

那些挑水果的“小窍门”靠谱吗？

文_飞雪



如何挑出汁多肉厚味美的水果，无疑是吃货们必须掌握的一项生活技能。网络上也流传着很多挑水果小窍门的教学贴，不过这些“小窍门”中，有的说法却不一定那么靠谱。

说法 1：瓜蒂弯的西瓜甜

真相：其实，瓜蒂是否弯曲和西瓜的甜度并没有直接关系。我们看到的瓜蒂，学名称为果柄，实际上是由西瓜雌花的花柄发育而来的。由于西瓜的花着生在叶腋处，因此在开花期间，由于藤蔓生长的影响，雌花在瓜藤上生长的朝向是不同的。当雌花授粉、开始膨大增重时，果柄受到逐渐增重的果实牵拉，开始变形：对于很快接触到地面的果实来说，由于有了大地的支撑，果柄不会被继续牵拉变形；而对于另一些果实来说，则要将果柄拉得弯弯



果柄是直是弯和果实落地时果柄的朝向很有关系（图片来源：<http://eat-drink-garden.com/>）

的才能安稳地接触地面。在果实随后生长过程中，果柄也在不断加厚，产生更多维管组织来供应糖等物质，最后定型，成为了我们看到的瓜蒂。

由此可见，瓜蒂弯曲与否其实并不影响果实本身的生长和物质储存，因此瓜蒂是否弯曲并不是一个靠谱的判断方式。而且，在西瓜生长过程中，通常还要经过几次“翻瓜”过程，也就是将西瓜着地的一面慢慢翻到上面，从而让西瓜能够更均匀地发育。经过“翻瓜”过程，果柄可能由直变弯，也可能由弯变直，所以说瓜蒂弯曲与否，和西瓜的甜度真的没有关系，可不要喜“弯”厌“直”哦！

说法 2：花纹整齐清晰的西瓜更好

真相：西瓜表面的花纹其实是不同部位的果皮细胞叶绿体密度不同造成的，是果皮的自身属性。通常西瓜果皮的花纹为平行排列。如果花纹整齐，可以一定程度上反应西瓜是均匀膨大的。此外，如果西瓜没有经过“翻瓜”，会造成着地的一面色泽发黄，果皮厚，也会影响花纹的整齐度。不过如果是这种发育不均匀的西瓜，从外观上一眼就能看出

来，依靠花纹整齐来判断的实用性并不高。



不同西瓜品种的表面花纹。注意左上和右上的两个，它们的确是西瓜（图片来源：<http://climbers.lsa.umich.edu/>）

而至于依靠花纹是否清晰来判断西瓜的品质，这个就不靠谱了。前面说过，含有不同密度叶绿体的细胞在果皮内的分布决定了西瓜的纹路，但是对于不同品种的西瓜，花纹的深浅和分布千差万别。例

如北京地区常见的“京欣一号”和华东地区常见的“8424”西瓜，是典型的有着清晰条纹的西瓜。而“黑美人”，则由于瓜皮颜色较深，花纹就不明显了。更有甚者，例如在陕西、甘肃一带种植较多的“陆地青皮西瓜”，其果皮上的花纹细小且分散在整个表面，几乎看不出有明显条带。因此，如果面对不同品种的西瓜，挑选的时候就不要笃信“花纹清晰的就好”这一理念了吧！

说法 3：香蕉两头绿说明是处理过的

真相：其实准确地说，目前市场上，尤其是北方市场上的香蕉，都是经过处理的。不过，对于这种处理，大家也不必担心。

香蕉是一种呼吸作用很强的水果，在呼吸的同时大量产生乙烯，从而导致果实迅速变黄和软化。如果等到香蕉变黄再采摘，那么北方的人们只能吃“香蕉泥”了——在运输的过程中迅速软化的香蕉很容易破损。



香蕉在绿色坚硬的时候就要收获了（图片来源：<http://www.gov.cn/>）

于是人们在香蕉还在青涩之时就将香蕉采收，这时硬邦邦的香蕉就不怕长途运输了。在到达目的地或是快到的时候，只需用少量乙烯利放在碱性溶液中，使其释放乙烯，

就能让香蕉迅速穿上黄色的衣服，同时软化，达到可以食用的状态。乙烯利是一种广泛使用的合法植物生长调节剂，一般催熟香蕉的用量并不会对人体产生任何影响。

当然，有时候由于温度低、处理时间不够、乙烯利用量不足等情况，有的香蕉没有完全被催熟，就会产生两头青的现象。大多数时候，两头青的香蕉其实已经达到可食状态了，如果还是觉得不够熟，只要在密闭的塑料袋中放上一两天，青色就会被香蕉自己产生的乙烯褪去，口感也会变好。

说法 4：鸭嘴猕猴桃是激素处理过的

真相：猕猴桃的这个“嘴”，其实是它开花时候柱头的着生部位。猕猴桃花的子房是由多个心皮结合在一起形成的，因此，对于我们市面上常见的中华猕猴桃来说，如果子房中各个心皮膨胀情况良好，呈现出圆周状的均匀膨胀，那么就会形成圆锥状的“尖嘴”；而如果因为授粉、环境等影响，造成子房不同方向上的膨胀不一致，那么就会形成扁的“鸭嘴”，甚至还会出现“畸形嘴”。此外，“嘴”的形状和品种因素也有关系。一些猕猴桃品种子房发育在两个方向上本身就不均等，这样就会造成“鸭嘴”。



