

白肉種紅龍果鱗片先端為綠色，果形較常為橢圓形，口感較清爽。

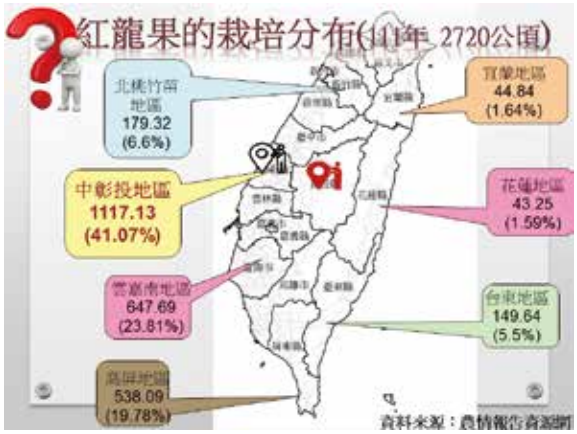
認識紅龍果與其選購要領

鳳山熱帶園藝試驗分所 **劉碧鵑**

紅龍果(Dragon fruit, Pitaya, Pitahya)又稱火龍果、龍珠果、仙人掌果等，屬於仙人掌科(Cactaceae)果樹。約自30年前自越南與中南美洲一代引進栽培，是近年甚受消費者喜愛，栽培面積迅速增長的新興水果。111年紅龍果栽培面積2,719.9公頃，產地分布在南投縣(18.8%)、彰化縣(17.2%)及屏東縣(14.6%)，其中南投縣以紅肉種居多，白肉種則集中在彰化縣與臺中市，前五大紅龍果產區為二林鎮(294公頃)、名間鄉(165公頃)、集集鎮(122公頃)、東山區(93公頃)與竹山鎮(93公頃)。臺灣目前主要栽培種類包括紅肉種(占比80%)、越南白肉種(15%)與多元色彩種(5%)。白肉種類較為單一，清一色為當初自越南引進的「越南白肉」，紅肉種類則因雜交或實生變異，種類較多，但近年逐漸統一以「大紅」為主，主要是其產量穩定、不易裂果、風味佳，受到生產者與消費者喜愛。除此之外，近年市場陸續有紅肉與白肉的雜交種-雙色種、粉紅種等品種上市。



紅龍果為熱帶果樹，但卻從中部產區發揚起來，主要與86年公賣局釀酒葡萄停止收購與獎勵轉作有關。當時的釀酒葡萄契作重要產區二林、后里、外埔，利用其原來的水平棚架來栽培需要架設支撐架的紅龍果，形成白肉種的主要產區，多年來白肉種一直只在中部地區種植，沒有往外擴展，栽培面積近年逐漸減少。紅肉種的發展始於90年代開始，有心人士自中南美洲引進紅肉種種原，其新奇肉色當時曾造成搶種的風潮，然因當時的消費者對於食用紅肉果後，有排出血便的驚嚇，並且當時栽培品種混亂，品質良莠不齊，以致廢耕剷除不少。100年開始「大紅」及「富貴紅」陸續被選育推廣，因果實品質穩定且消費者對於血便的疑慮已消除，栽培面積日益擴大。紅龍果根系淺，適應性廣，喜歡透氣性佳，排水性良好的環境，在彰化八卦山台地的紅壤也能適應良好，近年名間、集集及竹山等地，形成紅肉種紅龍果的重要產地，此地區栽培面積也是臺灣栽培紅龍果較為集中的區域。



111年臺灣紅龍果各縣市栽培分布



紅肉種紅龍果鱗片較短，果形較圓，鱗片較短且寬。



臺灣紅龍果產期從5月中旬(紅肉種)拉開序幕，一直到12月中旬(還是紅肉種)結束。白肉種產期較晚紅肉種1.5個月，也提早一個月結束。其產期短，產量也較少，透過燈照補光的方式可以延後或提早產期，每年的10～4月期間的晚上常可見到田區一簇一簇的光，即是在進行紅龍果的產期調節。紅龍果產期調節需要投入燈泡設備及用電成本，加上冬季氣溫低與催花效果不穩定等因素，雖然全年都有紅龍果的供應，但冬春的紅龍果市場售價自然較高。6～11月夏季自然產出期間，市場供應量大，果實價格也便宜，消費者可以把握時間多多享用。





雙色種在同一果肉有兩種不同色澤的呈現





粉紅種的肉色呈現淡淡的粉紅色



不同栽培處裡的紅龍果的產期分佈



紅龍果的可溶性固形物分佈情形



紅龍果飯色澤美麗，可以變化出不同視覺的料理產品。

紅龍果在栽培過程中病蟲危害種類少，對農藥的依賴性小，加上抗氧化能力佳，是近年頗受喜愛的健康水果。尤其是紅肉種果肉(皮)富含特殊的甜菜素，除了鐵質含量豐富以外，更是一種天然的染色原料，紅龍果實本身香味並不濃郁，風味也不特別強烈，與其他蔬果互搭並不會搶走對方的丰采，常被利用於需要顏色調理的材料中，是做為加工飲料、西點烘焙、蔬果沙拉搭配的好材料。甜菜素是水溶性的，但紅龍果色素容易因加熱而消失，在需要加熱的料理中，如紅龍果飯可以加入少許的酸(檸檬汁)來定色，即可得到穩定不變的紅色色澤。

怎麼挑選質優味美的紅龍果？下列原則提供做為參考：1.掂重量：相同大小的果實愈有沉重感代表果汁含量愈多，口感會較爽脆，所以愈沉重扎實愈好。2.看外型：新鮮紅龍果外皮呈現亮麗的色澤，白肉種的鱗片所帶的綠色應新鮮脆綠，紅肉種鱗片亦不應出現萎黃。3.觸摸果皮鱗片，以硬挺為佳，



各種不同皮色與肉色的紅龍果品種

觸摸其果皮若有皺縮或枯萎情形，新鮮度已漸失，應儘快食用。4.觸感：用手輕輕按壓，果實緊實沒有鬆軟表示新鮮度尚佳。

紅龍果的糖度分布以縱切面來說，果心是全果最甜的地方，其次為果萼端，接近枝條的基部是比較不甜的地方，因此在品嘗紅龍果時建議從果萼端先咬一口，然後開始吃到最甜的果心，讓果實的甜味盈滿整個口腔，在吃到果實基部最不甜的地方時，口腔已經充滿甜味，不會覺得紅龍果不甜了。越南白肉紅龍果透過蒸熱處理是可以進來臺灣的，但國產的紅龍果除了有新鮮直送的優勢外，其成熟度、新鮮度、甜度絕對都優於進口的紅龍果。



紅龍果的貯存，以九分熟的紅龍果而言，室溫下鱗片約3～5日即會開始失水萎凋，超過7～10日常因表皮的皺縮或感病而無商品價值，但若置於5℃的冷藏溫度下，並且做好果品防護，可貯存約2～3週鱗片仍可保持新鮮狀態，但冷藏果品一旦回溫之後會急速感病萎凋，應儘速食用。