

RAU QUẢ NGÀY Càng ÍT DINH DƯỠNG

Đây là kết luận của các nhà khoa học Mỹ sau khi khảo sát các dữ liệu tại Bộ Nông Nghiệp nước này. Theo nhà hoá sinh Donald Davis, so một vài thập niên trước đây thì rau quả hiện nay có tỷ lệ protein, canxi, photpho, sắt, và vitamin B2 thấp hơn

(Ảnh: Dân Trí)

Nguyên nhân của hiện tượng này, như các nhà khoa học giải thích, là do việc ứng dụng một số công nghệ cũng như kỹ thuật mới để tăng năng suất cây trồng.

Khi được kích thích để phát triển nhanh hơn thì các loại cây rau quả sẽ không có đủ thời gian để hình thành nhiều chất dinh dưỡng. Đây là quy luật tất yếu của tự nhiên. "Khi mà ở nước Mỹ người ta ngày càng tạo ra được nhiều giống rau quả to hơn trước thì đồng thời tỷ lệ vitamin và chất khoáng của chúng cũng ít đi", ông David cho biết.

Tuy hơi thất vọng về kết quả này nhưng các nhà khoa học vẫn khuyên chúng ta ăn nhiều rau và các loại hoa quả. Dù lượng chất khoáng trong rau quả hiện nay có giảm đi nhưng vai trò của chúng trong đời sống là không thể thay thế.