

विश्व के सभी देशों के राष्ट्रीय फलों की सूची

[S samanyagyan.com/hindi/gk-national-fruits-of-all-countries](http://samanyagyan.com/hindi/gk-national-fruits-of-all-countries)

फल किसे कहते हैं?

वनस्पतियों, वृक्षों आदि में विशिष्ट ऋतुओं में लगने वाला वह प्रसिद्ध अंग जो उनमें फूल आने के बाद लगता है, जो प्रायः खाया जाता है तथा जिसके अंदर प्रायः उस वनस्पति या वृक्ष के बीज और कुछ अवस्थाओं में गूदा और रस भी होता है। निषेचित, परिवर्तित एवं परिपक्व अंडाशय को फल कहते हैं। फल का निर्माण फूल के द्वारा होता है। फल का निर्माण फूल का स्त्री जननकोष अंडाशय निषेचन की प्रक्रिया द्वारा रूपान्तरित होकर करता है। कई पादप प्रजातियों में, फल के अंतर्गत पक्व अंडाशय के अतिरिक्त आसपास के ऊतक भी आते हैं। फल वह माध्यम है जिसके द्वारा पुष्पीय पादप अपने बीजों का प्रसार करते हैं, हालांकि सभी बीज फलों से नहीं आते हैं।

फल विश्व का सबसे स्वादिष्ट भोजन हैं। फल ऐसा भोजन हैं जिन्हें खाया भी जाता है और रस निकाल कर पिया भी जाता है। अनेक प्रकार के नमकीन व मीठे व्यंजनों में फलों का प्रयोग होता है। कहीं स्वाद के लिए कहीं रंग लाने के लिए तो कहीं सुगंध के लिए। फलों में किसी भी प्रकार के हानिकारक कार्बन या कैलोरी नहीं होती। फल **विटामिन**, रेशों और खनिज के सर्वश्रेष्ठ स्रोत हैं। फलों में 80 प्रतिशत पानी पाया जाता है जो मानव शरीर के पानी के अनुपात के लगभग बराबर है।

भारत का राष्ट्रीय फल (National fruit of India):

एक गूदेदार फल, जिसे पकाकर खाया जाता है या कच्चा होने पर इसे अचार आदि में इस्तेमाल किया जाता है, यह मेगनीफेरा इंडिका का फल अर्थात् आम है जो उष्ण कटिबंधी हिस्से का सबसे अधिक महत्वपूर्ण और व्यापक रूप से उगाया जाने वाला फल है। इसका रसदार फल विटामिन ए, सी तथा डी का एक समृद्ध स्रोत है। भारत में विभिन्न आकारों, मापों और रंगों के आमों की 100 से अधिक किस्में पाई जाती हैं। आम को अनंत समय से भारत में उगाया जाता रहा है। कवि कालीदास ने इसकी प्रशंसा में गीत लिखे हैं। अलेक्जेंडर ने इसका स्वाद चखा है और साथ ही चीनी धर्मयात्री व्हेन सांग ने भी। मुगल बादशाह अकबर ने बिहार के दरभंगा में 1,00,000 से अधिक आम के पौधे रोपे थे, जिसे अब लाखी बाग के नाम से जाना जाता है।

विश्व भर में बसे विविध पृष्ठभूमियों के भारतीय इन **राष्ट्रीय प्रतीकों** पर गर्व करते हैं क्योंकि वे प्रत्येक भारतीय के हृदय में गौरव और देश भक्ति की भावना का संचार करते हैं।

भारत एवं विश्व के राष्ट्रीय फलों की सूची:

देश	साधारण नाम	वैज्ञानिक नाम
<u>अफ़ग़ानिस्तान</u>	आडू	पूनस पर्सिका
आडू या सतालू का उत्पत्ति स्थान चीन है। कुछ वैज्ञानिकों का मत है कि यह ईरान में उत्पन्न हुआ। यह पर्णपाती वृक्ष है।		

