



Chuối xiêm đen hay còn gọi là chuối xiêm là loại chuối rất quen thuộc với tất cả mọi người từ mọi lứa tuổi khác nhau. Chuối xiêm đen được truyền lại là một trong các đặc sản của vùng đất miền Tây Nam Bộ đặc biệt là Mỹ Tho, Tiền Giang và các tỉnh gần lân cận. Chuối xiêm được dịch tiếng anh với tên gọi là Pisang Awak black.

Các vùng trồng được chuối xiêm thường là các vùng đất rất màu mỡ do phù sa bồi đắp nên chuối xiêm đen luôn có sự tươi xanh tốt lành. Chuối xiêm đen nghe cái tên có vẻ khá là đen tối nhưng thực chất chúng không đen đến vậy.

Chuối xiêm đen được biết đến là thực phẩm vô cùng tốt vì chứa nhiều chất dinh dưỡng có lợi cho sức khỏe chúng ta. Một quả chuối trung bình tầm 100gram sẽ chứa 89 calo và 75% nước, 1,1 gram protein, 22,8 gram carbohydrate, 12,2 gram đường và 2,6 gram chất xơ, chất béo là 0,3 gram.

Xem thêm tại: <https://topcargo.vn/chuoi-xiem-den/>