**10 самых больших фруктов и овощей в мире**

Фрукты и овощи занимают важную часть в рационе питания человека. Это продукты, богатые микро- и макроэлементами, витаминами, и просто очень вкусная часть нашего ежедневного рациона. Многие люди задаются целью вырастить самый большой овощ или фрукт. Они достигают своих целей, соревнуясь на ежегодных соревнованиях. Некоторые экземпляры каждый год становятся новыми рекордсменами, а какие-то овощи и фрукты лишь раз в несколько десятилетий становятся «самыми большими» в мире. Сегодня мы представим вам список самых больших овощей и фруктов в мире.

**1.Арбуз**

Все люди с нетерпением ждут лета, чтобы поесть эти сладкие водянистые произведения искусства. И как это обычно бывает с арбузами, не успеешь оглянуться- он уже съеден. А ведь всегда хочется, чтобы он был как можно больше. В 2012 году Габриэла Бартоли исполнила мечту миллионов и вырастила арбуз весом примерно 139кг! Содружество Большой Тыквы, которое проводило этот фестиваль, немедленно присудило итальянке приз за самый большой выращенный арбуз в мире. Но следующий рекорд не заставил себя долго ждать. Уже в 2013 году американец Крис Кент представил Содружеству Большой Тыквы своё произведение садоводства весом почти в 159 кг! С таким конкурсантом априори уже никто не мог сравниться, и Крис получил приз за самый большой арбуз в мире. Обычный бухгалтер из штата Теннеси шёл к этому рекорду три года. Свою прошлую награду на этом фестивале он получил в 2010 году. И эти три года не прошли даром. С тех пор прошло 7 лет, а новых претендентов на роль самого большого арбуза в мире всё ещё нет.

<https://www.peoples.ru/champions/chris_kent/>

**2.Джекфрут**

Джекфрут или, как его ещё называют, хлеб для бедняков- является самым огромным фруктом в мире. Он может достигать длиной 110 см а весом до 34 кг! Этот гигант произрастает в естественных условиях без «супер добавок» в Южной Индии, на Шри-Ланке и в Таиланде. В Индонезии приготовленный джекфрут является национальным блюдом. А его древесину используют для строительства и изготовления мебели и музыкальных инструментов. Джекфрут называют «хлебом для бедняков» за его питательные свойства, и по содержанию крахмала эти приторно-сладкие плоды превосходят сам хлеб. Так же в пищу употребляют не только мякоть, но и семена джекфрута. Его семена имеют размер до 6 см и содержат углеводы, белки и жиры, являясь очень питательными.

[https://ru.wikipedia.org/wiki/Джекфрут](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B6%D0%B5%D0%BA%D1%84%D1%80%D1%83%D1%82)

**3.Самая тяжёлая капуста**

Фермерские ярмарки на Аляске всегда очень привлекательны благодаря своим экспонатам. А также очень часто именно ярмарки Аляски заявляют о новых рекордах для Книги рекордов Гиннеса. Так, например, постоянный участник фермерских фестивалей Скотт Робб так же постоянно побеждал во всяческих номинациях благодаря своему неутомимому труду и любви к фермерству. В 2012 году житель Аляски представил на фестивале поистине грандиозный экспонат. Капуста, весом почти 63 кг! Фермер оставил без комментариев свою победу, однако все думают, что Скотт решил занять собой все страницы книги рекордов. Комитет фермерских фестивалей Аляски ждёт от Скотта Робба новых гигантов, которые, несомненно, ещё будут.

<https://lenta.ru/news/2013/09/02/bob/>

**4.Грейпфрут размером с мяч**

Грейпфруты всем известны как очень витаминизированные и полезные фрукты. И,наверное, каждому хотелось бы, чтобы у него в саду росло грейпфрутовое дерево. Ведь как хорошо было бы на завтрак срывать грейпфрут, который сам вырастил. А как насчёт грейпфрута размером с мяч? Пара из штата Луизиана вырастила самый большой грейпфрут в мире. Этот гигант имеет вес 3,6кг, а в обхвате достигает 73см. Семейная пара вместе со своими внуками лишь наслаждались садоводством и развлекались, замеряя каждую неделю размеры чудо-фрукта. Но когда показатели уже перевалили рекордные, то семья обратилась к представителям Книги рекордов Гиннеса. Теперь официально подтверждено, что американский грейпфрут- самый большой в мире.

<https://joinfo.ua/inworld/1260747_Gigantskiy-greypfrut-viraschenniy-amerikanskoy.html>

**5.Огромная морковь**

Все любят морковь за её вкусовые качества и большое количество витамина А, который улучшает состояние кожи, зрение, а также борется со свободными радикалами в человеческом организме и отодвигает старость как можно дальше. До сих пор самой огромной морковью в мире считался экспонат с Аляски, выращенный Джоном Эвансом в 1998 году. Рекордсмен весил 8,5 кг, и до сих пор никто не мог побить этот рекорд. Но в 2017 году американец Кристофер вырастил просто огромную морковь весом в 10 кг! Она созревала 2 года до таких размеров. В чём же секрет такого гигантизма: правильный подход к выращиванию или всё-таки удача, Кристофер скрывает.

