

Seri Buah dalam Al-Qur'an

Delima

Khusnul Rofiana

Ilustrasi: Nida (dibuat dengan Leonardo AI)

Teman-teman, Allah Ta'ala menyebutkan buah delima dalam Al Qur'an di
surat Ar Rahman ayat 68:

فِيهِمَا فَاكِهَةٌ وَنَخْلٌ وَرُمَّانٌ

Di dalam kedua surga itu ada buah-buahan, kurma, dan delima.





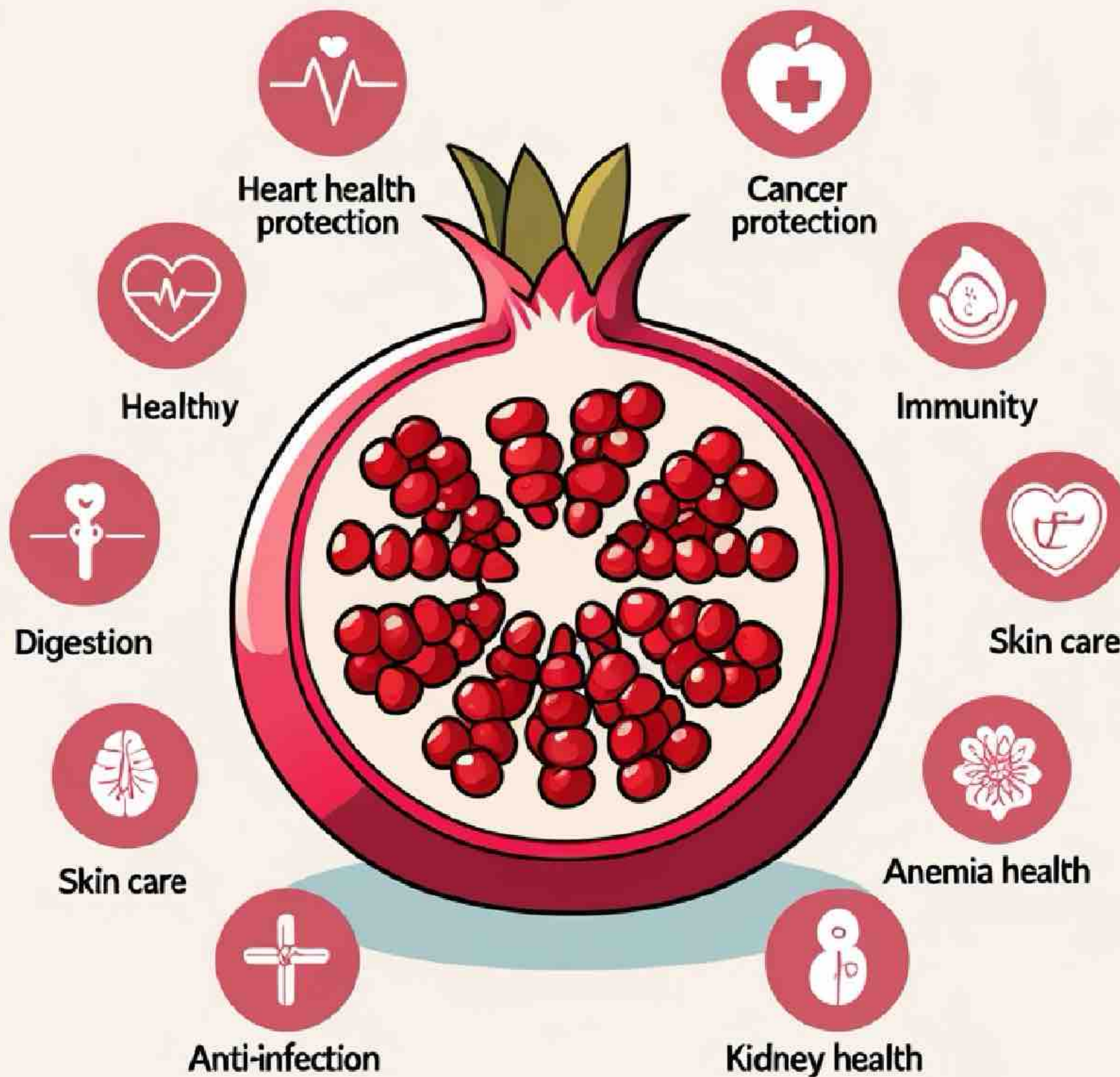
Buah delima disebutkan karena keindahannya
dan memiliki banyak manfaat.

Buah delima (*Punica granatum*) termasuk superfood karena kaya antioksidan, serat, vitamin (terutama C), dan mineral.





Buah delima
sebaiknya
dikonsumsi secara
langsung untuk
mempertahankan
nilai gizinya.



Buah delima memiliki manfaat seperti menjaga kesehatan jantung, melawan kanker, meningkatkan daya tahan tubuh, melancarkan pencernaan, menjaga kesehatan kulit, melawan infeksi, membantu mencegah anemia dan batu ginjal.

Masyaallah, banyak juga ya manfaat buah delima
untuk kesehatan kita!. Semoga kita senantiasa
bersyukur atas nikmat yang diberikan Allah Ta'ala.

