

農家實用

番石榴

加工法

(續上期)

達祖方

番石榴乾

番石榴製乾，是農家最易行的一種加工法，但應選晴天天氣進行。先採收適熟的番石榴，洗去不潔物，切除蟲害部份，再切去蒂和梗部，然後放在切板上，用利刀切成半公分厚的果片，立即散布在竹匾上日曬。晒約半日後，將匾內果片翻轉一次，以免積聚影響乾燥不均。

如於炎夏，果片晒了一天，即已乾燥，此時應將果片收藏於清潔而乾燥的甕或酒罈內。裝滿後，甕或罈口加一木塞蓋，外面再用塑膠布包裹緊密，以免潮濕空氣和蟲鼠侵入為害。

食用番石榴乾時，先取砂糖一份，用十份水煮開，再投入二份番石榴乾，繼續用火煮約十五分鐘，即可食用。糖煮番石榴乾十分芳適適口，可稱老少咸宜，並且可以治療腹瀉，收整腸之效。

番石榴果汁

選取果肉柔軟完熟的番石榴，洗淨後切去二端，切成薄片。先用少量沸水煮約十分鐘，再通過尼龍絲網做成的袋子，擠出果肉汁，留下種籽。再將果肉汁煮沸，即刻倒入已加熱殺菌的玻璃瓶或可密封的容器內，密封後再置入沸水中用火煮約五分鐘。取出冷卻後，即可保存於冷暗處。

食用時取出果汁，用糖水稀釋，如在炎夏，加入冰屑更覺可口。

番石榴果汁富含蛋白質、維他命和礦物質，是

病人或嬰孩最好的飲料。果汁包裝於容器內，如無漏氣，可耐久藏。如放置一時期後，發生變色、變味或酸腐等情形，則證明包裝不良，應立即廢棄，不可供食。

番石榴蜜餞

選用肉質厚而未達軟化的番石榴約十斤，切除二端，或不削皮剖為一半，並取去種球部份，可得果肉約五斤，用砂糖二斤半填入果窪部（去種球處），並醃於鋁鍋內。

待砂糖溶化後，加入一兩左右的薑絲和檸檬數片，煮沸糖漿使果片因受糖漿滲透而漸呈透明。放置一夜，用已殺菌而尚熱之玻璃容器包裝，加蓋後再以文火在沸水中約煮十五分鐘，然後取出冷卻即可。

醋漬番石榴

準備約達八分熟而肉質厚的番石榴五斤，砂糖一斤或黑糖一斤，高級食醋一斤，鹽半兩，生薑十片，大茴香二十公分，丁香十公分，桂皮十公分。各種香料先行打碎，裝入紗布袋內備用。番石榴去皮，切成二半，挖出種籽部。將果肉片放置煮鍋內，將上述各材料倒入，香料袋亦浸於其中，加入少量水，用火煮開。移去火源，靜泡約三、四小時，再移鍋於文火上，煮至調味液濃厚，果肉質軟化為止。再裝入已殺菌的熱容器內，加蓋包裝即成。醋漬番石榴具有甜、酸、香等風味，有開胃整腸的功效，可供麪點西餐等的佐食。

番石榴醬

先準備已去皮的番石榴果實約五公斤，切成薄片後置入煮鍋內，加少量水以防焦化。煮至果肉完全糜爛，取出用紗布或尼龍絲網濾去種籽。但如採用完熟的果肉，則可直接擠出果肉汁除去種子，不必先行水煮了。取此果肉汁約四斤，加入食鹽一兩、砂糖半斤、洋蔥末四兩、辣椒末二兩，和香醋半斤。香醋中並含有少量丁香、大茴香等浸出物。

各種材料和番石榴果肉汁混合後，用火煮至十分濃厚，然後裝入已殺菌的熱容器內，將容器蓋牢，即可作長期的貯藏。番石榴醬和番茄醬相似，

可塗擦於麵包或饅頭上食用，也可做為家庭料理的佐料。

冷凍番石榴

番石榴很適合冷凍，冷凍後的番石榴，不但能保持和新鮮時一樣的風味，同時也可保持良好的色澤和組織，不像許多水果經冷凍後會發生褪色或軟化等現象。對於香氣的保持，只要在冷凍前果肉外塗一薄層的糖漿，則可達到目的。

冷凍前先將番石榴用冷水洗淨，切成二半，挖去種球，另取果肉補上種室的窪部，或不填亦可，然後將果片浸入糖漿中。糖漿是用一份糖溶於一份沸水中而得的，為了增強風味，常於糖漿中加入少量檸檬汁。番石榴果片自糖漿中取出，稍加淋乾後即裝入塑膠袋內，再包裝於防濕的紙匣內，立刻置入冷凍箱或冷凍庫內冷凍。冷凍溫度應達到華氏零度（攝氏零下十七・八度）左右，方可使冷凍番石榴達到最佳的品質。

國外對番石榴的冷凍十分重視，美國夏威夷冷凍業者，曾就各番石榴品系中選出三種最有希望於冷凍者，即盧比種（Lumpi）含維他命丙高達每百公克五百毫克，柯瓦依種（Kawai B）含種籽特別少，夏大B—30為一香甜的紅肉種。（全文完）



(漸櫻春)