<u>आर्मीनिया</u>	ख़ुबानी	प्रूनस आर्मीनिया
	<p>ख़ुबानी एक गुठलीदार फल है। वनस्पति-विज्ञान के नज़रिए से ख़ुबानी, आलू बुख़ारा और आडू तीनों एक ही “प्रूनस” नाम के वनस्पति परिवार के फल हैं। उत्तर भारत और पाकिस्तान में यह बहुत ही महत्वपूर्ण फल समझा जाता है। विश्व में सबसे ज़्यादा ख़ुबानी तुर्की में उगाई जाती है।</p>	
<u>ऑस्ट्रेलिया</u>	रास्पबेरी	सियाजियम ल्युमैनी (Syzygium luehmannii)
	<p>स्पबेरी लाल रंग का रसदार फल होता है, जो गुलाब परिवार से संबंधित है। रास्पबेरी को रसभरी भी कहा जाता है। यह फल कई रंगों में पाया जाता है जैसे – लाल, काले व बैंगनी। यह बहुत ही स्वादिष्ट फल होता है। इसमें भरपूर मात्रा में विटामिन-सी और अन्य जरूरी पोषक तत्व मौजूद होते हैं। 2018 में रास्पबेरी का विश्व उत्पादन 870,209 टन था, जिसका नेतृत्व रूस कुल विश्व के 19% के साथ कर रहा था।</p>	
<u>ऑस्ट्रिया</u>	सेब	मालुस डोमेस्टिका
	<p>सेब का रंग लाल या हरा होता है। वैज्ञानिक भाषा में इसे मेलस डोमेस्टिका (Melus domestica) कहते हैं। इसका मुख्यतः स्थान मध्य एशिया है। इसके अलावा बाद में यह यूरोप में भी उगाया जाने लगा। यह हजारों वर्षों से एशिया और यूरोप में उगाया जाता रहा है। इसे एशिया और यूरोप से उत्तरी अमेरिका बेचा जाता है। इसका ग्रीक और यूरोप में धार्मिक महत्व है। विश्व में सेब की 7,500 से अधिक जात किस्में हैं</p>	
<u>आज़रबाइजान</u>	अनार	प्यूनिका ग्रेनेटम (Punica granatum)
	<p>अनार दुनिया के गर्म प्रदेशों में पाया जाता है। स्वास्थ्य की दृष्टि से यह एक महत्वपूर्ण फल है। भारत में अनार के पेड़ अधिकतर महाराष्ट्र, राजस्थान, उत्तर प्रदेश, हरियाणा, आंध्र प्रदेश, कर्नाटक, तमिलनाडु और गुजरात में पाए जाते हैं। सबसे पहले अनार के बारे में रोमन भाषियों ने पता लगाया था। रोम के निवासी अनार को ज़्यादा बीज वाला सेब कहते थे।</p>	
<u>बांग्लादेश</u>	कटहल	आर्टोकार्पस हेद्रोफिलस

कटहल या फनस का वृक्ष शाखायुक्त, सपुष्पक तथा बहुवर्षीय वृक्ष है। यह दक्षिण तथा दक्षिण-पूर्व एशिया का मूल-निवासी है। पेड़ पर होने वाले फलों में इसका फल विश्व में सबसे बड़ा होता है। फल के बाहरी सतह पर छोटे-छोटे काँटे पाए जाते हैं। इस प्रकार के संग्रन्थित फल को सोरोसिस कहते हैं।

कंबोडिया

चाक पोंग मूण

मूसा एरोमैटिक

कंबोडिया का राष्ट्रीय फल चिकन अंडे केला है। केला को सबसे मूल्यवान पौधों के बीच कंबोडिया का राष्ट्रीय फल माना जाता है और यह ताड़ के पेड़ और रुमडॉल फूल के समान समाज को कई लाभ प्रदान करता है। चीक पोंग मोइन को खमेर भाषा में कहा जाता है, और वैज्ञानिक का नाम अंग्रेजी में मूसा एरोमैटिक और चिकन एग केला है।

