

## УВОД

Бресква (*Prunus persica*) је веома раширена воћка у свету (постоји око 2 500 сорти). Иако се, преведено с латинског, зове персијска шљива, бресква је, заправо, пореклом из Кине и сматра се да је у Европу донео Марко Поло. Користи се у сировом стању а погодна је и за прављење компота, сокова, џемова као и за сушење.

Бресква, једна од најпопуларнијих воћних врста у свету, је знатно заступљена у Европи, Северној и Јужној Америци, Аустралији, Африци и Азији, а гаји се у подручјима са умерено континенталном климом. Узгој брескви почео је пре 4000 година у Кини, где се назив "breskva" односио на младенку. Брескве су такође биле симбол бесмртности и дугог живота. Грчка и Персија почеле су с узгојем бресака 300 година пре Христа, док су Римљани пренели њен узгој на целу Европу. Сматра се да су је Шпанци пренели у Нови свет, где је средином 18. века, већ постала аутохтоном врстом. По свој прилици, гајење брескве у Кини претходи писаној историји. Европа је највећи произвођач брескве у свету. Потом долазе Северна Америка (Калифорнија) и Азија. Од европских држава, Италија је највећи произвођач брескве. На другом месту је Грчка, а затим Шпанија и Француска. У погледу производње брескве у Србији, по броју стабала бресква је на петом месту, са 4,27% укупне површине под овом воћном врстом, иза шљиве, јабуке, крушке и вишње. Бресква је сочан плод дрвета *Prunus persica*. Округлог је облика, црвенкасто-жуте боје, површине прекривене длачицама и својствене ароме. Узгојем се постигло да данас имамо много разних сорти брескви које се углавном деле на: каланке (са лако одвојивом коштицом), дуранције (са тешко одвојивом коштицом) и нектарине (breskve с вањском површином без длачица). Време дозревања овог воћа креће се од пролећа до краја лета.

### 1. ЕНЕРГЕТСКА И НУТРИТИВНА ВРЕДНОСТ

Ово сочно воће ниске је енергетске вредности од само 40-так кјал на 100 г. Садржи 87% воде, 11 % угљенхидрата и врло мале количине беланчевина и масти. Од витамина садржи највише бета-каротена и витамина Ц. Бета-каротен, црвено-наранџасти пигмент који се налази у воћу и поврћу, познат је још и као провитамин А (важан је као прекурсор витамина А). Бета-каротен има две улоге у организму: у случају потребе прелази у витамин А (ретинол), а уколико га у организму има довољно, делује као антиоксиданс. Прехрана богата воћем и поврћем опскрбљује организам са око 5-6 мг бета-каротена. Од минерала у брескви има највише калијума, фосфора, магнезијума и калцијума. Међу ретким је воћем које садржи селен. За разлику од брескве, њена сорта нектарина има мање витамина Ц, али више бета-каротена и већу калоријску вредност.

**----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE PREUZETI NA SAJTU. -----**

[www.maturskiradovi.net](http://www.maturskiradovi.net)

**МОЖЕТЕ НАС КОНТАКТИРАТИ НА E-MAIL: [maturskiradovi.net@gmail.com](mailto:maturskiradovi.net@gmail.com)**