

## Qual a fruta mais popular do mundo?

A fruta mais popular do mundo é o tomate. É isso mesmo! O tomate é uma fruta e se destaca como a mais consumida e produzida do planeta. Anualmente, são mais de 60 milhões de toneladas de tomates produzidos no mundo.

Só para se ter uma ideia, a banana, segunda fruta mais popular do mundo, apresenta uma produção anual de 44 milhões de toneladas. Já a maçã, terceira mais popular, tem produção de 36 milhões de toneladas.

Os tomates foram cultivados pela primeira vez pelos Astecas e pelos Incas. Do México, a fruta foi enviada para a Europa por volta de 1556.

Hoje, os tomates são consumidos como legumes e utilizados em molhos e saladas. A fruta é rica em vitaminas A e C e [fibra](#), e são livres de colesterol. Além disso, a substância licopeno, encontrada nos tomates vermelhos, é comprovadamente benéfica contra o câncer.

O licopeno também é considerado o antioxidante mais poderoso da família dos carotenos. Os preços do tomate são mais baratos no período de julho a outubro.

Os principais tipos de tomate são: o Santa Cruz , o Caqui, a Cereja e a Saladinha.

**Fonte:** [SiteDeCuriosidades.com](http://SiteDeCuriosidades.com)