कनाडा

कोई नहीं

मध्य अफ्रीकी गणराज्य

केला

मूसा एक्युमिनाटा, मूसा बेलबिसियाना, मूसा पैरादिसिया

मूसा जाति के घासदार पौधे और उनके द्वारा उत्पादित फल को आम तौर पर केला कहा जाता है। मूल रूप से ये दक्षिण पूर्व एशिया के उष्णदेशीय क्षेत्र के हैं और संभवतः पपुआ न्यू गिनी में इन्हें सबसे पहले उपजाया गया था। आज, उनकी खेती सम्पूर्ण उष्णकटिबंधीय क्षेत्रों में की जाती है। केले का सर्वप्रथम प्रमाण 4000 साल पहले मलेशिया में मिला था। केला खाने के संदर्भ में युगांडा पहले स्थान पर है जहां प्रति व्यक्ति 1 साल में लगभग 225 खेले खा जाते हैं।

चीन

फजी किवी फ्रूट

एक्टिनिडिया डेलिसिओसा

कीवी (वैज्ञानिक नाम- एक्टिनीडिया डेलिसिओसा) देखने में हल्का भूरा, रोएदार व आयताकार, रूप में चीकू फल की तरह का फल होता है। इसमें विटामिन सी भरपूर मात्रा में पाया जाता है। कीवी एक विशेष प्रकार का स्वादिष्ट फल होता है। कीवी अपने सुंदर रंग के लिए लोगों में अधिक पसंद किया जा रहा है। कीवी में विटामिन सी, विटामिन ड, विटामिन के और प्रचुर मात्रा में पोटैशियम, फोलेट होते हैं।

बेर (Jujube)

ज़िज़िफस ज़िज़िफस

बेर एक प्रकार का फल है। कच्चे बेर के फल हरे रंग के होते हैं। पकने पर थोड़ा लाल या लाल-हरे रंग के हो जाते हैं। बेर एक ऐसा फलदार पेड़ है जो कि एक बार पूरक सिंचाई से स्थापित होने के पश्चात वर्षा के पानी पर निर्भर रहकर भी फलोत्पादन कर सकता है। यह एक बहुवर्षीय व बहुउपयोगी फलदार पेड़ है जिसमें फलों के अतिरिक्त पेड़ के अन्य भागों का भी आर्थिक महत्व है।

कोलम्बिया

बोरोजो (Borojó)

एलिबर्टिया पेटिनोइ

एलिबर्टिया पेटिनोइ जिसे आमतौर पर बोरोजो के रूप में जाना जाता है। यह एक खाने योग्य फल है। यह कोलंबिया के उत्तर-पश्चिमी क्षेत्र में चोको विभाग में और इक्वाडोर के एस्मेराल्डास प्रांत में उच्च आर्द्रता और तापमान वाले क्षेत्रों में बढ़ता है। बोरोजो एक एम्बर शब्द है जिसका अर्थ है: बोरो = सिर, जो = फल – सिर के आकार का फल, या गोल, गोलाकार फल।

क्युबा

पासिफ्लोरा मोलिसिमा

पासिफ्लोरा मोलिसिमा को कुरुबा या क्युबा के नाम से भी जाना जाता है, यह दक्षिण अमेरिका में पाई जाने वाली लगभग 64 पासिफ्लोरा प्रजातियों का एक समूह है। इस खंड की अधिकांश प्रजातियाँ उच्च ऊंचाई वाले क्लाउड फॉरेस्ट आवासों में पाई जाती हैं। फूलों में एक बेलनाकार हाइपेंथियम होता है।

क्यूबा

मैमी

पटरिया सपोटा (Pouteria sapota)

पेट्रोडिया सपोटा, मैमी सपोटा, क्यूबा और मध्य अमेरिका के मूल निवासी पेड़ की एक प्रजाति है, जो स्वाभाविक रूप से दक्षिणी क्यूबा से दक्षिणी कोस्टा रिका, प्लस मैक्सिको तक है। आज, न केवल क्यूबा में, बल्कि मध्य अमेरिका, कैरिबियन और दक्षिण फ्लोरिडा में भी इसके फल के लिए पेड़ की खेती की जाती है, जो आमतौर पर कई लैटिन अमेरिकी देशों में ख़ाया जाता है। Mamey संयुक्त राज्य भर में कई लैटिन अमेरिकी समुदायों में पाया जा सकता है, जहां इसे अन्य खाद्य पदार्थों के बीच मिल्कशेक और आइसक्रीम में बनाया जाता है।

