

蔬果採收保鮮有訣竅

維持品質有保障



文圖/吳庭嘉

新鮮的蔬菜及水果是日常生活中不可或缺的營養來源，人們食用新鮮蔬果的品質要求亦不斷的提高。不論對生產者、消費者或是貿易商而言，新鮮蔬果的品質與採後壽命是園產品銷售的主要限制因子。因為採收後的新鮮蔬果仍然具有生命，尚有各種生理作用持續進行，如呼吸作用、蒸散作用、乙烯生合成等，進入後熟及老化腐敗，最終失去蔬果的營養價值、風味及生命。影響蔬果採後生理變化的原因有很多，如溫度、濕度、大氣組成分等，其中溫度是影響採後生理變化最重要的因子。因此，蔬果自採收後如能持續保持低溫，降低其生理作用速率，方能有效維持園產品的品質。

對生產者而言，辛苦栽培的蔬果產品可以選擇清晨氣溫較冷涼

時採收，此時蔬果本身溫度較低，且日照及環境溫度不高，可使採收的蔬果保持在較低的溫度。採收後的蔬果需儘速送到集貨場，或是降低園產品溫度的增加，如採收後置於陰涼通風處，避免日光直射及園產品呼吸熱累積所導致的溫度增加。運送及銷售過程也同樣需要維持低溫，避免園產品因溫度增加，導致其生理變化加速，品質劣變。從田間採收、集貨分級、運銷販售，直到消費者食用的過程都必須做好溫度管理，採後冷鏈的完整性是園產品採後保鮮的重心。



▲採收後的蔬果儘速送至集貨場，置於陰涼通風處，避免日光直射及呼吸熱累積導致之溫度增加