[https://fermer.blog/bok/ogorod/morkov/8218-samaja-bolshaja-morkov.html#](https://fermer.blog/bok/ogorod/morkov/8218-samaja-bolshaja-morkov.html)

**6.Гигантская тыква**

Если вы любите сказку о Золушке, то этот овощ точно вам понравится. А, учитывая, в каких размерах его сейчас выращивают, то из него получится не просто карета, а целый фургон на колёсах! Выращивать тыквы огромных размеров люди начали уже давно. Но что самое удивительное в этом соревновании- новый рекордсмен находится каждый год опережая соперника на несколько десятков а то и на сотню килограмм сразу! Многие фермеры-призёры бьют свой же рекорд уже через год или два. Но на данный моментсамой большой тыквой в мире является фермерское чудо Маттиаса Виллемайнса, которое весит 1190кг! Кто знает, возможно в ближайшем будущем Маттиас представит миру овощ ещё больших размеров.

<https://vseonauke.com/1066738702497089826/samaya-bolshaya-tykva-v-mire-rekordsmen-na-odin-god/>

**7.Самый большой лимон**

Лимоны- настоящий источник витамина С, продлевающего людям молодость, красоту и здоровье. Аарон Шемоэль, несомненно, знал об этом, когда выращивал самый большой в мире лимон на своей ферме. Длина этого цитрусового исполина составляет 35 см, окружность 74 см, а вес 5,3кг! Удивительнее может быть только то, что он вырос в паре с точно таким же лимоном. Житель Израиля занимался этим множество лет, прежде чем получить такой огромный результат. Но труды, несомненно, того стоили. Зафиксирован самый большой в мире лимон в Книге рекордов Гиннеса в 2003 году. Возможно в ближайшие годы мы увидим нового рекордсмена.

<https://zen.yandex.ru/media/id/5bddaa7a63d2ac00ab41f436/samyi-bolshoi-limon-v-mire-byl-vyrascen-v-izraile-5bddc8a04d228700ac44c5b3>

**8.Самый большой апельсин**

Хит-парад самых огромных фруктов и овощей продолжают снова цитрусовые. В этот раз самым огромным является апельсин. Который был выращен парой из США.Окружность чудо-фрукта составляла 63 см, а вес около 5 кг! Огромный апельсин был зарегистрирован в 2006 году. С тех пор этот рекорд ещё не был побит. Видимо, выращивать огромные цитрусовые сложнее, чем гигантскую тыкву. Зато вырастить апельсин, размером с голову взрослого человека, должно быть, очень захватывающе.

<https://guinness-records.net/samyj-bolshoj-apelsin-po-razmeram/>

**9.Самая большая клубника**

В отличие от тыкв и бахчевых, рекорды гигантизма среди клубники весьма редкое явление. До недавнего времени единственной самой большой клубникой в мире был экземпляр, выращенный в Великобритании весом в 231г. Зарегистрирован этот результат был в 1983 году. И только совсем недавно, в 2015 году, был побит этот рекорд. Японский фермер нашёл на своём огороде клубнику весом 250г! Удивлению и восторгу фермера не было предела, но теперь этот экземпляр является самым большим в мире. Может, ещё через несколько десятков лет миру предстанет клубника весом 500г.

<https://zen.yandex.ru/media/id/5dc92ce640e93148148a0f16/samaia-bolshaia-klubnika-vesila-0250-kg--5ea1651f7c1cd903b7687182>

**10.Сладкий картофель**

Завершает наш хит-парад самых больших фруктов и овощей самый большой в мире батат. Или, как его ещё называют, сладкий картофель. Этот интересный овощ повсеместно применяют в пищу, готовят из него самые разнообразные блюда. Самым большим картофелем в мире, зарегистрированным Книгой рекордов Гиннеса, стал экземпляр фермера Кхалила Семхата. Вес огромного батата составил 11,2кг. Но в 2004 году Мануэль Перес из Испании представил на фестивале экземпляр весом 37 кг! Это не просто самый большой сладкий картофель в мире, это самый большой сладкий картофель за всю историю. С тех пор Книга рекордов Гиннеса и весь мир ждёт новых экземпляров гигантского картофеля. Хотя, может, в ближайшие годы он и не появится.

<https://zen.yandex.ru/media/sadim_ogorod/gigantyrekordsmeny-10-samyh-bolshih-ovoscei-i-fruktov-v-istorii-5bc0ea4e782b5d00aed4fe64>