

# 梅山鄉的愛玉子

嘉義縣政府／李清雄

愛玉子是本省民間由來已久的一種鄉土產物；橙黃晶瑩剔透的愛玉凍，則是一種健康的天然食品。盛夏溽暑喝愛玉凍，更是一種清涼的享受，只是近年來由於原始林漸遭砍伐，野生愛玉生長環境受限，產量日稀且有絕種之虞，為此嘉義縣梅山鄉農會乃於民國68年間，在台灣省政府農林廳、台灣省林業試驗所及嘉義縣政府林務課等單位輔導下，致力愛玉子人工栽培之研究推廣。在經過10多年來農政人員不斷試驗改良後，嘉義縣愛玉子的人工栽培成就輝煌，目前梅山鄉愛玉子人工栽培已達50公頃，年產愛玉子約20萬公斤。另外竹崎、中埔、阿里山等山區亦有推廣。由於嘉義縣推廣成果極為豐碩，近年來新竹、南投、高雄及屏東等縣亦相繼推廣愛玉子的人工栽培。

## 愛玉果凍之製作

嘉義縣梅山鄉農為了使愛玉子這種天然食品能普遍深入每一家庭，而成爲夏日大眾化的飲料，特別研究出簡易迅速又衛生的愛玉凍製作方法。

### 1. 製作方法

以18~20公克的愛玉粉放入裝滿1,200cc涼開水的果汁機中，攪拌約兩分鐘後倒出過濾，再靜置5分鐘即成爲美味可口的愛玉

凍。

### 2. 食用方式

食用時以湯匙輕輕撥碎後，放些冰塊加點蜂蜜或果糖，即是一道清涼解渴的愛玉冰，如再加些檸檬汁則味道更佳。

## 愛玉子的營養成份及功效

依本草綱目記載，愛玉子的葉含有灰份可製強壯劑，枝條能治風濕，愛玉因富含植物性脂肪及蛋白質，果膠更含有獨特的酯酶素，常吃不但可潤膚美容防老化，而愛玉子因終年受氤氳濕潤的霧氣吹拂，更具有極佳退火與降血壓之療效。因此愛玉子可說是一種兼具營養美容，而又能清涼解渴的夏日珍品。

## 愛玉果凍真偽之辨別

由於愛玉子係高經濟作物，目前愛玉子市價每台斤約在千元左右，爲圖暴利，常有一些不肖的商人以膺品冒充，因此消費者在購買時必須注意，如有說明書註明須以開水煮數分鐘，置放冷卻後方能結凍者即爲假貨。真正愛玉絕對不需加熱，而係以果膠自然凝結，單憑這一點即可辨別真偽。又愛玉結凍後如不食用，過一段時間便又化爲液體，而化學合成品便不具有此種特性。



晶瑩剔透營養可口的愛玉凍



愛玉子果實

曝曬愛玉子乾果

