

鄉土愛玉子



■ 生鮮愛玉果像極了青綠色的芒果。

愛玉子屬藤科，攀附在海拔1000-1800公尺的原始林木上，人工栽培的愛玉子則攀附在水泥柱或大石頭上。生鮮愛玉果外表像極了青綠色的芒果，採收後，經削皮曬乾，外翻果內種子再曬乾，外翻的種子，即俗稱的愛玉子，利用小刀或鐵湯匙剖落種子，作為製造愛玉凍的原料。

愛玉果成長過程中不必噴農藥，又是密不透氣的隱花果，無農藥殘毒之疑慮，愛玉子是台灣特有的鄉土產品，海南島、大陸沿海、金門所產的為「薜荔」，與本土愛玉子是同科不同種的作物。

薜荔成品外觀黑褐色，品質低劣，如用大陸的薜荔為原料製作愛玉凍，最多只能用10

倍的水作媒；本土愛玉子外觀為金黃色，製造愛玉凍可用60-100倍的水作媒，正如本省有句諺語：一尺差九丈的寫照。兩者外表形狀亦不同，消費者購買時詳細觀察避免受騙。家庭自己動手做愛玉凍，不必擔心人工色素和防腐劑之摻雜，而且衛生安全。

目前國內在林業實驗所專業人員指導下，已有幾處入工栽培成功的愛玉子農場，本人由衷呼籲有此專業技術的農場人員，勿把此項栽培技術外移，以利愛玉子在台灣永續發展。

愛玉子含有豐富果膠及天然活性酵素，中和水中鈣離子，產生生化反應而結凍。愛玉子性微寒，有促進血液循

環、擴張血管而預防血管硬化之功能，愛玉子或愛玉凍都不含熱量，且無果糖成份，不加糖的愛玉凍為糖尿病、減肥者之飲料聖品，口角發炎或長青春痘的讀者，不妨多多試用。

日本人把愛玉子視為健康食品，有大飯店作為餐後高級甜點，還有愛玉子專賣店；反觀在台灣只有路邊攤的阿婆在販售愛玉子，是乏人開發？或無法認同自家產品的價值？這才是真正台灣人的悲哀！

自製愛玉凍有兩種方法：

(1) 果汁機攪拌：果汁機加入1500cc (約6碗) 冷開水，放入20公克愛玉子，相當於家用湯匙裝得尖滿，或電鍋量米杯在2的刻度，用快速鍵攪拌90秒，停止後將浮白色的攪拌液倒入搓揉袋過濾，袋內愛玉子膠汁，用手全部擠出來，靜止時間內便慢慢結凍，完全結凍約10分鐘。攪拌時間不可過久，如果超過2分鐘以上，就會錯過結凍的關鍵時刻，造成結凍不良或無法結凍，此種現象為愛玉子的特性，稱為「不可逆膠」，也就是結凍適當時間內，只結凍一次，如果遭到破壞，便無法還原再次結凍。

(2) 用手搓揉法：將20公克愛玉子倒入搓揉袋中，袋口往右食指撓一圈而握緊，勿讓袋口鬆開，置入1500cc (約6



■ 經削皮曬乾再外翻的種子，即俗稱的愛玉子。



■ 太空蓮紅色蓮蓬。



■ 太空蓮花苞。



■ 一般蓮花為綠色蓮蓬。

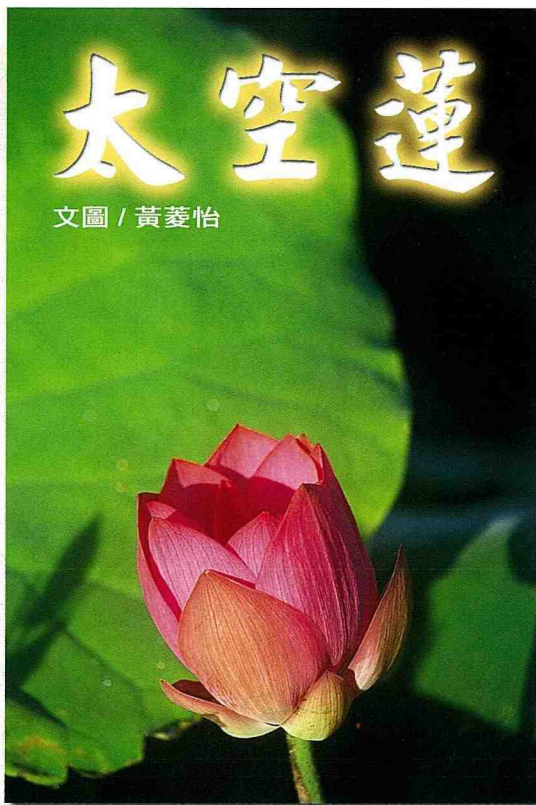
將 蓮子從地球帶到太空，放置一年之後，再取回地球栽種，會有什麼變化與不同？主持台灣蓮花研究中心的林森津透過特殊管道取得此種蓮子，經培育、萌芽、茁長、開花後，所結蓮蓬與眾不同。

一般蓮花，不論紅花或白花，所結長的蓮蓬都是綠色的，但是，從太空漫遊回來的蓮子，從發芽到開花的過程中，與一般荷蓮相同，並無不同之處，蓮葉、蓮莖，以致綻放的蓮花，都與一般的蓮花無異，惟獨結成的蓮蓬，突變為從未見過的紅色蓮蓬，而且蓮蓬的形狀，也由一般的鈍三角形，變成底部尖長的高腳杯狀，蓮蓬中結出的蓮子，數量

也銳減至僅剩5-6粒。

次年，林森津把發生變異的蓮藕，繼續培育照顧，證明改變之後的「紅蓬蓮花」，遺傳性狀穩定，成為地球上珍稀的新品種蓮花，目前暫名為「太空蓮」。

林森津表示，「太空蓮」的蓮子產量減少很多，較不具經濟價值，倒是成熟的紅蓮蓬，外型可愛美討喜，可作為盆栽與插花的新素材。圖



文圖 / 黃菱怡

■ 太空蓮開紅色蓮花。



■ 太空蓮的新葉。

碗) 冷開水中，用雙手上下搓揉3-5分鐘，至冷開稍微變黏濁，且袋子的外面有澀澀的泡泡跑出來，就要停止搓揉，(同為前面所述不可逆膠原理)，靜止後便慢慢結凍，完全結凍約需20分鐘。假如食用人數眾多，愛玉子和冷開水，可按同等份增加，做法一樣，愛玉子20公克約半台兩，用電鍋量米杯量約在2的刻度，

1500cc的冷開水，等於1.5公斤，或2.5斤(約6碗)。

使用自來水或山泉水製造，結凍品質最佳，自製過成需注意，不可使用帶有油質容器和油質水，不可使用不含礦物質的軟水，如用活性過濾的水，逆滲透水，已過濾的礦泉水都無法結凍。將愛玉凍切成小四方塊，加上冷卻蔗糖水或

果糖，夏天加些小冰塊，愛玉凍立即變得有韌性，吃在口中清涼無比，真是心涼脾土開，享受快樂的人生。

有關愛玉子人工栽培，和採收乾燥方法，如日曬法、烘乾法、冷凍除濕法，都有繁複竅門要點，有興趣的讀者若有疑難，本人樂意解答(電話：05-262 1490)。圖