फ़्रांस

नेक्टराइन (Nectarine)

पूनस पर्सिका (Prunus persica var. nucipersica)

आड़ू एक पर्णपाती पेड़ है जो कि तरिम बेसिन और कुनलुन पर्वत के उत्तरी ढलानों के बीच उत्तर पश्चिमी चीन के क्षेत्र उगाया जाता है, जहाँ पहले इसकी खेती की जाती थी। यह विभिन्न विशेषताओं के साथ खाद्य रसदार फलों की तरह ही होता है, जिन्हें पीच और अन्य (ग्लॉसी-स्किन वाली किस्में), नेकटाइन कहा जाता है। 2018 में, चीन ने दुनिया के 62% आड़ू और अमृत का उत्पादन किया।

जर्मनी

सेब

मालुस डोमेस्टिका

सेब का रंग लाल या हरा होता है। वैज्ञानिक भाषा में इसे मेलस डोमेस्टिका (*Melus domestica*) कहते हैं। इसका मुख्यतः स्थान मध्य एशिया है। इसके अलावा बाद में यह यूरोप में भी उगाया जाने लगा। यह हजारों वर्षों से एशिया और यूरोप में उगाया जाता रहा है। इसे एशिया और यूरोप से उत्तरी अमेरिका बेचा जाता है। इसका ग्रीक और यूरोप में धार्मिक महत्व है। विश्व में सेब की 7,500 से अधिक जात किस्में हैं

हैती (Haiti)

आम

मंगीफेरा इंडिका

आम एक प्रकार का रसीला फल होता है। इसे भारत में फलों का राजा भी बोलते हैं। इसकी मूल प्रजाति को भारतीय आम कहते हैं, जिसका वैज्ञानिक नाम मंगीफेरा इंडिका है। आमों की प्रजाति को मंगीफेरा कहा जाता है। इस फल की प्रजाति पहले केवल भारतीय उपमहाद्वीप में मिलती थी, इसके बाद धीरे धीरे अन्य देशों में फैलने लगी। इसका सबसे अधिक उत्पादन भारत में होता है। यह भारत, पाकिस्तान और फिलीपींस में राष्ट्रीय फल माना जाता है और बांग्लादेश में इसके पेड़ को राष्ट्रीय पेड़ का दर्जा प्राप्त है।

भारत

आम

मंगीफेरा इंडिका

आम एक प्रकार का रसीला फल होता है। इसे भारत में फलों का राजा भी बोलते हैं। इसकी मूल प्रजाति को भारतीय आम कहते हैं, जिसका वैज्ञानिक नाम मंगीफेरा इंडिका है। आमों की प्रजाति को मंगीफेरा कहा जाता है। इस फल की प्रजाति पहले केवल भारतीय उपमहाद्वीप में मिलती थी, इसके बाद धीरे धीरे अन्य देशों में फैलने लगी। इसका सबसे अधिक उत्पादन भारत में होता है। यह भारत, पाकिस्तान और फिलीपींस में राष्ट्रीय फल माना जाता है और बांग्लादेश में इसके पेड़ को राष्ट्रीय पेड़ का दर्जा प्राप्त है।

ईरान

अनार

प्यूनिका ग्रेनेटम (*Punica granatum*)

अनार दुनिया के गर्म प्रदेशों में पाया जाता है। स्वास्थ्य की दृष्टि से यह एक महत्वपूर्ण फल है। भारत में अनार के पेड़ अधिकतर महाराष्ट्र, राजस्थान, उत्तर प्रदेश, हरियाणा, आंध्र प्रदेश, कर्नाटक, तमिलनाडु और गुजरात में पाए जाते हैं। सबसे पहले अनार के बारे में रोमन भाषियों ने पता लगाया था। रोम के निवासी अनार को ज्यादा बीज वाला सेब कहते थे।

