



(上接1版)

除了种植面积最大的翠冠梨外,上海还有少量早生新水、翠玉、圆黄和苏翠一号等梨品种。著名的“仓桥水晶梨”和“庄行蜜梨”是国家地理标志产品,深受市民认可,它们以果肉泽亮、味道甜蜜而著称。实际上,这两个品牌下包含了多个砂梨品种,如翠冠、翠玉、圆黄等,每一种都有其独特的魅力。翠玉梨则是由西子绿和翠冠杂交而成,果皮浅绿色,果肉白色,口感脆甜多汁。圆黄梨果形扁圆,果肉纯白色,肉质细腻多汁,带有奇特香味,是晚熟品种中的佼佼者。早生新水梨则是由上海市农业科学院林木果树研究所培育的品种,是一种鲜食型早熟梨品种。其树形窄圆锥形,姿势直立,树干颜色从浅灰褐色到灰褐色变化,叶片大且革质、厚、平展,成龄叶色浓绿有光泽,一般果实采收期为七月中旬至七月下旬。

婆娑碧叶晶,枝下脆梨莹。盛夏时节,正是地产梨成熟上市期,脆爽多汁的梨子口感为市民夏日解暑提供了新选择。每到梨熟季节,果园直销成为主要的销售方式,游客们纷纷前来采摘品尝,享受那份来自大自然的馈赠。同时,线上销售也逐渐兴起,电商平台、微信营销等方式让更多人能够品尝到上海地产的优质梨果。

一方水土养一方果

上海地产梨的优质品质得益于得天独厚的生长环境。作为传统的梨树种植区,松江的梨树种植规模位居上海各涉农区前列。以“仓桥水晶梨”为例,其种植基地紧邻黄

浦江畔,拥有干净优良的水质和富含有机物的“青紫泥”土壤,为梨树的生长提供了良好的条件,这种优越的自然环境使得梨果在口感和品质上更加出众。

正在推进世界级生态岛建设的崇明,拥有三面环江、一面临海,四周涉水、河沟密布的天然生态优势,良好的生态环境特别适合翠冠梨的种植。长江泥沙冲积而成的土壤肥沃疏松,沙质中沉淀有多种碳酸钙及有机物有助于翠冠梨根系的生长和养分的吸收。此外,崇明的全年日照数可达2000余小时,空气相对湿度常年保持在80%,这样的光照和湿度条件有利于翠冠梨的糖分累积,使得果实更加甜美。

除了生长环境上的优势,智慧农业的发展也为果农们改进生产劳作方式提供了很大助力,地产梨在种植过程中逐渐形成了标准化管理体系和可追溯系统。从花芽萌动到开花、坐果,每棵梨树都经过精心的管理,种植过程中的疏花、疏果等操作,确保每棵梨树的结果量适中,养分充分吸收。这种标准化的种植方式使得梨在品质和产量上更加稳定可靠。

奉贤著名的“庄行蜜梨”已有600年种植历史,至今已形成近5000亩的优质梨园,梨果的丰收不仅得益于得天独厚的自然生长环境,更离不开果农们的辛勤耕耘和科学种植。据了解,今年阳光充足、雨水丰沛,为梨的生长提供了良好的条件。同时,现代化果园还采用了施用生物肥、有机肥和叶面肥的种植方式,结合套袋技术和日常的疏果管理,确保每一颗梨都能有充足的光照和养分供应。这样的精心照料使得每一颗蜜梨的外观和着色俱佳,皮薄肉脆,味道甘甜多汁,成为市民们消暑解渴的佳品。

梨之韵味:多元做法探索

梨,不仅以清甜多汁的口感赢得了广泛的喜爱,更以丰富的营养价值成为人们日常饮食中的佳品。

梨富含丰富的维生素C、维生素B族以及膳食纤维等,这些成分都是日常饮食中不可或缺的。维生素C在增强免疫力、维护皮肤健康等方面发挥着重要作用,在干燥的秋季,每天吃1—2个梨,可以缓解秋燥,滋润肌肤。维生素B族则有助于维持神经系统的正常功能,促进能量代谢。同时,梨中富含的膳食纤维能够促进肠道蠕动,帮助消化,预防便秘,有助于降低胆固醇水平。

梨性凉,味酸,含有多矿物质和微量元素,如钾、钙、镁等。钾是维持人体正常血压和心脏功能的关键元素,而钙和镁则

对骨骼健康和神经系统功能至关重要。这些矿物质的摄入,有助于维持身体的酸碱平衡,促进骨骼生长和神经传导。

值得一提的是,梨中的鞣酸和苹果酸等成分具有收敛和抗菌作用,有助于缓解腹泻和消化不良等症状。同时,梨还能够清热生津、润燥消风,在炎热的夏季里食用,不仅能补充身体所需的水分和营养,还能带来一丝丝清凉和惬意。

梨的吃法多样,要说最适合夏天的,还是把梨先放进冰箱冷藏一下,冰镇后的梨,只需要尝上一口便能消解不少酷暑带来的烦闷。

除了直接食用,梨还能通过各种创意方式加工成美味佳肴,为日常饮食增添不少乐趣与健康益处。如冰糖雪梨、梨汁、秋梨膏、梨罐头等,每一种都有其独特的口感和功效。

其中冰糖雪梨深受人们的喜爱,精选的梨子,去皮去核后切成块,与晶莹剔透的冰糖一同放入锅中,加入适量的清水,小火慢炖至梨肉软糯,汤汁浓稠。在这个过程中,冰糖的甘甜逐渐渗透进梨肉中,而梨子的清香也融入了汤汁里,两者相互融合,形成一道清甜可口的甜品。

而对于甜品爱好者来说,梨子酥饼也是不可错过的美味。将梨子切丁,与糖、柠檬汁混合腌制,再包裹进酥脆的面团中,烘烤至金黄诱人。一口咬下,酥皮的香脆与梨肉的软糯完美融合,酸甜适中,回味无穷。

除了梨子酥饼外,梨还能呈现多种形式的美味。比如,将梨切片与新鲜水果搭配成沙拉,或是与红酒一同浸泡制成别具风味的红酒雪梨;又或是将梨与肉类一同炖煮,增添菜肴的清新口感与营养价值。但无论何种做法,都无法掩盖梨本身所散发出的独特魅力与清新气息。

梨,作为一种最为常见的水果,却能够在烹饪的魔法下绽放出令人惊叹的多样性。从清晨温润的冰糖雪梨,唤醒沉睡的味蕾;到午后的水果沙拉,色彩斑斓间演绎着果香的交响曲;再到夜晚的滋补炖品,温暖心灵,滋养身体;更有那酥脆可口的梨子酥饼,将甜蜜与惊喜完美封存。每一种做法都是对梨子独特风味的探索,展现了其从清新到浓郁,从简单到复杂的无限可能,让人不禁感叹于梨这一食材的多样魅力。

1、2版文字:见习记者 王珊 杨小慧

实习生 欧扬

摄影:记者 杜洋域 张孜怡

版式设计:赵惟杰

