

Voće



Voće su plodovi kultiviranih i samoniklih višegodišnjih biljaka namijenjenih ljudskoj ishrani u svježem ili prerađenom stanju.



Kemijski sastav voća:

- voda 80 – 95 %
- vitamini: C, A, B-kompleks
- mineralne tvari (kalcij, kalij, fosfor, natrij, željezo)
- voćne kiseline (jabučna, limunska, vinska)
- ugljikohidrati (fruktoza, glukoza, celuloza, **pektin**)
- taninske tvari – daju voću trpak okus
- bjelančevine – slabo zastupljene, osim jezrgasto voće
- masti – slabo zastupljene osim kod jezgrastog voća



Voće ima veliku prehrambenu vrijednost.



Sadrži vitamine, mineralne tvari, voćne kiseline, enzime, prirodne boje, taninske i aromatske tvari, utječe na pojačano izlučivanje probavnih sokova i održava lužnato-kiselu ravnotežu organizma.

Energetska vrijednost voć

a je mala,

osim jezgrastog

voća. Jezgrasto voće sadrži dosta masti i ulja, te bjelančevina.



Prema **kakvoći** voće se razvrstava u **tri** razreda:

- **ekstrakvaliteta** – jabuke, kruške, breskve, grožđe

- **voće I. kvalitete**

- **voće II. kvalitete**





Pakiranje voća ovisi o vrsti i kvaliteti.



Velika većina voća se **skladišti** u tamnim prostorijama na **temperaturi od 0 – 1 °C**, uz vlažnost zraka 85-90 % i uz kontrolu udjela kisika i ugljik-dioksida.



Ako je temperatura niža od 1 °C voće se smrzne, a ako je viša od 4 °C voće se suši i razvijaju se mikroorganizmi.

Podjela voća prema **podrijetlu**:

- **Kontinentalno voće** – voće koje uspijeva na području kontinentalne i umjerene klime

- **Južno voće** – voće koje uspijeva na području sredozemne, tropske i suptropske klime



Kontinentalno voće dijelimo na:

- Jabučasto
- Koštuničavo
- Jagodasto
- Bobičasto
- Jezgrasto ili lupinasto



Jabučasto voće

- Ima sitne zrnaste sjemenke u kožastom središtu
- jabuka, kruška, dunja, mušmula



Koštuničavo voće

- ima jednu sjemenku u tvrdoj koštici
- šljiva, breskva, marelica, trešnja, višnja



Jagodasto voće

- ima sjemenke u plodnom mesu
- sadrži dosta vode i lako se kvari
- jagoda, malina, kupina,
dud(murva)



Bobičasto voće

- grožđe, ribiz, ogrozd, borovnica, brusnica, ružin šipak (šipurak)



Jezgrasto (lupinasto) voće

- ima veliku energetska vrijednost jer sadrži velike količine masti
- orah, lješnjak, badem, kesten, kikiriki, mak



Južno voće sredozemne klime

- Uspijeva na području sredozemne (mediteranske) klime
- agrumi (citrusi), kivi, smokva, rogač, šipak, pinjol, oskoruša, maslina, kaki
- agrumi su naranča, mandarina, limun, grejpfrut, kumkvat, limeta, pomelo



Južno voće tropske i suptropske klime

- Uspijeva na području tropske i suptropske klime
- banana, ananas, datulja, kokosov orah, avokado, mango, papaja, liči, itd.



Pitanja:

Što je voće?

Kakav je kemijski sastav voća?

Kolika je energetska vrijednost voća? Zašto?

Kako se voće ambalažira?

Kako dijelimo voće prema podrijetlu?

