



Granatäpplets gåt**a**.



Du studerar dess utseende. Du sätter kniven i den och delar den på mitten. Du kör försiktigt ner skeden tills det spritter till och bara säger **POFF!**

Hur granatäpplet fick sitt namn ter sig ganska självklart. Och det är helt rätt. Fast precis tvärtom.

Granatäpplet har fått sitt namn av det latinska ordet granatus, som betyder kärna. Därefter lär granatäpplet i sin tur ha gett namn åt den mindre populära granaten som används i krig.

Granatäpplen växer på träd som kan bli upp till åtta meter höga. Ursprungligen kommer trädet från Asien för att numera finnas runt hela Medelhavet.

Granatäpplet är en läckerbit som faller de flesta i smaken. Det är en riktig hälsobomb, rik på såväl C-vitamin som folsyra och antioxidanter, som stärker ditt immunförsvar och hjälper till att hålla dig frisk. Det gör granatäpplet väldigt värt att äta, även om det kan vara en utmaning.

PS! Granatäpple kan även köpas som juice.

Oemotståndligt gott recept!

Ingredienser

2 dl granatäppeljuice

100 g jordgubbar

½ banan

Mixa. Klart!

