

清涼一夏愛玉的滋味

愛玉別稱玉枳、枳蒲、草實枳、籽仔、枳仔，屬桑科榕屬中的常綠大藤本植物。雌雄異株，多年生，原產台灣，每年春季之交開花，秋冬結果成熟。野生愛玉分布在嘉義、南投、宜蘭、台東和屏東等縣，海拔1000～1800公尺多雨濕潤森林地帶，藉氣根攀附於樹幹或巨大岩石上。

嘉義縣政府與梅山鄉農會為改善山區林農生活，增加收益，自民國72年開始，推行愛玉子人工栽培計劃。73年起，省農林廳更提供經費補助各項生產設施，計有灌溉用蓄水池、水泥支柱、優良種苗、肥料、果實採收鋏、烘乾機、集貨包裝場及展售會用包裝盒等。截至76年止，本鄉推廣愛玉人工栽培面積已達40公頃。主要栽培地區在海拔1200公尺之太和、瑞里、瑞峰三村。

鄉土食品老少咸宜

愛玉凍為本省獨特具有鄉土風味之低熱量食品，食後有清涼甘醇的感覺，為一般果汁汽水類所無，故其製品深為國人所喜好。愛玉凍是愛玉子加水揉搓製成，是老少咸宜的炎夏消暑聖品。

傳統式的愛玉凍製造法，是將愛玉子裝在紗布小袋內，摻水後，用手揉搓，即有膠狀物溶出於水中，揉搓約10分鐘，至手有生澀不滑的感覺為止，經過10分鐘後，溶液即自然凝結成凍。此法既費時，又不衛生，所以一般家庭很少調製，因而影響其消費量。

梅山農會推出愛玉子定量小包裝，可以果汁機快速製成愛玉凍。



天然愛玉子

真正的愛玉凍是消暑聖品，靜置後顏色會加深。

簡速愛玉凍製法

本鄉農會為提昇愛玉子消費層次，特精製定量小包裝，每包20公克，創新簡易快速調製方法。方法是將愛玉子20公克加冷開水1200 cc，放入家庭用果汁機內，快速攪拌1分半至2分鐘，立即用紗布過濾，倒出於容器內，靜置3分鐘，即成淡淡琥珀色透明亮麗的愛玉凍。全部製作過程僅需5～6分鐘，既省時又衛生，使愛玉子很快被一般家庭接受，而促進消費。

食用時，將愛玉凍切成小塊，依各人之喜好添加糖水、蜂蜜、刨冰或予以冰凍，加入少許檸檬汁，更能增加風味，真是清涼有勁，回味無窮。

真假愛玉凍

愛玉子之組成分：水份佔

10.19～14.3%，灰分3.80～4.10%，蛋白質10.68～11.03%，脂肪12.81～14.3%，粗纖維20.09～28.54%，無氮物28.73～35.14%。愛玉子係一種低熱量之飲料，市面上冒充天然愛玉子之製品有多種，真假愛玉子之辨別有下列三種方式區別：(1)外觀—真正愛玉子為芝麻粒狀；假愛玉為粉末狀。(2)製作愛玉凍方法—真正愛玉凍，係加冷開水攪拌而成，絕對不可加熱，經過加熱，即無法凝結成凍。假愛玉是用開水煮數分鐘後，冷卻而成（單憑此一說明即可分辨真偽），再加熱冷卻仍可凝結。(3)愛玉凍成品—真愛玉凍成品靜置會氧化（顏色加深）、脫水（12小時脫水量約10%）；假愛玉凍成品靜置，不氧化，也不脫水。

傳統愛玉凍是以愛玉子加水揉搓製成