不同品种的猕猴桃，子房发育情况不同，因此具有不同形状的“嘴”（图片来源：<http://www.kannz.com/wp-content/uploads/3-kiwifruits.jpg>）

由此可见，猕猴桃是尖嘴还是鸭嘴，取决于果实生长而成的外形（即截面是圆的还是椭圆的），而膨大剂造成的是整个果的增大，和果实的扁圆关系不大，因此用尖嘴和鸭嘴辨别是否使用了膨大剂并不靠谱。在猕猴桃中使用膨大剂本身是合法的，在标准范围内使用也足够安全，不过它们可能会影响水果的味道。如果不想买到使用膨大剂的水果，更靠谱（但也不完全可靠）的方法是看果实大小是否异乎寻常地大。

说法 5：猕猴桃土黄色才说明品质好

真相：在我们的印象中，猕猴桃都是土黄色的，但这并不代表其他颜色的猕猴桃都不好吃。猕猴桃在植物学上是一个属（猕猴桃属 *Actinidia*）果实的统称。可被食用的猕猴桃就有中华猕猴桃（*A. chinensis*）、美味猕猴桃（*A. deliciosa*）、软枣猕猴桃（*A. arguta*）等好几个种，其中

果实较大的中华猕猴桃和美味猕猴桃是在新西兰和我国广泛种植，通过杂交、选育等手段，产生了极多品种的。这些猕猴桃从色泽、触感、口感及果肉颜色等都千差万别。所以说，在看到不是土黄色的猕猴桃时，仔细多观察一下，说不定那只是另外一个品种。



各种不同的猕猴桃 (图片来源: wikipedia)

说法 6: 芒果有黑斑说明它的内部已经坏掉了

真相: 其实, 还有多种其他原因可以造成芒果果皮出现黑斑。出现黑斑并不一定代表芒果里面坏掉了。

芒果果皮与香蕉皮类似, 二者都含有多酚氧化酶类, 因此在受到机械碰撞、冷冻等刺激, 造成细胞破损之后, 细胞内释放出的酶就会将酚类物质氧化为褐色的醌类物质, 产生深色斑点。在运输过程中如果没有很好地包装, 芒果间彼此擦碰, 就容易出现黑斑。此外冷藏过的芒果, 也容易产生黑点。

病菌感染也可能造成芒果黑斑, 这其中比较常见的就是芒果角斑病 (也叫芒果黑斑病)。芒果黑斑病是一种细菌病, 可由雨水传播, 通常危害植株的叶和嫩茎。但如果在芒果挂果期雨水较多, 则可能让病原附着在果实表面, 从而造

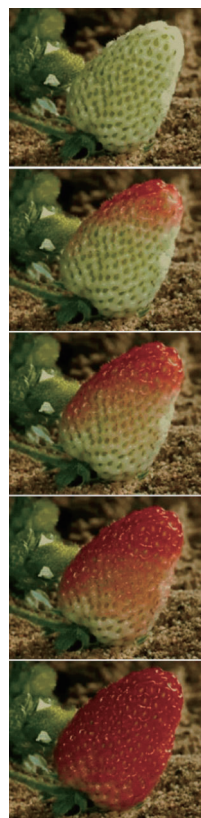
成黑色溃疡状斑。不过值得庆幸的是, 如果这一病害发生在芒果采摘前, 那么只是使得芒果的卖相不好, 而果肉则通常不受影响。这些芒果一般就成为了市场上的打折芒果。



得了芒果角斑病的芒果, 如果斑点不大, 其实不影响果肉质量; 但如果造成果皮严重破损, 这样的芒果就不要选了 (图片来源: www.sagripest.org)

至于小窍门中所说的“出现黑斑表明内部坏了”的情况的确也可能发生。不过, 通常症状是在没有外观破损的情况下出现片状的褐色斑块, 并逐渐加深, 且变色部分触摸起来失去了原有的弹性。如果遇到这种情况, 那还是不要买为好。

说法 7: 草莓“屁股”发白说明用了激素



草莓会从尖端开始变红

真相: “白屁股”和是否使用激素没有必然关系, 而是和采摘时间有关。草莓的发色过程是光和内源植物激素共同作用完成的。一般来说, 越靠近尖端的部分发育时间越长、累积花青素越多, 因此草莓会从尖端开始逐渐变红。

早春在大棚内生产的草莓受光照较弱, 因此发色过程偏慢, 而且有时由于品种原因 (如多倍体等) 果实较大, 这也会使得果实基部发色更为推迟。在这种情况下, 如果等到草莓完全变红再采摘, 草莓顶端就会由于过熟而变得容易损伤, 导致整个果实霉变。因此, 这时一般不等果实完全变红就开始采摘, 这就造成了很多草莓, 尤其是大个草莓“屁股”发白的现象。当然, 还是要强调, 适度使用植物生长调节剂本身也是合法且安全的。此外, 草莓畸形、果肉发白等情况也不能说明它们出了问题。

其实, 在网上流传的挑水果小窍门中, 除了上面提到的这些说法以外, 其他大部分还是有道理的。不过, 挑选水果可不是背背窍门就能掌握的, 要想成为一名合格的吃货, 还是自己动手, 到水果市场实践一下吧! ■