जमैका
(Jamaica)

एककी फल

ब्लिगिया सैपिडा

ब्लिगिया सैपिडा या एककी फल सपिन्डेसी सोपबेरी परिवार का एक फल है, जैसे लीची और लोंगान। यह उष्णकटिबंधीय पश्चिम अफ्रीका में पाया जाता है। वैज्ञानिक कैप्टन विलियम ब्लीग जो सन 1793 में इंग्लैंड के केव (लंदन का एक जिला) में जमैका से रॉयल बॉटैनिकल गार्डन तक फल ले गए थे। इसका अंग्रेजी नाम पश्चिम अफ्रीकी अकन एके फूफा से लिया गया है।

जापान

जापानी खुरमा (Japanese persimmon) डायस्पायरोस काकी

काकी जिसे डायस्पायरोस काकी भी कहा जाता है, यद्यपि इसका पहला वनस्पति विवरण 1780 तक प्रकाशित नहीं किया गया था, काकी सबसे पुराने खेती वाले पौधों में से है, जो चीन में 2000 से अधिक वर्षों से उपयोग में है। कुछ ग्रामीण चीनी समुदायों में, काकी फल को एक महान रहस्यमय शक्ति के रूप में देखा जाता है जिसे सिरदर्द, पीठ के दर्द और पैर के दर्द को ठीक करने के लिए उपयोग किया जा सकता है।

मलेशिया

रम्बूटान

नेफेलियम लेपेसियम

म्बूटान सैपिन्डेसी परिवार में मध्यम आकार के उष्णकटिबंधीय वृक्ष होता है। इस पेड़ पर लगने वाले फल को भी रम्बूटान ही कहा जाता है। यह फल पकने पर इसका रंग लाल हो जाता है। ओर यह पूरी तरह पका फल मीठा लगता है। अधिकारी पका फल खट्टा लगता है। यद्यपि रामबूटन मलेशिया का आधिकारिक रूप से मान्यता प्राप्त राष्ट्रीय फल है, लेकिन देश के आगंतुकों द्वारा ड्यूरियन को अधिक मान्यता प्राप्त है।

मेक्सिको

रुचिरा

पर्सिया एमेरिकाना

एवोकैडो एक पेड़, जिसका संभावित मूल दक्षिण मध्य मैक्सिको माना जाता है को पुष्प परिवार लॉरेसी के सदस्य के रूप में वर्गीकृत किया गया है। पौधे का फल, जिसे एवोकाडो या रुचिरा, avocado pear अथवा alligator pear पुकारते हैं वानस्पति रूप से एक बड़ी बेरी फल है जिसमें एक एक बड़ा बीज होता है। रुचिरा या मक्खनफल या एवोकैडो कैरिबियाई क्षेत्र से संबंधित एक फल है।

नेपाल

**गोल्डन हिमालयन
रास्पबेरी**

रुबस आइलिप्टिकस

रुबस आइलिप्टिकस, जिसे आमतौर पर ऐसेलु गोल्डन सदाबहार रास्पबेरी गोल्डन हिमालयन रास्पबेरी या पीले हिमालयन रास्पबेरी के रूप में जाना जाता है, गुलाब परिवार में कांटेदार फलने वाली झाड़ी की एक एशियाई प्रजाति है। यह मूलतः चीन, नेपाल, भारतीय उपमहाद्वीप, इंडोचाइना और फिलीपींस का पाया जाता है।

न्यूजीलैंड

कीवी फल

एक्टिनीडिया डेलिसिओसा

कीवी (वैज्ञानिक नाम- एक्टिनीडिया डेलिसिओसा) देखने में हल्का भूरा, रोएदार व आयताकार, रूप में चीकू फल की तरह का फल होता है। इसमें विटामिन सी भरपूर मात्रा में पाया जाता है। कीवी एक विशेष प्रकार का स्वादिष्ट फल होता है। कीवी अपने सुंदर रंग के लिए लोगो में अधिक पसंद किया जा रहा है। कीवी में विटामिन सी, विटामिन ड, विटामिन के और प्रचुर मात्रा में पोटैशियम, फोलेट होते हैं।

पाकिस्तान

आम (ग्रीष्मकालीन राष्ट्रीय फल) मंगिफेरा इंडिका

आम न केवल पाकिस्तान का राष्ट्रीय फल हैं, बल्कि वे पाकिस्तानी संस्कृति का भी हिस्सा हैं। आम गर्मियों के मौसम का सबसे स्वादिष्ट फल है जो सभी को पसंद आता है। यह उच्च अंतरराष्ट्रीय मूल्य के साथ पाकिस्तान की दूसरी प्रमुख फल-फसल है। यह अपने स्वादिष्ट स्वाद, खुशबू और उच्च आहार मूल्य के कारण इसे “सभी फलों का राजा” कहा जाता है। फलों की दुनिया में आम को “सुपर फ्रूट” कहा जाता है।

अमरुद (शीतकालीन राष्ट्रीय फल)

Psidium एसपीपी

यह लोकप्रिय फल पोषक तत्वों का एक बिजलीघर है। पाकिस्तान में, यह 468.3 हजार टन के उत्पादन के साथ 58.5 हजार हेक्टेयर के क्षेत्र में सभी प्रांतों में उगाया जाता है और आम के बाद उत्पादित दूसरा सबसे बड़ा फल है, इसलिए इसे क्रमशः देश के द्वितीयक राष्ट्रीय आबादी वाले फल के रूप में नामित किया गया है।

फिलीपींस

आम

मंगीफेरा इंडिका

आम एक प्रकार का रसीला फल होता है। इसे भारत में फलों का राजा भी बोलते हैं। इसकी मूल प्रजाति को भारतीय आम कहते हैं, जिसका वैज्ञानिक नाम मंगीफेरा इंडिका है। आमों की प्रजाति को मंगीफेरा कहा जाता है। इस फल की प्रजाति पहले केवल भारतीय उपमहाद्वीप में मिलती थी, इसके बाद धीरे धीरे अन्य देशों में फैलने लगी। इसका सबसे अधिक उत्पादन भारत में होता है। यह भारत, पाकिस्तान और फिलीपींस में राष्ट्रीय फल माना जाता है और बांग्लादेश में इसके पेड़ को राष्ट्रीय पेड़ का दर्जा प्राप्त है।

पोलैंड

सेब

मालुस डोमेस्टिका

सेब का रंग लाल या हरा होता है। वैज्ञानिक भाषा में इसे मेलस डोमेस्टिका (*Melus domestica*) कहते हैं। इसका मुख्यतः स्थान मध्य एशिया है। इसके अलावा बाद में यह यूरोप में भी उगाया जाने लगा। यह हजारों वर्षों से एशिया और यूरोप में उगाया जाता रहा है। इसे एशिया और यूरोप से उत्तरी अमेरिका बेचा जाता है। इसका ग्रीक और यूरोप में धार्मिक महत्व है। विश्व में सेब की 7,500 से अधिक जात किस्में हैं

सर्बिया

बेर (Plum)

prunus

प्लम जीनस प्रूनस के सबजेनस प्रूनस का एक फल है। सबजेनस को अन्य उपगर्भ (आड़ू, चेरी, बर्ड चेरी, आदि) से अलग किया जाता है, जिसमें अंकुर में कली और एकान्त पक्ष की कलियाँ होती हैं (गुच्छेदार नहीं होती हैं), इसे बेर के नाम से भी जाना जाता है।

सिंगापुर

डूरियन

दुरियो जिबेथिनस

पूरे साउथ एशिया में इस फल को 'किंग ऑफ फ्रूट्स' (King of Fruits) के नाम से जाना जाता है। लोगों को इस फल का क्रीमी टेक्चर बेहद पसंद है। इंडोनेशिया में डूरियन फल (Durian Fruit) नाम से मशहूर एक फल इंडोनेशिया में 500 डॉलर (35,730) में बिकता है।

श्री लंका

कटहल

आर्टोकार्पस हेद्रोफिलस

कटहल या फनस का वृक्ष शाखायुक्त, सपुष्पक तथा बहुवर्षीय वृक्ष है। यह दक्षिण तथा दक्षिण-पूर्व एशिया का मूल-निवासी है। पेड़ पर होने वाले फलों में इसका फल विश्व में सबसे बड़ा होता है। फल के बाहरी सतह पर छोटे-छोटे काँटे पाए जाते हैं। इस प्रकार के संग्रन्थित फल को सोरोसिस कहते हैं।

थाईलैंड

बैंगनी मैंगोस्टीन

गासीनिया मंगोस्ताना

बैंगनी मेन्गोस्टीन को बोलचाल के ढंग से मेन्गोस्टीन कहा जाता जो एक उष्णकटिबंधीय सदाबहार वृक्ष है। यह फल मुख्य रूप से दक्षिण पूर्व एशिया में बढ़ता है और भारत में केरला के राज्य में उपजाता है। यह पेड़ 6 से लेकर 25 मीटर तक लंबा चलता है। मेन्गोस्टीन का फल रसदार और कुछ हद तक रेशदार होता है।

स्पेन

अंगूर

विटिस विनीफेरा

अंगूर एक बलवर्द्धक एवं सौन्दर्यवर्धक फल है। अंगूर फल माँ के दूध के समान पोषक है। फलों में अंगूर सर्वोत्तम माना जाता है। यह निर्बल-सबल, स्वस्थ-अस्वस्थ आदि सभी के लिए समान उपयोगी होता है। बहुत से ऐसे रोग हैं जिसमें रोगी को कोई पदार्थ नहीं दिया जाता है। उसमें भी अंगूर फल दिया जा सकता है। पका हुआ अंगूर तासीर में ठंडा, मीठा और दस्तावर होता है। यह स्पर् को शुद्ध बनाता है तथा आँखों के लिए हितकर होता है

यूनाइटेड किंगडम

रास्पबेरी

सियाजियम ल्युमैनी (Syzygium luehmannii)

स्पबेरी लाल रंग का रसदार फल होता है, जो गुलाब परिवार से संबंधित है। रास्पबेरी को रसभरी भी कहा जाता है। यह फल कई रंगों में पाया जाता है जैसे – लाल, काले व बैंगनी। यह बहुत ही स्वादिष्ट फल होता है। इसमें भरपूर मात्रा में विटामिन-सी और अन्य जरूरी पोषक तत्व मौजूद होते हैं। 2018 में रास्पबेरी का विश्व उत्पादन 870,209 टन था, जिसका नेतृत्व रूस कुल विश्व के 19% के साथ कर रहा था।

संयुक्त राज्य अमेरिका

ब्लूबेरी

क्यानोकोक्कस (Cyanococcus)

ब्लूबेरी आमतौर पर संकरी झाड़ियाँ होती हैं जो आकार में 10 सेंटीमीटर (3.9 इंच) से 4 मीटर (13 फीट) ऊँचाई तक भिन्न हो सकती हैं। ब्लूबेरी के व्यावसायिक उत्पादन में, निम्न-स्तर की झाड़ियों पर उगने वाले छोटे, मटर के आकार की जामुन वाली प्रजातियां “लोअरबश ब्लूबेरी” के रूप में जानी जाती हैं, जबकि बड़े बेरीज वाली प्रजातियों को लम्बे समय से तैयार झाड़ियों के रूप में जाना जाता है। “हाईबश ब्लूबेरी”। कनाडा लो ब्लश ब्लूबेरी का प्रमुख उत्पादक है, जबकि संयुक्त राज्य अमेरिका विश्व में हाईबश ब्लूबेरी की आपूर्ति का लगभग 40% उत्पादन करता है।

इसे भी पढ़ें: विश्व के प्रमुख देश, राजधानी एवं उनकी मुद्राओं की सूची

विश्व में प्रसिद्ध फलों की सूची हिंदी अथवा अंग्रेजी में:

Fruits Names in English	फलों के नाम हिन्दी में
Acai Berry	काला जामुन
Apple	सेब
Apricot	खुबोनी/ज़र्दालू
Avocado, Butterfruit	मक्खन फल
Bael	बेल
Banana	केला
Bell Fruit	हरा जामुन
Berry, Zizyphus	बैर, बेर, बोर
Bitter Orange	कड़वी नारंगी
Bitter Watermelon	कड़वा तरबूज
Black-Berry, Jambul Fruit (Java Plum)	जामून
Blackcurrant	फ़ालसा
Blood Orange	रक्त नारंगी
Blueberry	नीलबद्री

Fruits Names in English	फलों के नाम हिन्दी में
Cantaloupe	मकखनफल
Cantaloupe Melon	खरबूजा
Carambola	कमरख
Cherry	ग्लास मेवा
Chickoo	चीकू
Citron	चकोतरा, खट्टा नींबू
Coconut	खोपरा, नारियल गोला
Crab Apple	केकड़ा सेब
Cranberry	करौंदा
Custard apple	शरीफा, सीताफल
Damson	आलूबुखारा
Dates	खजूर
Devil Fig	शैतान अंजीर
Fig	अंजीर
Glass meva	चेरी
Gooseberry	इंडियन(एमबिलिका) करौंदा
Grapefruit, pomelo, shaddock, citron	चकोतरा
Grapes	अंगूर
Gravia asiatica	फालसा
Graviola fruit	रामफल
Guava	अमरुद
Honeydew Melon	अमृत खरबूज
Jambolan	जामुन

Fruits Names in English	फलों के नाम हिन्दी में
Jamoon, Jamun	जांबुल फ्रूट जावा प्लम
Java Apple	जावा सेब
Jujube	बेर
Key Lime	कागजी नींबू
Kiwi	कीवी
Kumquat	सन्तरे जैसा छोटा फल
Longan	पीचू
Loquat	लोकाट
Lychee	लीची
Malay Apple	मलय सेब
Malta	मालटा
Mandarin Orange	नारंगी, सन्तरा
Mango	आम
Melon	तरबूज
Mimusops	खिरनी
Mulberry	शहतूत
Muskmelon	खरबूजा
Naseberry	चीकू
Natal Pum	करौंदा
Nectarine	शफ्तालू
Noni	भारतीय शहतूत
Orange	सन्तरा
Palm	ताड़ का फल

Fruits Names in English	फलों के नाम हिन्दी में
Papaya	पपीता
Passion Fruit	कृष्णा फल
Peach	आडू
Pear	नाशपाती
Persimmon	तेंदु फल
Pineapple	अनानास
Plantain	केला
Plum, Sloe	आलूबुखारा
Pomegranate	अनार
Pomelo	चकोतरा
Prickly Pear	कांटेदार नाशपाती
Pyrus Communis	नाशपाती
Quince	श्रीफल
Raspberry	रसभरी
Red Banana	लाल केला
Rose Apple	जांबूफल
Sapodilla	चीकू
Sapota	चीकू
Shaddock	चकोतरा
Sloe	आलुबुखारा
Sour Cherry	खट्टा चैरी
Sour Lime	खट्टा नींबू
Soursop	लक्ष्मण फल / शुल-राम फल

Fruits Names in English	फलों के नाम हिन्दी में
Star Fruit	कमरख, करम्बोला
Strawberry	स्ट्रॉबेरी
Sugar Cane	गन्ना
Sweet Lime	मौसंबी
Sweet Potato	शकर कन्द
Tangerine	सन्तरा, नारंगी
Water Chestnut	सिंघाड़ा
Watermelon	तरबूज
Walnut	सिंघाड़ा
Zizyphus, Green Berry	बेर, बोर, बैर

You just read: Vishv Ke Sabhee Deshon Ke Raashtreey Phal