**20.10. – Svjetski dan jabuka**

* Dan jabuka obilježava se od 1990. godine
* jabuka je prozvana kraljicom voća
* najkompletnije je voće u ljudskoj prehrani jer sadrži gotovo sve što ljudski organizam treba
* puna je vitamina i minerala
* može se jesti ujutro, po danu i navečer
* preporuča se svaki dan pojesti po jednu jabuku

**Koristi od jabuke**

* korisna je za zdrav san
* grlobolju
* protiv prehlade
* opekline
* pretilost
* očuvanje zubi
* svjež dah

**Na koje načine možemo jesti jabuke?**

Jabuku možemo jesti svježu, sušiti, jesti u kolačima, kompotu, piti u soku od jabuka, prerađivati u pekmez, džem, žele; jabučni ocat je jako zdrav.

**Jeste li znali?**

* jabuka pripada porodici ruža
* jabuka se bere uglavnom ručno
* jabuka u vreći krumpira sprječava klijanje
* New York se naziva još i The Big Aplle
* od drveta jabuke izrađuju se "čarobni štapići"
* drvo jabuke može rađati i do 100 godina
* najveća ikad ubrana jabuka na svijetu bila je teška 1,5 kg
* danas ima preko 8000 sorti jabuka
* jabuka čisti zube
* najspominjanije voće u literaturi
* podcijenjeno, dragocjeno voće

**Uzrečice o jabukama:**

* Jedna jabuka na dan tjera doktora iz kuće van.
* Pojedi jabuku prije spavanja i doktor će kruha prositi.
* Jabuka ne pada daleko od stabla.
* Rumen kao jabuka.
* Zdrava kao jabuka.
* Ako želiš jabuku, moraš protresti drvo.
* Lijepa jabuka ponekad skriva crva.
* Crv ne čini jabuku.

