



**编前** 初夏时节,酸甜可口的杨梅开始成熟了。杨梅是地道的中国水果,在我国的栽培食用历史已有上千年。杨梅果实色泽鲜丽,风味极佳,“玉肌半醉生红粟,墨晕微深染紫裳”,自称为杨梅“本家”的南宋诗人杨万里,在一首诗里将杨梅刻画得淋漓尽致。

杨梅虽为核果,但比较特殊,它没有外皮保护,“裸奔”的杨梅就像一团细小的珊瑚珠攒成,令人垂涎欲滴。今天的《谈天说地》就来聊聊杨梅那些事。

## 杨梅的N种姿势

### 对气候挑剔的杨梅

杨梅原产我国长江流域以南地区。比起桃、梨、柑橘等水果,杨梅的产区确实小得多:它是典型的亚热带植物,要长在年均温度15~20℃之间、年降水量1000mm以上的湿润地区。杨梅的主要产地在浙江、福建一带,以及江苏、湖南、四川、广东的部分地区。

杨梅在我国的栽培历史非常悠久。湖南长沙马王堆西汉初年的汉墓中,就出土过封藏在陶罐中的杨梅,形态和今天的杨梅非常相近。西汉的司马相如在《上林赋》中也提到“臯枣杨梅”。

而三国时期沈莹的《临海异物志》里写杨梅:“其子大如弹子,正赤,五月熟。似梅味甜酸”,这也是最早对杨梅形态的描述。

### “自我施肥”的杨梅

虽说杨梅对气候挺挑剔的,但它在另一方面,却比一般果树强悍许多——杨梅不需要肥沃的土壤,在贫瘠的酸性土中也能长得很好。

杨梅树耐贫瘠的秘诀,是它拥有跟豆科植物一样的绝技——根瘤固氮,“自我施肥”。从土里挖出一棵杨梅树,会发现侧根上有一些珊瑚状或球形的小瘤子,那就是根瘤,里边生存着大量菌类。

杨梅树常见的共生菌类,是放线菌中的弗兰克氏菌,它能将大气中的氮气转化为氮肥。所以杨梅不光能给自己制造养分,还能改造贫瘠的土壤,被人们赞为“肥料树”。

### 直接“裸奔”的杨梅

杨梅果就像一团细小的珊瑚珠攒成的。果农也将杨梅生长中、果实表面逐渐饱满的过程,叫作“起珠”。

杨梅跟桃、李、杏是同一种果实类型:核果。但典型的核果从外到里有三层:皮是薄韧的外果皮,肉是肥厚多汁的中果皮,核是木质、坚硬的内果皮(包裹种子)。

杨梅比较特殊,它“省略”了中果皮,让外果皮高度肉质化,形成多汁的柱状组织。

没有外皮保护,“裸奔”的杨梅十分不耐运输——直到今天,它都没能广泛走向全国市场,鲜果主要还是在南方地区销售,一旦精心包装运到北方,价格就变得比较贵。

### 性别“歧视”的杨梅

我们在开心地吃杨梅的同时,也可以顺便关心下杨梅的“精神世界”。毕竟,在杨梅的世界,存在严重的性别“歧视”问题。

杨梅是雌雄异株的植物。雌雄异株的植物,经常一不留神就被性别歧视了,比如杨柳,雌株因为会飞絮,被拒绝栽种,或者挂吊瓶打不孕不育药水。杨梅正好相反,雌株大受欢迎,雄株被人冷落。

在果园里,只需要1%~2%的雄株,就足够用来授粉了,所以育苗基地,杨梅的雌株供不应求,雄株总是剩下。怎么办呢?在适宜栽种杨梅的地区,雄株有时可用于园林绿化,毕竟枝叶浓密,还算好看。

看

杨梅

裸奔  
啦



建隆插画



## 杨梅的N个外号

### 好好的梅 怎么入的“杨门”?

关于杨梅名称的由来,宋朝唐慎微编著的《证类本草》里,写到杨梅说过这么一句:“其树若荔枝树,而叶细阴青。其形似水杨子,而生青熟红。”李时珍进一步解释道:“形如水杨子,而味似梅。”所以杨梅就叫杨梅了。

杨梅和梅子的味道类似,很容易理解。可是,水杨子又是什么?

