

# Hrozno bílé

**Latinský název:** Vitis vinifera

**Popis:** Bílé hrozny jsou odvozeny z červeného hroznu evolucí. Hroznové víno patří k našemu nejzdravějšímu sezonnímu ovoci.

**Konzumace:** Celý plod.

**Využití plodů:** Mohou být jedeny čerstvé nebo použity pro výrobu hroznových šťáv, želé, vín a olejů.



**Léčivé účinky:** Hrozny obsahují asi 80% vody, hroznový cukr, důležité minerály, bílkoviny, ovocné kyseliny, vitamíny skupiny B a vitamín C. Hroznové víno posiluje imunitní systém, pomáhají při únavě, stresu a vyčerpanosti. Slupky hroznů obsahují vlákninu, která zlepšuje činnost ledvin a tvorbu červených krvinek. Hroznový cukr (fruktóza) proniká rychle do krve, a tím nám dodává dostatek energie.

**Původ:** Egypt

