



Дуриан

Общие сведения

У дуриана такой отвратительный запах, что с ним Вас вряд ли пустят в общественное место. Однако, если перебороть отвращение или просто закрыть нос и отведать сочную мякоть, то сразу же поймете, откуда появилось понятие *король фруктов*.

Из всего разнообразия фруктов только дуриан стал обладателем такой популярной характеристики. Мало кто представляет, что все это абсолютная правда. У дуриана

настолько «приятный аромат», что с ним нельзя заходить в отели, лифты, магазины, такси и во многие другие общественные места. На некоторых из них есть даже специальный знак в виде дуриана перечеркнутого красной линией. Это и значит, что вход с фруктом категорически запрещен. Это вызвано тем, что запах очень стойкий и даже спустя долгое время после употребления его в пищу аромат остается и, что самое важное, он не выветривается и не убивается, косметическими средствами. Это является основной причиной, из-за которой его нельзя долго хранить. В мире существует множество эпитетов, которые используются для описания запаха этого фрукта.

Несмотря ни на что его считают королем фруктов. Вы сами сможете в этом убедиться после того, как отведаете мякоть, у которой поистине божественный вкус. Тайцы утверждают, что его можно сравнить с восхитительным кремом из молока и яиц. Если есть желание получить незабываемые ощущения, то непременно попробуйте дуриан.

Название берет свое начало от малайского слова колючка – *duri*, а также суффикса *an*, что в переводе означает колючий фрукт. Его родиной является Индия, Индонезия, Цейлон, Таиланд, Филиппины и Индокитай. Бытует мнение, что самый лучший дуриан растет на плантации вблизи от Бангкока.

У этого фрукта довольно большие плоды, которые могут достигать 30 см, а весить до 8 килограммов. Они полностью покрыты кожурой, которую «украшают» колючки. Внутри находится несколько продолговатых камер, а в них нежные желтовато-белые вкусные массы.

Дуриан является вечнозеленым деревом – гигантом, вырастающим до 40 метров в высоту. У него блестящие и кожистые листья, которые слегка заострены и располагаются очередно. Верхняя часть листьев гладкая, в то время как противоположная покрыта чешуйками. Цветет этот удивительный фрукт лишь несколько часов: золотисто-коричневые, белые или золотистые цветы обладают тяжелым кисловатым запахом. Открываются они в сумерках, а уже к рассвету опадают. Основным периодом созревания плодов является начало весны, а заканчивается в конце лета.

Как выбрать

Покупку дуриана не следует доверять продавцу, а сделать все самостоятельно. Особое внимание данная покупка потребует во внесезонное время, поскольку именно тогда на прилавках часто встречаются плохие дурианы. При надавливании фрукт должен быть слегка мягким. Перезревшие плоды очень мягкие, а недозревшие вообще не поддаются надавливанию.

Зрелость этого продукта можно определить и по состоянию колючек. Если они сдвигаются то плоды качественные и дозревшие, но если они неподвижны, то он еще должен полежать.

Обратите внимание на запах дуриана. Если у него очень сильный аромат, то очень велика вероятность того, что внутри он будет сопливым – перезревшим.

Не следует делать выводы по цвету плода, ведь цвета у разных сортов сильно отличаются.

Как хранить

Лучше всего сразу же употребить дуриан в пищу, но в иной ситуации можно прибегнуть и к хранению. Следует отметить, что этот фрукт можно и не помещать в холодильник. При комнатной температуре данный продукт может храниться в течение 5 дней, но не больше. Не следует держать дуриан с другими фруктами.

В кулинарии

Семена этого удивительного фрукта уже не одно столетие используются в кулинарии. В основном их используют в качестве приправы. У этих плодов сильный едкий запах, который напоминает смесь сыра, тухлого лука и скипидара. Несмотря на это у мякоти довольно приятный вкус, поэтому ее употребляют в пищу в виде вкусного десерта.

Чаще всего дуриан используется для приготовления молочных коктейлей, чипсов, мороженого и сухофруктов. Иногда его жарят точно также как и картофель. Следует отметить, что он замечательно сочетается с кофе.

