

## 果中之王——波羅蜜

/ 陳慶元

南鎮青年農民沈傑宗培育新興水果—波羅蜜成功，鄰里鄉親得知，對他的研究精神至為讚佩。

原產東南亞地區的波羅蜜，果實奇特且大，乍看之下如蜂巢，果實結在樹幹上，每棵結果至少10顆以上，每棵重達5、6公斤，果皮堅硬，果肉味甜且帶有濃厚的香味，人們稱之為「果中之王」。

沈傑宗表示，波羅蜜的果實在未成熟時呈蒼綠色，而後呈黃綠色，成熟後則呈黃色或黃褐色。果肉含有大量糖分及蛋白質，營養豐富，除可生食外，還可加工製成果汁、果醬或罐頭。

沈傑宗還說，未成熟的果實，其果肉及種子也可以當成蔬菜煮食；其種子呈腎臟形或橢圓形，每粒重達4.5公克，果仁呈乳白色，質地細緻，煮食後有菱角口味。

沈傑宗指出，波羅蜜是屬熱帶性果樹，適合種植於高溫多濕地區，苗木定植後3~5年內



波羅蜜果形奇特且大，乍看之下如蜂巢。

即可結果，果期很長，種植在庭園四周亦可供乘涼，作為庭園果樹。

值得一提的是，波羅蜜果樹病虫害極少，無需噴灑農藥，果樹又大，頗具經濟效益，對人力不足且老化的農村，是一種非常具有潛力的新興果樹。

據了解，公賣局南投酒廠經長期試驗發現，波羅蜜的果肉除生吃煮食外，適於作為釀酒原料。

## 台北市農會表揚績優及資深員工



在台北市各級農會資深及績優員工表彰大會上，台北市長黃大洲（左一）親自頒獎給特別績優員工顏明宗、錢小鳳及劉文傑3人（由左至右）。