

# Três frutas brasileiras aparecem em ranking das 100 melhores do mundo; veja quais

Category: BRASIL, ENTRETENIMENTO, GERAL, MUNDO

escrito por Guilherme Paixão | 29 de abril de 2026



Três frutas brasileiras aparecem no ranking atual de 100 melhores do mundo do TasteAtlas, portal considerado uma enciclopédia gastronômica dos EUA: a jaboticaba, o açaí e o guaraná.

A jaboticaba, que chegou a ficar em segundo lugar no ranking em 2023 e apareceu na décima posição no ano passado, agora está em 18º lugar. A fruta de tom roxo escuro, com polpa doce e saborosa, é uma favorita dos usuários do TasteAtlas.

Atualmente, a jaboticaba possui 4,3 estrelas (de 5) no site, uma nota baseada na avaliação dos usuários. A primeira colocada do ranking é a polonesa truskawka kaszubska, um tipo de morango, que tem 4,7 estrelas (veja abaixo as cinco melhores frutas do ranking).

**Já o açaí aparece em 40º lugar (4,1 estrelas) e o guaraná em 79º (3,9).**

## **O que torna a jaboticaba tão especial?**

Apesar de a polpa ser a parte mais doce da jaboticaba, a riqueza nutricional da fruta está na casca. Abaixo, confira os

principais benefícios da fruta:

A casca da jabuticaba é rica em antioxidantes;

Tem vitaminas C e do complexo B;

Contém minerais como o ferro, o magnésio e o potássio;

É fonte de pectina, uma fibra que auxilia as “bactérias do bem” do intestino.

A fruta reforça ainda o sistema imunológico, diminui o risco do diabetes tipo 2 e reduz o colesterol, por ter alta capacidade antioxidante, segundo a pesquisadora da Embrapa Ana Carolina Chaves.

Além disso, os antioxidantes da jabuticaba protegem o organismo dos radicais livres, que podem provocar doenças.

Para conseguir os benefícios para a saúde, segundo a pesquisadora, a dica é consumir dez jabuticabas por dia (com a casca).

Conheça as cinco melhores frutas no ranking da TasteAtlas:

## **1º Truskawka kaszubska (4,7 estrelas)**

Ele se destaca pelo alto teor de açúcar, com sabor doce, aromático e bem equilibrado, segundo o TasteAtlas.

Devido a essa característica, a fruta costuma ser usada no preparo de doces e bolos.

Mesmo tendo origem na China, essa fruta doce e com aroma forte se tornou uma das mais populares da Grécia. Isso porque, segundo o TasteAtlas, o clima e o solo locais favorecem o seu cultivo.

Atualmente, os “pêssegos” gregos também são vendidos em mercados da Europa e do Oriente Médio, especialmente, entre os meses de maio e outubro.

### **3º Melocotón de Calanda (4,5 estrelas)**

Os pêsegos Melocotón de Calanda, da Comunidade Autónoma de Aragão, na Espanha, aparecem na terceira posição e são considerados únicos devido ao tamanho grande, doçura e sabor, segundo o TasteAtlas.

Eles são cultivados na região espanhola desde o século 19 e colhidos no ponto correto de maturação, garantindo o sabor e a textura ideal para consumo.

Com um diâmetro mínimo de 73 mm, os Melocotón de Calanda são maiores do que os pêsegos de outros locais, aponta o TasteAtlas, e não podem apresentar nenhuma imperfeição visual.

### **4º Mandarinini chiou (4,5 estrelas)**

A quarta fruta da lista é a mandarinini chiou (tangerina de Quios, na tradução livre do grego para o português). Quios é a ilha na Grécia na qual essa fruta é tradicionalmente cultivada.

A tangerina de Quios é conhecida por ser uma das mais aromáticas do mundo, segundo o TasteAtlas.

O cheiro é tão marcante que fez com que a ilha ganhasse o apelido de “Myrovolos” – a ilha perfumada, segundo a publicação.

A fruta também se destaca por ser muito doce, o que é atribuído ao clima quente e as propriedades do solo.

### **5º Citrinos do Algarve (4,5 estrelas)**

Segundo o TasteAtlas, as laranjas, tangerinas, toranjas, limas e limões produzidas na região do Algarve, em Portugal, compartilham uma casca fina, cores intensamente vivas e elevado teor de sumo.

Eles podem ser consumidos após as refeições ou como aperitivo, mas também são utilizados na preparação de sucos, sobremesas, licores e compotas.

O site ainda destaca que as árvores de Natal na região portuguesa são decoradas com citrinos desde os tempos antigos, demonstrando a importância deste produto para a região.

Fonte: gl e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso  
28/04/2026/14:48:22

*O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:*

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

*Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: [folhadoprogreso.jornal@gmail.com](mailto:folhadoprogreso.jornal@gmail.com).*

**Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404](#)**

**6835– (93) 98117 7649.**

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

*Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](tel:-93-984046835) (Claro)  
-Site: [www.folhadoprogresso.com.br](http://www.folhadoprogresso.com.br) e-mail: [folhadoprogresso.jornal@gmail.com](mailto:folhadoprogresso.jornal@gmail.com)/ou e-mail: [adeciopiran.blog@gmail.com](mailto:adeciopiran.blog@gmail.com)*

[História e Tradições do Botafogo de Futebol e Regatas](#)