

西印岛樱桃——一种富含 维生素C的热带水果

西印岛樱桃 (*Malpighia glabra* L.) 属金虎尾科金虎尾属的一种小乔木, 原产于西印度群岛而取名称为“西印度群岛樱桃”, 简称“西印岛樱桃”。最早在1946年被发现于波多黎各, 当地名称叫“acerola”, 西班牙语为“樱桃”之意, 也叫“巴巴多斯樱桃”。它的主要闻名之处在于维生素C含量惊人之高: 达2—3%! 换句话说, 20克的果实约有一半为果肉(可食部分), 就含有约200—300毫克的维生素C, 它相当于被推荐的每日人所需要的维生素C剂量的5倍。果实具浅脊(见照片), 含有三个三角形的种子。在温暖、潮湿的气候条件下, 一年可以开花结果5次, 每公顷可收获60吨果实。是一种很有发展前途的热带水果。它极易用扦插繁殖, 因此, 形成新的栽培品种是很容易的。本属约有30多种, 均为灌木或小乔木。其它种中除了*M. souzae*和*M. shaferi*两个种的维生素C含量较高外, 其余种含量都较低。

自从这种水果被发现后, 世界不同地区的许多学者和营养学家都作了许多研究, 发现它不仅含有极丰富的维生素C, 而且还含有许多营养物质, 如蛋白质、碳水化合物, 糖, B类维生素和许多种矿物元素等。现将成熟果实的主要性状及成分列举如下: 果实重4.7克, 直径2.2厘米, 手压榨果汁占果重的69.6%, 含水分83.4%, 果汁中可溶性固形物5.85%, PH值3.3, 总酸度(每100毫升果汁用0.1N的氢氧化钠滴定的毫升数)为135.9, 还原糖(以克/100毫升的葡萄糖表示)为4.1, 果汁的抗坏血酸(即维生素C)



西印岛樱桃

含量为1200毫克/100毫升, 有的测定值为1494, 有的在100克的可食部分测得含量为2247毫克; 在果实的可食部分中含蛋白质1.77—1.66%, 水分83.60—81.90%, 灰分0.82—0.77%, 脂肪0.18—0.09%, 粗纤维0.9—1.20%, 碳水化合物12.73—14.38%; 在100克可食部分中含维生素B₁ 4—24微克, 维生素B₂ 43—38微克, 烟酸(抗癞皮病维生素)为464—526微克; 在100毫升的果汁中含有维生素B₆ 205微克, 还含有相当数量的β胡萝卜素。此外, 在100克可食部分中还含有钙8.2—34.6毫克, 磷37.5—33.6毫克, 铁1.11—1.01毫克等多种矿质元素。由于这种水果富含维生素C, 又美味可口, 有营

养,可用其果汁制成透明的粉红色的果冻,这种果冻在较长的时间里仍可保留着大约800毫克/100克的维生素C。因此,有人用这种果冻来治疗患有严重坏血病的婴儿(8个月龄),每日口服含有300毫克的果冻,治疗一周后,症状减轻,2周后症状消失。也有用果汁来喂三至七周的婴儿,也得到良好的效果。

为了推进这种水果的消费,波多黎各大学的农业推广服务部门分发了10,000多棵苗木,栽植于医疗卫生和群众团体的中心,教堂附近,私人庭院以及人们容易到达的公共场所,作为宣传推广的活广告。为了促进它的商品发展,几个农业研究中心,特别是在波多黎各、佛罗里达和夏威夷,已对这种水果研究出了最佳的栽培、处理和加工的方法。作为这种研究活动的结果,在波多黎各生产了西印岛樱桃果汁。后来这种果汁被作为一种添加剂使用的高含维生素C的西印岛樱桃果粉所代替。这种果粉出口到美国大陆和欧洲,用来加进维生素C含量低的果汁里。这种果粉大约成功地生产了12年,而后由于田间和工厂操作机械化效率低造成生产成本过高而停产。大约15年以后,一种以“C-100”为商品名称的掺有西印岛樱桃果汁和其它果汁及花蜜的罐藏果汁产品提供给了波多黎各的消费者。科学工作者对果汁的提取、加工、罐藏和品质的保持、色香味的变化,脱水果粉的工业生产方法、工艺流程等都作了研究。有兴趣的读者可参阅文后所列文献。

陈三阳根据下列文献编译:

1. Nagy, Steven & Shaw, Philip E. "Tropical and Subtropical Fruits Composition, Properties and Uses", p. 341—374, AVI Publishing, INC. 1980.
2. Samson, J. A. "Tropical Fruits" p. 226—227, Longman, 1980.