

## 國產夏季水果 · 新鮮美味有夠讚

今年國產水果由於受到氣候暖化影響，以致造成溫帶水果產期延後，熱帶水果產期提前現象，各季上市的水果種類及數量將較為平衡，產銷亦趨於穩定，民眾在今年春天就可以嚐到許多新鮮的國產夏季水果。

台灣極適合栽培熱帶果樹，往年熱帶水果之盛產期為 6 - 8 月，每年該期間供應之水果不但種類多且數量大；相對的，在 3 - 5 月上市之水果種類顯然較少，為國產水果青黃不接時期。農糧署指出，本年因逢暖冬，導致數種需藉低溫打



破休眠之溫帶果樹其萌芽及開花都受到影響，原應於 3 - 4 月生產之青梅、枇杷、桃、李等，產量減少且產期略有延後；另一方面，暖化的氣候卻促使熱帶水果提早成熟，因此，今年自 3 月起就可看到大量高品質的熱帶水果包括木瓜、香蕉、鳳梨及芒果上市，接著荔枝亦將於 5 月開始採收。

農糧署指出，國產水果品質良好、新鮮又安全，有 GO 讚，尤其今年 3 - 5 月即有多種溫帶及熱帶水果上市，不再是供應淡季，民眾可把握時機，享用各種水果之美好滋味。🌿

資料來源 | 台南區農業改良場

## 鳳梨豐美多汁 · 嚐鮮正是時候！

台灣一年四季皆可生產鳳梨，尤其以 3 - 6 月所生產的品質最佳。台南區農業改良場表示，受到去年暖冬結果，鳳梨生長期間平均溫度較高，因此今年所產的鳳梨品質更勝以往，想要品嚐香甜多汁的鳳梨，現在正是時候！

台灣鳳梨可鮮食的品種中，以台農 17 號(金鑽鳳梨)最受消費者喜愛，約占總栽培面積的 70 - 80%。金鑽鳳梨的果實為圓筒形，果重約 1.4 公



台農 17 號鳳梨

鳳梨含有豐富的醣類、維生素 B<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>、維生素 C、鉀、錳和纖維質，能促進鈣質吸收及有強化骨質的效果；而豐富的蛋白酵素不僅可以幫助消化，更可以促進組織復元，幫助減輕瘀腫、扭傷等情況。

台南區農業改良場指出，鳳梨品質會因季節及品種不同而有差異，選購時以果實結實飽滿，有重量感，果重在 1.5 - 2 公斤之間，果目平整光滑無裂縫，果實聞起來有一股濃郁香氣者為佳。由於國產的鳳梨糖度高，於夏季時宜挑選果皮金黃帶綠者為佳，全黃的果實容易有過熟的酒餿味，且不耐貯放，挑選時要多加注意。🌿