

# 文旦成熟時， 農改場教您選購秘訣



麻豆文旦為中秋重要應景果品

文旦柚含有高膳食纖維、豐富的維他命 C 及多種礦物質等營養素，是優質的天然健康食品。消費者要品嚐國產優質營養、好吃的文旦柚，現在正是時候。

炎炎夏日即將過去，秋意日漸濃厚，又將是文旦柚飄香的季節了！文旦柚以其甜酸適中的滋味及口感而廣受消費者的歡迎，是國人歡度中秋佳節時不可或缺的應景水果，送禮食用兩相宜。

台灣栽培文旦柚已有 300 年歷史，目前全國文旦柚栽培面積近 6 千公頃，產地主要集中在花蓮、台南、苗栗、宜蘭、台北縣、台東縣及雲林縣等地。各地產區為求文旦產品之區隔，遂冠以當地地名之文旦稱之，以建立各自品牌打開知名度，並拓展運銷通路行銷全國各地。由於今年文旦柚花期正常，果實生育日數充足，雖生長後期受颱風之影響，產量略減外，其果肉更為飽滿，且清甜芳香及回甘的特色依舊。

文旦柚果實最適採收期通常於白

露（9 月 7 日）前後，因農曆潤 5 月關係，白露距離中秋節（10 月 3 日）時間較長，採收後之文旦柚有更充足的時間進行「消水」，使糖度提高、風味及口感更鮮美。文旦柚品質受植株樹齡大小及栽培管理之影響，果實品質差異較大，消費者在選購文旦時，可先看果實形狀以底寬而上尖，呈短三角形者品質為佳；且用手托托看頗有沉重感，重量約在 1 台斤左右（即 600 公克）；果皮光滑呈黃綠色，且油胞越細越好；食用時果肉淡黃白色、無子、柔軟多汁甘甜、糖度達 10°Brix 以上者品質最佳。若消費者想馬上品嚐，應選果皮呈淡黃色者為佳，若要久放才享用，則應選果皮略黃綠者。

文旦柚營養價值豐富又耐貯放，是很好的健康食品，因此消費者應打破文旦柚為中秋應景時令水果的觀念，在日常生活中也是消費者不錯的選擇果品之一，請大家多享用優質國產文旦柚，營養又健康。（資料來源：台南區農業改良場）