الطيران وله شعر بني اللون مثل لون ثمرة الكيوي.

- جمع المحصول؟

موسم جمع محصول الكيوي من الأحداث القومية في نيوزيلاندا، حيث يبدأ هذا الموسم في شهر مايو من كل عام ويتم فيه جمع الثمار قبل أن تنضج تماماً، ويستمر هذا الموسم يومياً لمدة ١٢ أسبوعاً، حيث يتجمع آلاف العمال ويقطعون الثمار يدوياً ثم ترص في علب من الورق المقوى مثل البيض، وتوضع في مخازن باردة، حيث تبقى في حال جيدة مدة ستة أشهر أو تزيد.

وشجرة الكيوي تنمو بسرعة غير عالية فهي تزداد نحو ثماني بوصات يومياً ولذلك يجب تقليمها باستمرار.

- القيمة الغذائية للكيوي؟

وللكيوي قيمة غذائية عالية جداً لا تقارن بالتفاح والكمثرى والخوخ والبرتقال مثلاً، فالجرام الواحد من الكيوي يحتوي على حديد وماغنيسيوم وفوسفور وبوتاسيوم ومنجنيز وفيتامين (C) أكثر مما يحتوي عليه الجرام من أي فاكهة من الفواكه السابقة، كما أن الكيوي يحتوي على نسبة عالية الألياف ونسبة منخفضة من السعرات الحرارية، وليس به أي كولسترول أو صوديوم، إنه فاكهة غريبة ... ذات طعم لذيذ وفوائد جمّة".

الذهب الأحمر العجيب



إنه ليس ذهباً، وإنما فاكهة موطنها أمريكا الشمالية، تنمو في المستنقعات على أغصان زاحفة دائمة الخضرة، إنه التوت البري الأحمر الذي يدر على أمريكا دخلاً كبيراً جعلهم يسمونه "الذهب الأحمر".

وحبات التوت البري الأحمر في حجم حبات العنب الكبيرة، وكأنت عمليات جنيها في الماضي تتم يدوياً، أما حالياً فإن المزارعين يستخدمون أسلوباً آخر، فهم يقومون بإغراق حقولهم بطبقة من الماء يتراوح سُمكها بين عشرين سنتيمتراً، ثم يقومون بجمع الفاكهة التي تطفو على السطح.

- خفاقات البيض

يقوم المزارعون الذين يخوضون في الماء بالسير في الحقل ذهباً وإياباً وهم يلبسون أحذية طويلة وواقية للسيقان وقفازات في أيدهم، وهم يدفعون أمامهم ماكينات كبيرة تعرف باسم "خفاقات البيض" لأنها تضرب الماء بشدة فتصنع اهتزازات تفصل التوت الناضج عن الغصون.

- هبة حمرء عملاقة

وعندما تفصل الثمار عن أغصانها تطفو على سطح الماء مثل الفقائيع لأنها مجوفة فتصنع سجادة حمرء عملاقة، وهي تجمع في أغشية عائمة ضخمة كثيراً ما تكون في شكل دائرة قطرها يصل إلى عدة مئات من الأمتار.

- تفريغ حمرء

يدفع الرجال الثمار إما يدوياً أو باستخدام عصي طويلة إلى مجرنة حديدية ضخمة، ومنها إلى بساط نقال يقوم بتوصيل الثوت الجري إلى الشاحنات الواقفة على الشاطئ.

- حوض ماء الدولابان

تقوم الشاحنات بتوصيل المحصول إلى المصانع، حيث يجري تفريغه في أحواض ضخمة لغسله وإنتقاؤه ثم تجميده، ويتم كل ذلك بسرعة حتى لا تظلف الثمار المثلثة بالماء.

ويتم تحويل هذه الفاكهة إلى مربى وعصير أو تستهلك كما هي، وهي فاكهة غالية الثمن لا تباع إلا في المحلات الكبرى وتحقق لأمريكا دخلاً يزيد عن ٢٠٠ مليون دولار سنوياً.

- شراب فاخر

يصنع من الثوت الجري الأحمر مشروب فاخر، سواء وحده أو مع التفاح أو العنب، ويباع منه سنوياً أكثر من عشرة ملايين لتر، وقد كان الهنود الحمر يستخدمونه في تهدئة آلام الصداع والتهابات المسالك البولية ومعالجة الجروح.

التوابل الحارة

ينمو الفلفل الحار في أمريكا الوسطى والجنوبية منذ ما يزيد على تسعة آلاف عام. وعندما رأى كريستوف كولومبوس هذا النبات عام ١٤٩٢ عندما اكتشف أمريكا، ظنه نبات الفلفل الأسود الذي أراد الوصول إلى الهند من أجل الحصول عليه، وبالتالي أطلق على هذا النبات اسم "الفلفل".

وحمل كولومبوس هذا النبات معه إلى أوروبا وحمله التجار معه فيما بعد إلى أفريقيا وآسيا وانتشر بذلك في أنحاء العالم.

والآن هناك عدد كبير من الناس يحبون إضافة الفلفل الحار إلى طعامهم.

ويأتي معظم إنتاج العالم من الفلفل الحار من الصين و الهند، حيث يتطلب نمو هذا النبات جواً حاراً، وفي الولايات المتحدة يزرع في أقصى جنوبها في شهور الصيف، حيث ينتج أشد أنواع الفلفل حرارة وحرقة.



والفلفل الحار بالنسبة لمن لم يتعود عليه يحرق مقدم اللسان ويرفع حرارة الحلق ويؤثر في باقي أجزاء الفم، ولكي تبرد النار التي يسببها هذا النبات عليك أن تشرب بعض الحليب أو تأكل قطعة من الخبز أو الزبادي أو الأرز، أما الماء فلا تشربه لأن المواد الكيميائية بالفلفل الحار والتي تسبب الحرقان لا تنوب في الماء وبالتالي فلن ينفع شرب الماء.

- الفلفل الحار والطبخ -

كان الهنود الحمر في أمريكا يدلون الفلفل الحار في اللثة لتخفيف ألم الأسنان، وكانوا أيضاً يدلون به أي مكان في الجسم يعاني من الألم.

وقد اكتشف الطب الحديث الخواص العلاجية للفلفل الحار فى تخفيف الألم فصنعت منه أنواع من الكريمات والمرامح لتخفيف آلام الروماتيزم، ويقول بعض الأطباء: إن الفلفل الحار يخفف أعراض البرد والانفلونزا.

ومن ناحية أخرى، فإن الفلفل الحار يحتوي على كمية كبيرة من فيتامين C و A. أما الفلفل الحلو جرسى الشكل فإن الحبة الواحدة منه تحتوي على كمية من فيتامين C تزيد ست مرات عن الكمية الموجودة فى برتقالة.