



# 盛夏里的怪味金果

海都记者 石磊磊 罗丹凌

盛夏,正是黄皮果成熟时。郁郁葱葱的黄皮树上,鸽蛋形的金灿小果儿一串串束在一起,看着十分诱人。这时,福州街头巷尾的水果摊上,也会不定期地出现它们的身影,但由于种植量不大,有些市民甚至没听说过这种水果。

乍一看,黄皮果长得有点像龙眼,果肉酸酸甜甜的,带着一股独特的香气。那么,这股香气是从哪儿来的?福州哪些地方种植了黄皮果?今天的《谈天说地》,让我们来聊一聊黄皮果的那些事儿。

## 已种植两千年 如今在市区较稀有

黄皮树属芸香科小乔木,高可达12米。小叶呈卵形或卵状椭圆形,两侧不对称。每年4至5月开花,7至8月结果,果皮呈淡黄至暗黄色,果肉为乳白色。两千多年前,黄皮果便已在福州这片宝地上生根发芽。最初,它生长在治山附近。

三国时期(公元220年—280年),吴国将领沈莹在《临海水土异物志》中记载:“王坛子,如枣大,其味甘。晋安侯官越王祭坛边有此果,无知其名,因见生处,遂名王坛。其形小于龙眼,有似木瓜。”后来,东晋庾阐的《杨都赋》、北宋的《太平御览》、南宋梁克家的《淳熙三山志》等史志均有转载。

由于“坛”与“弹”“澹”谐音,且在福州方言中,“王”与“黄”傻傻分不清,因此,“王坛子”总被福州人叫做“黄弹

子”“黄澹子”。由于黄皮果的果皮是黄色的,因此“王坛子”又俗称“黄皮果”。

历经千年的自然演替与人为干预,如今治山上的植被多已被榕树、香樟等速生树种所侵占,再未见黄皮果的踪迹。园林专家说,目前,黄皮果在福州市区很少见,仅在三坊七巷、南后街、闽江公园南园、乌山北坡等地散生着几株,不过,闽侯甘蔗一带仍广泛种植黄皮果。

在福州市面上,一斤黄皮果约为15元左右。“因为黄皮树主要作为果树,都种在果园内,因此现在公园、景区、街边均很少种植。”该名园林专家说,与省外其他品种如鸡心黄皮果、香蜜黄皮果等相比,福州本地种植的黄皮果多是无核的,食用起来更方便。



一串串黄皮果挂在树上(市民林先生摄于闽侯)

## 含萜类物质 香气令人“上头”

很多吃过黄皮果的人,都对其香气印象深刻,软嫩的果肉化入唇齿间,那股香气久久无法散去,有点像松节油、中草药的味道。其实,古人也淋漓尽致地描绘过黄皮果的香气。明代诗人董传策在《啜黄皮果》中写道:“碧树历历金弹垂,膏凝甘露嚼来奇。木奴秋色珍如许,那似香飘褥暑枝。”原来,黄皮果

中蕴含丰富的挥发性脂类物质,包括萜[tie]类、醇类、醛类、酯类和酮类等。其中,萜类物质占据主导,这才导致黄皮果吃起来有点“上头”。

在我们身边,含萜类物质的植物可不少,比如香菜、芹菜、韭菜、桂皮、肉桂、茴香等蔬菜和香料。萜类化合物广泛存在于自然界,是构成某些植物的香精、树脂、色素等的主要成分,如玫瑰油、桉叶油、松脂等都含有多种萜类化合物。另外,某些动物的激素、维生素等也属于萜类化合物。



## 果中之宝 有开胃消暑功能

与榴莲一样,虽然黄皮果的味道不能被所有人喜爱,但它具有很高的养生和药用价值,被誉为“果中之宝”。据介绍,黄皮果含有18种氨基酸、有机酸、膳食纤维、维生素和钾、镁、锰等微量元素,具有开胃、消食、化痰平喘等功能。

此外,它还有消暑功能。夏季,市民参加户外活动时如果感到头晕不适,不妨嚼几粒黄皮果,可以有效预防中暑。除了直接食用外,黄皮果还可制成爽口的冰饮、好吃的零嘴,专家推荐了两种做法:

### 黄皮果脯

配料:黄皮果、冰糖

步骤:

- 1.黄皮从枝条剪下来后,用盐水搓洗干净。
- 2.冷水上锅蒸,水沸腾后蒸5~10分钟,直到黄皮果自动开口为止。
- 3.待黄皮果冷却后,和冰糖一起入小锅小火熬煮,黄皮与冰糖的比例为2:1。
- 4.小火熬煮,不断翻搅,防止糊底,直到冰糖完全融化,糖浆呈现焦糖色,微微黏稠,即可盛出。

### 老盐黄皮水

配料:黄皮果、冰块、盐、苏打水

步骤:

- 1.将黄皮洗净,对半剖开。
- 2.黄皮+冰块+一小撮盐+适量糖,用工具将其捣碎,最后倒入苏打水,一杯解暑神器便大功告成!

# 最高温回落 午后易发强对流

海都讯(记者 马俊杰文/图) 据福建省气象服务中心消息,未来三天内,我省大部分县市午后有较明显的强对流天气出现。17日白天,全省大部有雷暴,伴有短时强降水,局部7~9级雷雨大风,小时雨量30~60毫米。请公众出行时注意防范强对流天气的不利影响,及时关注最新的天气预报、预警信息。

近期受降水影响,我省中南部大部分县市气温将会有所回落,今天白天最高气温大多在33℃左右,然而西

北部的高温天气仍然持续,大部分县市最高气温在35℃~37℃。

17日11时,海都君在海都大厦的露台上,用简易温度计测得温度为35℃左右,此时,乌山自动站的数值为32.3℃;14时,简易温度计的指针接近40℃,自动站数值为33.3℃;16时,测得温度为37℃与38℃之间,自动站的数值为33.2℃。很明显,简易温度计测量的数值,证实了体感的确比前两天会稍微凉快一点。

随着副热带高压东撤北

抬,南方的高温范围将呈现缩减趋势,福州午后最高气温稍有下降,18至20日,最高气温在33℃~34℃。但由于湿度依然比较大,所以天气还是比较闷热。

多云为主的天气还会持续到19日白天,到了19日夜间或有小雨光临榕城。连日来,与海都君一起,期盼小雨送爽吧!

### 福州市区今起三天天气

18日	多云	26℃~34℃
19日	多云	27℃~34℃
20日	多云	26℃~33℃



近期天气以多云为主,蓝天白云下的福州城格外美丽(摄于鼓岭)