水杨子是落叶乔木榄(qī)木的果实,水杨子有点像杨梅,但形状更长一些,而且果实坚硬,其实跟杨梅多汁的质感有很大区别。

而古人觉得这赤红晶莹的果实,浓缩了太阳精华,因此又将杨梅称为“日精”。

### “君家果”有趣的典故



### “闽乡玉女”PK“吴郡星郎”

1973年,浙江余姚发掘新石器时代的河姆渡文化遗址时,发现了杨梅属的花粉,说明7000年前该地区就有杨梅生长。

杨梅以吴地所产最负盛名。宋朝张端义《贵耳集》中记载了一个小故事:一个闽人、一个吴人,在赶考和赴任的路上相遇了,两个人都拿自己家乡著名的物产来夸耀,闽地人说荔枝最好,吴地人说杨梅更佳,各执一词不肯相让。后来旁边有人听到二人的争论,写了一首诗题在墙壁上,将荔枝比作“闽乡玉女”,将杨梅称为“吴郡星郎”。自此,杨梅得到了“吴郡星郎”的漂亮诨名。



## 杨梅的N种吃法

### 文人们赞美杨梅时 荔枝躺枪了

古代很多文人都十分推崇杨梅,而在文人们赞美杨梅的时候,荔枝却躺枪了。

据说,那位以“才尽”而广为人知的“江郎”——南朝文学家江淹,是目前有记录的将杨梅写入诗中的第一人,他在《杨梅颂》中写道:“宝跨荔枝,芳轶木兰。”此时杨梅被视为超越荔枝的果品。

而“吃货”苏轼非常善变,当他吃着荔枝的时候,说:“日啖荔枝三百颗,不辞长作岭南人。”当他吃上了杨梅,态度立马大转变:“闽广荔枝、西凉葡萄,未若吴越杨梅。”

宋代诗人平可正则在《杨梅》一诗中写道:“五月杨梅已满林,初疑一颗值千金。味胜河溯葡萄重,色比泸南荔枝深。”

至于文人为何常将杨梅与荔枝作比较,大概是二者的收获季节差不多,而且都不耐储存。

### 包着杨梅的粽子 你吃过吗?

为了留住杨梅的鲜美,古人也想尽了办法。新鲜的杨梅可用盐腌制,也可泡酒,早在晋朝时就有“梅香酎”,是专门用来款待贵客的。

“玉盘杨梅为君设,吴盐如花皎白雪。持盐把酒但饮之,莫学夷齐事高洁。”透过《梁园吟》可以看到,李白用食盐渍浸过的杨梅佐酒,还取笑朋友说,人间美味当前,莫要客气。

包着杨梅的粽子你吃过吗?欧阳修的《端午帖子》里有“杨梅粽里红”的句子,苏轼也写过“时于粽里得杨梅”,司马光也写过“懒开粽叶觅杨梅”。有专家以此推测,古人习惯在端午包粽子时加入杨梅等时令果品,起码是北宋时期曾经有过这样的风尚。

杨梅还可以制作成各种蜜饯小食。李时珍在《本草纲目·果部》中提供的大“杀器”为:“盐藏、蜜渍、糖收皆佳。”

清代学者朱彝尊在《食宪鸿秘》中以醉杨梅压轴,做法很简单:“拣大紫杨梅,同薄荷相间,贮瓶内。上放白糖。每杨梅一斤,用糖六两、薄荷叶二两,上浇真火酒,浮起为度。封固。一月后可用,愈陈愈妙。”

好吃之外,杨梅还是“良药”。杨梅果性温,味甘酸,归肺、胃经,具有生津解渴、消食和胃、收敛止泻等多种功效。《本草纲目》中写道:“杨梅可止渴、和五脏、能涤肠胃、除烦愦恶气。”

### 小贴士

### 这些人不适合食用杨梅

杨梅在食用前最好先用淡盐水浸泡15分钟,可以降低杨梅的温性,还有助于去除果子中的虫子。

糜烂性胃炎、胃十二指肠溃疡、胃食管反流病患者不宜食用杨梅,因为杨梅刺激胃酸分泌过多,可诱发或加重病情。

此外,杨梅也不适合湿热内蕴之人食用。

(综合博物、北京晚报、上观新闻、钱江晚报、部分内容摘编自书籍《好竹连山觉笋香》)