



Макадамия

Общее описание

Макадамия – высококалорийный австралийский орех. Этот вид орехов считается самым дорогим в мире, потому что его сложно выращивать, он подвержен нападениям вредителей, а само дерево начинает плодоносить только на 8-10 году. Макадамия созревает под жарким солнцем на протяжении 6-7 месяцев.

Спелый орех имеет шарообразную форму и диаметр 1,5-2 см. Ядро покрыто трудноснимаемой кожистой скорлупой зелено-коричневого цвета. В заводских условиях для снятия скорлупы используют автоматическую линию с двумя валиками. Расстояние между валами специально сделано меньше, чем средний размер ореха, в результате скорлупа лопается и осыпается, а ядра остаются целыми и движутся для дальнейшей переработки.

Впервые семейство диких орехов было описано ботаником Фердинандом фон Мюллером более 150 лет назад. Назван орех в честь его лучшего друга Джона МакАдама. Культивировать растение начали в 1858 г. Этим занялся профессор Уолтер Хилл, который начал массовое распространение саженцев среди местного населения и написал трактат о полезных свойствах макадама. Изначально сбор орехов проводился вручную и был достаточно долгим и трудоемким. За день один человек мог собрать не более 150 кг орехов. Рост технического прогресса привел к изобретению в Австралии агрегата по сбору орехов, который за 8 часов мог собрать до 3 т. макадамии. В 1972 г был собран рекордный урожай орехов 70 тыс. т. за год.

Сейчас известно девять сортов макадамии. Из них пять растут исключительно в Австралии, а другие два культивируют на Гавайях, в Бразилии, Калифорнии и Южной Африке. Растение не сильно привередливое и предпочитает хорошо дренированную жирную почву со средней кислотностью. Не устойчиво к заморозкам и максимально низкой для него является температура +3°C.

Пищевая ценность в 100 граммах:

Белки, гр Жиры, гр Углеводы, гр Зола, гр Вода, гр Калорийность, кКал

7,9 75,8 5,2 1,1 1,4 720

Полезные свойства макадамии

Состав и наличие полезных веществ

Макадамия содержит большое количество питательных веществ. Главными являются витамины (группы В, Е, РР), минералы (кальций, селен, медь, фосфор, цинк, калий, натрий), органические кислоты и жиры.

Полезные и лечебные свойства

Ореху приписывают множество полезных свойств. Считается, что систематическое употребление орехов в пищу придает сил, снимает головные боли, вызванные мигренью, устраняет проблемы с кожей, нормализует ее цвет и жирность. Также вещества ореха способны выводить накопившийся излишний холестерин из организма, что является прекрасной профилактикой сердечно-сосудистых

заболеваний, помогают при заболеваниях суставов, костей, их принимают в лечебной терапии при ангине, менингите и артрозе.

Диетологи рекомендуют для снижения веса заменять один прием пищи на горсть макадамии – это наполнит организм недостающей энергией.

Промышленным способом из макадамии производят эфирное масло способное лечить ожоги второй степени различной этимологии, выводить токсины, омолаживать кожу, разглаживать мелкие морщины. Масло макадамии по своим свойствам очень схоже с жиром сальных желез человека, поэтому его используют для стимуляции подкожной микроциркуляции крови, укрепления волосяных луковиц.

В кулинарии

Макадамия из-за близкого вкуса с фундуком широко используется для приготовления шоколадных десертов, салатов или других блюд с морепродуктами. Некоторые гурманы считают, что для раскрытия полного вкуса ореха, его следует употреблять с хересом или крепким кофе.

Опасные свойства макадамии

Орех макадамия не имеет противопоказаний к употреблению. Возможно только проявление аллергических реакции у людей с индивидуальной непереносимостью продукта. Осторожно нужно есть орехи тем, у кого есть аллергия на фундук или арахис.

Макадамия может вызывать серьезные отравление у животных, в частности, у собак с периодом реабилитации более 48 часов.

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