



Những loại rau, quả như: me, chanh leo, sam, tằm bóp, tía tô,... ở Việt Nam mọc hoang ở yếm các khu vườn, ven đường và được xem như rau, quả dứa. Những chúng là những loại quả nhiệt đới nằm trên thốn giời sẵn lòng, bán với giá cực cao và được xem như 'thốn dứa c'.

Loại quả dứa ở Việt Nam được thốn giời tôn vinh

Me là loài cây bán dứa, mọc phổ biến ở Việt Nam. Nhiệt đới coi chúng là một thốn quả bình thốn, dùng để ăn với.

Những ở Trung Quốc và nhiệt đới khác trên thốn giời, cây me có một vị trí được biệt quan trọng, nằm trong danh sách bảo vệ của quốc gia như những tác động từ "tổ chức dứa nhiệt đới" mà nó mang lại. Theo ghi chép, me không chỉ là món ăn ngon, mà có thể dùng để chữa bệnh ruột thừa ruột thừa. Bột và thốn me có thể làm món súp nóng dùng để chữa bệnh cúm như theo cách chữa bệnh của truyền thống nhiệt đới.

Trung Quốc, Việt Nam coi là "dứa cứt giá", Việt Nam chỉ là thốn quả bình dân

Ở Việt Nam, chanh leo (chanh dây) chỉ là thốn quả bình dân. Tuy nhiên, ở Trung Quốc, Việt Nam và nhiệt đới khác, nó được mệnh danh là "dứa cứt giá" trong các loại trái cây, được sẵn lòng và tìm kiếm. Một nghiên cứu đăng tải trên Hàng Châu Nhật báo cho hay, một quả chanh leo có giá trị dinh dưỡng với 10 quả táo.

Nghiên cứu cho thấy trái cây này có tác động giời được, giúp dễ dàng đi vào giấc ngủ, ngon ngon và sâu hơn. Chanh leo cũng giàu axit amin cần thiết cho nhu cầu của con người. Đây

cũng dúi c xem là th c ph m có tác d ng h huy t áp t nhiên hi u qu , an th n, gi m m t ng , th i d c và ch a tr các b nh v tiêu hóa, b nh trĩ vô cùng k d u.

Qu d i t m bóp sang Nh t B n bán 700.000 đ ng/kg

Việt Nam, qu t m bóp dúi c xem nh là m t qu d i, m c lan p kh p các ru ng lúa v vùng nông thôn. Nh ng Nh t B n, đây là m t th qu khá đ t. Tính theo giá thành ghi trên bao bì, 1kg qu t m bóp có giá bán lên t i 700.000 đ ng, th m chí còn đ t đ h n giá c a nhi u lo i hoa qu nh p kh u v Việt Nam nh cherry M , h ng California, m n M ,... Qu t m bóp t i Nh t th ng đ c ng i dân mua v ăn ho c n u canh.



Theo các nhà khoa học, tằm bóp có mọt s d c tính t t. n Đ, ng i ta s d ng toàn thân cây tằm bóp làm thuốc i ti u. Nó còn có tác d ng trong d u tr b nh đái tháo đ ng.

Cây làm thuốc ăn cho gia súc Việt Nam dùi giá Nh t

Nhi u ng i t ra r t ng c nhiên khi bi t cây bèo c bình - lo i cây m c "b t ngàn" c các ru ng, ao t i Việt Nam l i d c bán v i giá khá đ t đ t i Nh t B n. C th, t i m t khu bán cây, hoa Nh t, có m t thùng bèo đ c bày bán v i giá 80 yên Nh t/cây, t ng đ ng kho ng 16.000 đ ng m t cây.

Theo tìm hi u, cây bèo tây t ng "vô d ng" nh ng l i có r t nhi u công d ng hay nh đ p v t th ng, m n nh t r t t, h t m ng m, tránh s ng t y, ch ng viêm khá hi u qu. Ngoài ra, có th dùng bèo tây đ c n c. V i nh ng công d ng này, bèo tây khá "hot" Nh t B n. Nh ng Việt Nam, nó ít đ c "tr ng d ng" mà ch dùng làm thuốc ăn cho v t nuôi.

Bán sang Nh t, rau tía tô có giá 500-700 đ ng/lá

Tía tô là lo i rau đ c tr ng ph bi n Việt Nam và có giá r t r. Nhi u ng i ng ngàng khi bi t tía tô xu t kh u sang Nh t v i giá cao ng t ng ng, t 500-700 đ ng/lá.

Tía tô cũng là m t lo i thuốc ch a b nh và phòng b nh theo y h c c truy n. T thân lá, cành đ n h t c a tía tô đ u có th s d ng làm thuốc.

"Th n d c" rau sam đ c nhi u n c sẵn lòng

Dù đ c g i là rau, nh ng Việt Nam, ng i ta th ng ch coi cây sam nh là rau d i, m c đ y

Trong vôn, ven đng, b ru ng và ch dùng nh m t lo i rau ăn lá r t h n ch , th m chí i nhi u n i còn dùng làm th c ăn cho bò.

Tuy nhiên, i nhi u n c trên th giới, ng i ta đang "săn lùng" lo i rau nh bé này b i nh ng công đ ng k đ i u đ n không ng . i nhi u n c châu Âu, rau sam đ c dùng trong các món ăn khá ph bi n, ng i Hà Lan dùng rau sam làm d a chua, ng i Pháp cũng r t thích rau sam và ch bi n thành nhi u món ăn đ c bi t. Ho c M có món rau sam tr n đ u gi m... Ng i Trung Hoa x a g i rau sam là "rau tr ng th ".

Theo nghiên c u c a các nhà khoa h c M và Úc, trong rau sam có ch a nhi u axit béo omega-3 h n các lo i rau ăn lá khác. Đây cũng là lo i rau ch a nhi u lo i vitamin cũng nh các ch t khoáng dinh đ ng nh magiê, canxi, kali và s t.

Rau đ n đ c th giới ca ng i, i Việt Nam là rau bình dân

Rau đ n c m và đ n đ i Việt Nam tr ng r t ph bi n, đ c bán v i giá r t r và ch đ c coi là th rau dân dã. Tuy nhiên, lo i rau này r t đ c th giới a chu ng, nh t là vùng Trung Qu c, n Đ và Hy L p. Nó đ c th giới ca ng i là lo i rau tr ng th b i công đ ng đ ng đ u b ng các nhóm rau.

Rau đ n ch a nhi u vitamin và khoáng ch t h n so v i các lo i rau khác. Đ ng th i nó cũng ch a ch t đ m, ch t x và n c. Ho t ch t sinh h c trong đ n đ c có th ng n các b nh m n tính, b nh ác tính và các b nh làm gi m tu i th c a con ng i.

T i Nigeria, rau đ n c m đ c bào ch thành đ ch truy n vào máu đ thanh l c máu. M t s trung tâm nghiên c u trên th giới còn bào ch rau đ n c m thành lo i em b i đ i u tr viêm nhi m m t, thu c đ ng kinh và thu c ch ng co gi t.

Hình Nguyên

Nguồn: Báo VietNamNet/(Tổng hợp)