Отражение в культуре

У китайцев очень цениться дуриан и является довольно дорогим лакомством для детей. Покупают его лишь на праздники. В этот день вся семья должна сесть за стол и съесть весь плод за один присест. Для малайцев поедание дуриана является настоящим ритуалом, который можно сравнить с медитацией. В абсолютно всех странах Азии, в которых произрастает дуриан, он считается лекарственным растением. Этим плодам уже давно приписали омолаживающую силу.

Есть легенда, в которой идет речь о короле, который был влюблен в очаровательную девушку, но она не отвечала взаимностью на его чувства. Из-за этого властелин обратился к магу, который дал ему фрукт. Король дал попробовать полученные плоды девушке и та сразу же в него влюбилась. Правитель был так рад, что забыл о маге, так и не отблагодарив его. Маг так обозлился, что проклял эти чудесные фрукты. Когда владыка пришел за новым плодом любви он не нашел его а лишь колючий и отвратительно пахнущий фрукт. Королем овладел гнев, и он бросил его на землю. Он был очень удивлен, когда обнаружил внутри «любовную массу», поэтому и дал ему новое название, а именно «дуриан».

Пищевая ценность в 100 граммах:

Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Зола, гр	Вода, гр	Калорийность, кКал
3,2	9,5	9,5	19	0,2	145

Полезные свойства дуриана

Состав и наличие полезных веществ

Этот фрукт очень богат белками, жирами, витаминами и углеводами. Очень важно знать, что в нем отсутствует холестерин. В мякоти содержится витамин С, ниацин, каротин, фолиевая кислота, рибофлавин, кальций, железо, никотиновую кислоту и фосфор.

Помимо этого в нем содержится индол. Следует отметить, что только в нем есть органическая сера.

Полезные и лечебные свойства

Дуриан считается уникальным фруктом из-за содержащейся в нем органической серы. Именно она является причиной его характерного и не очень приятного аромата. Это единственный фрукт с серой в мире, который пригоден для употребления в пищу.

Неприятный запах – характерный признак наличия в плодах индола. Следует отметить, что сильно разбавленный индол обладает совершенно противоположным ароматом жасмина. Он очень полезен, поскольку обладает бактерицидным свойством.

В начале прошлого века во многих аптеках стали реализовываться таблетки «Dug-India», главным компонентом которых являлся дуриан и очень редкий индийский лук. Последний, очень богат витамином Е. Если в течение нескольких месяцев, регулярно употреблять этот препарат, то в организм поступит концентрированная жизненная энергия, которая сделает его более сильным и неутомимым. Эти таблетки положительно воздействуют и на дух человека, сделав его моложе и яснее.

У дуриана есть замечательное свойство – он может увеличить потенцию.

Мякоть этого удивительного плода является глистогонным средством. Корни и листья дуриана используются для приготовления отвара, который в дальнейшем будет использоваться в качестве жаропонижающего. Людям, страдающим от лихорадки, прикладывают к голове сок из листьев этого растения. Для снятия кожного воспаления используют отвар из листьев и плодов дуриана. При разлитии желчи следует принять лечебную ванну из листьев данного экзотического фрукта. Зола этого растения используется в послеродовой период.

Следует отметить, что дуриан – абсолютный лидер среди всех фруктов по содержанию питательных веществ, органической серы, антиоксидантов, жирных кислот, протеина, аминокислот и витаминов. Чего стоит одна только биоактивная сера, лечебные свойства которой просто не поддаются никакой оценке.

Опасные свойства дуриана

Употребление этого экзотического фрукта запрещено людям с повышенным артериальным давлением. Его противопоказано употреблять в пищу во время беременности. Кормящим мамам также следует воздержаться от употребления данного фрукта.

Ни в коем случае его нельзя сочетать с алкоголем, поскольку это может вызвать отравление и целый ряд осложнений.

Дуриан противопоказан при индивидуальной непереносимости.

Более подробно об этом продукте и многих других читайте на сайте www.edaplus.info