

又大又甜的新疆葡萄干 你吃了吗？

新疆的葡萄干经常让人忍不住好奇：连蒸发掉水分的葡萄干都这么大，那它还是葡萄的时候该有多惊人啊？不仅个头惊人，新疆葡萄干的种类还特别特别多，大巴扎上摆出来的一筐一筐的葡萄干们，仿佛凑成了一个色盘。

新疆人怎么吃葡萄干

新疆的葡萄迷人眼

先不说有近百种葡萄的吐鲁番了，随便钻入新疆的哪个市场，葡萄也有好几种。这里的葡萄几乎都不套纸袋，就是一提一提地简单放在葡萄枝叶上面，葡萄们也乖乖地整齐挨着，翘首以盼。

无籽露

人人都爱的无籽葡萄，最常见的就是无籽露了。它是一种无核葡萄，我们平时最常见的葡萄干就是它晾干后的模样。无籽露的果粒最小，呈椭圆形，平均也就成人食指指甲盖大小。常见的有淡黄色和淡绿色两种，透过太阳光，

好像一大串明亮的水滴。皮很薄且脆，入嘴一挨牙齿就爆成一汪甜水。无籽露上市周期比较长，从七月中一直到九月底都有产。

玻璃脆

玻璃脆，也叫火焰无核葡萄。这种圆圆的红色葡萄，比无籽露稍大一点，皮肉仿佛一体，肉厚汁满，放一颗在嘴里，不用牙咬，只要上下颌一合，就能感受到葡萄在嘴中炸开时的清脆，而且汁水有淡淡的玫瑰清香。“脆”如其名，由表及里，粒粒爆珠。它的上市时间非常短，7月初成熟，月底就

下市，前后还不到一个月。

无核紫

无核紫葡萄紧接着玻璃脆上市，8月中旬就下市。无籽葡萄特别适合做成葡萄干，皮薄肉厚容易晾干，甜而不腻的风味得到迅速保存。

马奶子

有籽葡萄最有特点的就是马奶子葡萄家族啦，无论是绿马奶子还是红马奶子，长椭圆的形状，拇指大小，粒粒晶莹透亮，特别适合拿在手里，边看电视边吃：第一口咬断上半截，去籽，第二口将下半截送入口中。

除了直接吃，葡萄干在新疆还有别的妙用。

大部分人都只知道入门级的肉抓饭，殊不知在新疆还有进阶版——水果干果甜抓饭。作为我国知名的瓜果之乡，西北干燥之地，新疆本地出产的干果种类多到可以撑起整个干果市场，而其中适合做抓饭的却不多。

首先，果皮不能太厚，内心包裹严实的无花果干不行；其次，气味不能太重，枣味满满的红枣干饭也不好叫抓饭；最后，要有足够的甜味能经受焖煮稀释。数来数去只有葡萄干和杏干最为合适，尤其是葡萄干，有时候本地人做肉抓饭也喜欢放上一把。

葡萄干抓饭经过长时间焖煮，原本风干的果肉再次充盈起来，高温下糖分析出为饭增加甜度的同时，使干果变成清爽的酸甜口味。

本身就浓缩了香甜的葡萄干，和点心更是配一脸。

古拜底埃是塔塔尔族日常生活中最主要的糕点之一，可以算是糕点中的“硬菜”——中间夹有小米、面粉、鸡蛋、杏干、葡萄干、黄油等，有时也有肉馅，可以说是“碳水+碳水”。

这种圆形糕点外皮酥脆、里面松软，常常出现在塔塔尔族的婚礼、节日或者有重要客人来访时的餐桌上。

没听说过玛仁糖，你一定听说过“切糕”，抛开那些纷纷扰扰，玛仁糖是一种历史十分久远的点心。

玛仁糖选用核桃仁、玉米饴、糯米、葡萄干、葡萄汁、芝

麻、玫瑰花、巴旦杏、枣等原料，蒸熟后趁热放进木槽之中，压一些重物，这样成品就被压得很紧实，像压缩饼干一样，密度极大，非常顶饿。

每到了夏天，新疆的街上会出现一种超级有人气的美食——果酱酸奶和果酱刨冰，将冰块用工具凿成小碎块，用碗接住，然后加点果酱或蜂蜜，加一勺酸奶，再撒一把坚果粒、葡萄干，一碗纯天然的新疆刨冰就做成了。

从前，无知的我肤浅地以为：吃粽子只是在五月初五这一天，没想到在新疆，人们把粽子搭配酸奶开发出了一道清凉的美食，意想不到的搭配，竟然很好吃！

煮好晾凉的糯米白粽用勺子压平，抹上一层厚厚的无糖老酸奶，再淋上稠厚甜腻的杏子或者无花果果酱，最后可以再撒一点葡萄干等干果。

入口是酸奶的绵密，酸酸的、凉凉的，紧接着是果酱的甜润，沙沙的、甜甜的，最后是粽子的软糯，绵绵的、糯糯的。糯米糍尚且可甜可咸，粽子怎么就不可以加酸奶了？酸奶粽子的美味，真的只有试过才知道。

在新疆，只要是点心，葡萄干似乎都可以去客串一把。

除了上面提到的古拜底埃、玛仁糖、酸奶粽子等等，更别提一眼望去就干果满满的塔城奶酪包、果仁饴、新疆大列巴……让人是如此直观地感受到新疆的干果丰盛，把“瓜果之乡”完全具象化。

（摘编自《科普中国》）



得天独厚的瓜果之乡

新疆是有名的瓜果之乡，一首《我们新疆好地方》道不尽新疆的美好，其中一句歌词就是“葡萄瓜果甜又甜”。

新疆远离海洋，深居内陆，气候干燥，日照时间充足（年日照时间达2500~3500小时），大部分地区春夏和秋冬之交日温差极大，故历来有“早穿皮袄午穿纱，围着火炉吃西瓜”的俗语。

果实甜度从着果即开始累积。我们可以想象一下五

六月瓜果生长的一天：从早晨7点就开始迎接太阳的照耀，湛蓝的天空没有一丝云的遮挡，充足的光照使瓜果在生长期制造大量淀粉和糖类物质；傍晚8点，太阳渐渐消失在地平线，空气中湿度很低，到了晚上温度下降飞快，这样植物的呼吸作用又减弱了，糖分等有机物的分解也随之减少；养精蓄锐一整夜，第二天接着被太阳叫醒……就这样周而复始，造能量，消耗少，再加上降水

量少，勉强保证生长，而远远达不到稀释浪费的程度，甜度自然而然就上去了。

甜度的累积是最直观的，其实与此同时还有大量风味物质也在狠狠累积，它们不仅提供了瓜果该有的本身滋味，还有不同品种间的差异化风味。这些细微的区别，都浓缩在饱满的果实里，躺在新疆每一个看似平平无奇的水果摊上，等着你亲自逐个体验。

