



Terungkap, Manfaat Jambu Monyet / Jambu Mede yang Tersembunyi

Jambu monyet atau **jambu mede** (*Anacardium occidentale*) adalah sejenis tanaman dari suku *Anacardiaceae* yang berasal dari Brasil dan memiliki “buah” yang dapat dimakan. Inilah Manfaat Jambu Monyet Jambu Mede. Jambu monyet atau jambu mede memiliki kulit luar yang tipis, dengan memiliki warna kuning hingga merah. Buah ini sebenarnya adalah merupakan dasar bunga yang mengembang setelah terjadi pembuahan.

Yang lebih terkenal dari jambu mede adalah **kacang mede**, **kacang mete** atau **kacang mente**; bijinya yang biasa dikeringkan dan digoreng untuk dijadikan berbagai macam panganan. Secara botani, tumbuhan ini sama sekali bukan anggota jambu-jambuan (*Myrtaceae*) maupun kacang-kacangan (*Fabaceae*), melainkan malah lebih dekat kekerabatannya dengan mangga (suku *Anacardiaceae*).

Inilah Manfaat Jambu Monyet Jambu Mede

Tanaman ini dikembangkan terutama untuk dipungut buah sejatinya. Yang dikenal umum sebagai “buah”, yakni bagian lunak yang membengkak berwarna kuning atau merah, sesungguhnya adalah dasar bunga (*receptaculum*) yang mengembang setelah terjadinya pembuahan. Buah sesungguhnya adalah bagian “monyet”nya yang keras, coklat kehitaman berisi biji yang dapat diolah menjadi makanan; yakni kacang mete yang lezat.



Secara tradisional kacang ini biasanya digoreng sebagai nyamikan teman minum teh atau kopi; sedangkan secara modern kini umum dijumpai sebagai pengisi dan penghias panganan semacam coklat dan kue-kuean. Buah yang sebenarnya adalah yang kita kenal sebagai kacang mede. Rasa jambu monyet cenderung sepat dan asem dan kering di



Terungkap, Manfaat Jambu Monyet / Jambu Mede yang Tersembunyi

tenggorokan.

Kaya akan vitamin C

Namun demikian buah ini memiliki manfaat bagi kesehatan karena kandungannya kaya akan vitamin C dan juga tanin. Kandungan vitamin C lima kali lebih banyak daripada jeruk yang berperan sebagai antioksidan dapat membantu menjaga daya tahan tubuh serta mempercepat penyembuhan saat flu.

Baca Juga:

- [**Inilah Buah Pantangan Diet Menurunkan Berat Badan**](#)
- [**Manfaat Minum Jus Alpukat, Super Sekali**](#)

Daun-daun muda jambu monyet disukai sebagai lalap, mentah atau dimasak. Daun yang tua dimanfaatkan sebagai obat penyakit kulit, untuk mengatasi ruam-ruam pada kulit. Semua bagian pohonnya juga dapat dimanfaatkan dalam ramuan obat tradisional, terutama untuk menyembuhkan sakit kulit; untuk pembersih mulut; dan untuk obat pencahar(purgativa).

Itulah Manfaat Jambu Monyet Jambu Mede, Semoga Bermanfaat.