



Kiwi



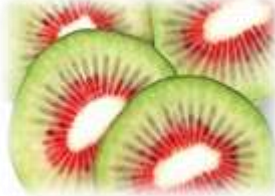
- roste na **aktinidii čínské**. Bývá nazývána také **čínským angreštem**. Není to náhoda, **pochází z Číny**. Tato rostlina může dorůstat až výšky několika metrů. Některé druhy se kromě plodů pěstují i pro ozdobné listy – jsou podobně plazivé jako listy vinné révy. Pokud byste chtěli kiwi pěstovat, musíte mu poskytnout **slunné stanoviště** – nejlépe na jižní straně, dostatek vlhkosti a **půdu plnou živin, ale kyselou** (tj. pH půdy 5-7). Před samotnou výsadbou je potřeba půdu důkladně prohnout. Kiwi plodí zpravidla až **po 3-8 letech** růstu. Rostliny aktinidie jsou **citlivé na mrazíky a chlad**. Před mrazem je potřeba je chránit pomocí netkaných textilií či pytlů. Plody kiwi jsou cenné především díky velkému obsahu **vitamínu C**, ale také pro vitamín **A, B, E** a **D**. Z minerálních látek jmenujme: **hořčík a draslík**. Svým obsahem nám napomáhá zvládat stres a zvyšovat soustředění. Napomáhá také růstu kostí. Chuť kiwi je sladkokyselková. Nejznámější je **kiwi zelené**, které všichni dobře známe. Ale dá se koupit také např. **kiwi zlaté** – má dužinu zbarvenou do zlatova, je sladší než kiwi zelené. Další druh **je kiwi červené** (kiwi z Hongyangu) – dužina je zelenožlutá s červeným zbarvením uprostřed.



Kiwi svými nádhernými bíložlutými květy připomíná orchideje.



Kiwi plodí hojně. Pro očesání stačí plody ustrihnout nůžkami. Kiwi existuje mnoho druhů: zlaté (2.obrázek) nebo např. červené (viz. obrázek uprostřed).



Kiwi je vynikajícím zdrojem vitamínu C, v některých zemích se konzumuje i se slupkou.



Nejllepší je kiwi čerstvé, s jogurtem nebo čerstvě odšťavněné. Je to skvělá prevence proti nachlazení, rýmě a chřipce!



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

Jak se jmenuje rostlina, na které kiwi roste?.....

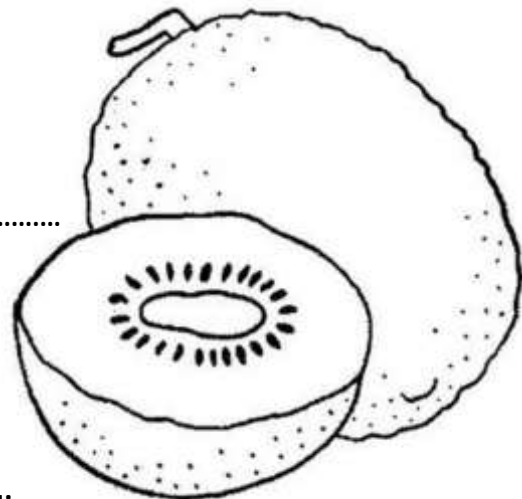
Jsou aktinidie citlivé na chlad?.....

Jak se nazývá kiwi s dužinou uprostřed zbarvenou do červena?.....

Jaké pozitivní vlivy má konzumace kiwi?.....

Proti čemu působí kiwi jako prevence?.....

Odkud kiwi pochází?.....



Vyhledej v česko- anglickém slovníku:

Jak se řekne anglicky kiwi je sladko-kyselé?

Zakroužkuj a pojmenuj ty druhy ořechů, které znáš a které jsi už ochutnal/a:

