## Namnam: Buah Asam Langka yang Diam-Diam Kaya Manfaat

Prolite – Kalau kamu lebih familiar dengan mangga, rambutan, atau jambu, mungkin nama buah namnam terdengar asing. Padahal, buah yang satu ini sudah lama tumbuh di kawasan Asia Tenggara dan punya cita rasa yang cukup unik: asam, sedikit manis, segar, dan agak sepat.

Namnam atau *Cynometra cauliflora L.* merupakan tanaman dari keluarga Fabaceae. Di Indonesia, buah ini juga dikenal dengan beberapa nama lokal seperti buah enam-enam. Sayangnya, namnam kini semakin jarang ditemui, terutama di lingkungan perkotaan dan pekarangan rumah modern.

Lantas, apa yang membuat buah jadul ini menarik untuk dikenali kembali?

Baca Juga:Primebiz Hotel Cikarang dan Tipsy Runner Hadirkan “Pace & Vibes”, Satukan Semangat Lari, Kesehatan, dan Kreativitas

# Bentuknya Unik, Rasanya Bikin Penasaran

Salah satu hal yang paling mudah dikenali dari namnam adalah bentuk buahnya. Buah ini memiliki bentuk yang tidak biasa, cenderung pipih dan berlekuk, dengan permukaan kulit yang kasar atau bergelombang.

Saat masih muda, warnanya cenderung hijau. Ketika matang, warnanya berubah menjadi hijau kekuningan hingga kecokelatan. Daging buahnya berwarna putih kekuningan, bertekstur renyah dan cukup berair.

Baca Juga:Jerome Bruner dan Cara Belajar yang Membuat Siswa Berpikir, Bukan Sekadar Menghafal

Untuk rasa, namnam punya karakter yang cukup kuat. Sensasi asam segar menjadi ciri khas utamanya, dengan sedikit rasa manis dan sepat. Buah ini bisa dimakan langsung atau diolah menjadi berbagai sajian seperti rujak, asinan, acar, hingga minuman.

Jadi, kalau kamu suka buah dengan rasa asam yang menyegarkan, namnam mungkin bisa jadi pengalaman baru.

Baca Selanjutnya
de Braga by ARTOTEL Ryakan 8 Tahun dengan Tanam Pohon Bersama Tahura IR. H. Djuanda