

麼大多數的消費者(85%)會改買CAS標誌的蜜餞，當然，如果商店裡同時有CAS標誌和沒有CAS標誌的蜜餞，而且口味相同，但是其中有CAS標誌的蜜餞比沒有CAS標誌的價格貴20%，90%的消費者表示仍願意購買有CAS標誌的產品，可見消費者是多熱切地期待能有吃得衛生安全的保障。

有鑑於此，行政院農業委員會目前正與本所合作推動「CAS優良蜜餞」相信在不久的將來，消費者很快就可以吃到既衛生又安全的蜜餞了！

蜜 餞

豐儉可以濟時 疾苦可以備藥

撰文／蔡政純

參考古籍／本草綱目·

廣群芳譜

中國偉大的醫書〈本草綱目〉中提到：「木實曰果，草實曰菰，熟則可食，乾則可脯。豐儉可以濟時，疾苦可以備藥。輔助粒食，以養民生。」明顯指出水果不但在瓜熟蒂落之際可以鮮食，進可以「乾」之為「脯」。成為老少咸宜的蜜餞。

從考古資料中發現，我國在西漢以前即有相當進步而且複雜的蜜餞製作法。各類「本草」中關於「果脯」（蜜餞）的製作也多所記載，集至明清之際有居家必要之書籍，對蜜

餞的加工處理更有極清楚的記載。

我國各地因地理、氣候、習慣上的差異，所製作的蜜餞也各有特色。大陸地區習慣將較濕潤的製品稱為蜜餞，而比較乾燥的稱為果脯。果脯一般分為兩類。一是北蜜，是將原料加糖煮到一定濃度之後，曬乾或烘乾，成為金黃色或琥珀色，表面透明但比較乾燥不黏手。另一是南蜜，則是將原料烘煮，經過乾燥，再在製品外面灑一層粉末狀的砂糖衣。至於蜜餞也分兩大類，一種是帶汁蜜餞，另一種則是製品未經烘晒而表面附著透明似蜜的濃糖汁。

至於本省則無論製品乾溼與否，一律統稱為蜜餞。製法上早已融合各地的優點和特色，精益求精。產品製作上尋求多樣化和精緻化，遠超各地，獨步全國。

本省蜜餞以梅、李、桃、芒果、橄欖、金柑等較為大眾所喜愛。以下參考本草綱目、廣群芳譜等資料，分別介紹其特性：

梅，因可以媒合眾味，所以稱之為梅（媒），梅子含果酸最多，但却異於其他含果酸之果品，獨能生津液，止煩渴。梅的製法、吃法繁多，但以白梅、烏梅於醫道中運用最廣。梅能調節身體，去痰除濕，止吐止痢，治熱解酒，是極有益處的家庭必備零食和藥材。梅尤其有醒酒，除口臭、解空氣污染所引起的不適，對應酬繁多的現代工商人士更是一帖良藥。

桃，道教謂桃為仙家之果，以桃木修雕成像來趨吉避凶，以桃果奉獻上上之天。種種附會與傳說記述甚多。而桃子爽脆甜美，人人愛吃的事實，則遠勝過神仙附會來的更實惠。桃在中醫的運用上，以桃仁行血，治療血、血閉、腹內疾病。用桃葉治惡氣、傷寒、風痺、通便。

李，傳說天帝懲罰犯罪的龍，必割其耳。龍耳血滴落凡間便長成李樹。胭脂李、珍珠李、黃肉李……均可製成可口的蜜餞、李子酒，除有養顏、美容的功用，還有行血舒筋、消除疲勞的作用。而一般的李子蜜餞更深得大眾所愛。

芒果，俗稱「希望之果」、「愛情之果」，堪稱色香味俱佳，無論鮮食，製成蜜餞、果乾、罐頭及果醬都各具特色。現以青澀未熟的幼芒果切絲糖漬而成的「情人果」，尤為宴席之最佳點心。

橄欖，是南方的特有植物，〈本草綱目〉中說：（橄欖樹）其子生食甚佳，蜜漬鹽藏，皆可致遠。由於橄欖有開胃、下氣止瀉、生津液、止煩渴、治咽喉痛的功用，咀嚼橄欖果或橄欖粉都能得到甚好的療效。平時若因魚刺哽喉，一粒橄欖果核研末，效果立收。並治一切魚鼈之毒。

金柑，以其果熟時黃如金而得名。金柑其味酸甘，芳香可愛，多製成蜜餞後食用。對下氣快膈、健脾胃、煩渴、理氣、化痰、止痛有極大的作用，特別在鎮咳、潤肺、健胃的功效。是家庭日用珍貴食品。