

■把自然讲给你听·年味

融入年味的科普新知

什么样的山楂 适合做糖葫芦？

冉 昆

按照产地不同，山楂可分为北山楂和南山楂。北山楂中大肉厚、着色好、糖酸比适宜的品种适合做糖葫芦。

一到冬天，糖雪球、糖葫芦等山楂制品多了起来，酸酸甜甜，惹人喜爱。红彤彤的山楂寄托着吉祥与好运，是春节喜庆氛围的一个重要元素。

我国是山楂原产地之一，已有上千年的栽培历史。我国黄河中下游和环渤海地区是最早的栽培中心，目前已形成辽宁中北部、冀东北、鲁中南、晋中南和豫西北等产区。

按照产地不同，山楂可分为北山楂和南山楂。北山楂主产于山东、河北、河南等地，南山楂主产于浙江、江苏、湖北等地。二者在营养成分上并没有显著区别，但由于气候和生长环境差异，不同产区山楂黄酮、有机酸等功效成分的含量和种类差异较大。

糖葫芦是最具代表性的山楂传统小吃之一。早在南宋时期，就出现了山楂加工制品——糖葫芦。

那么，什么样的山楂适合做糖葫芦呢？要挑选北山楂中大肉厚、着色好、糖酸比适宜的品种，如大金星、歪把红等，尤其是歪把红最适合做糖葫芦，用其制作的糖葫芦酸甜适口。

提起山楂，很多人第一感觉是“酸倒牙”，其实山楂含糖量比苹果、梨还高出一倍多，但因为果实中有机酸含量比苹果、梨高出两到三倍，所以山楂吃起来酸大于甜。

除少部分用于鲜食，大多数山楂用于加工。传统山楂制品主要有糖葫芦、果丹皮、山楂罐头、山楂糕、山楂饮料、山楂果酱、山楂干等。随着现代加工技术不断发展，山楂产品逐渐向多样化方向发展，山楂浓缩汁、山楂酒、山楂粉、山楂脆片、冻干山楂、山楂酸奶、山楂冰激凌等产品纷纷出现。

不过，值得注意的是，虽然山楂酸甜可口、营养丰富，但不建议大量食用。此外，山楂也不宜空腹食用，一次食用3—5颗为宜。

（作者为山东省农业科学院果树研究所研究员，《人民日报》记者李蕊采访整理）

编者按：春节临近，年味愈浓。红彤彤的糖葫芦，酸甜交织的滋味在舌尖绽放；家中盛放的年宵花，寄托着人们对新春的美好祝愿；吃着瓜子，欢声笑语在家人围坐的客厅中回响；当夜幕降临，冰雕在灯光映照下熠熠生辉，烘托出春节欢乐祥和的氛围……

浓浓的年味中，也蕴藏着不少有趣的知识。什么样的山楂适合做糖葫芦？什么样的冰能做冰雕？年宵花都有哪些？吃着就停不下来的瓜子都从哪里来？农历新年即将到来，本版“把自然讲给你听”栏目推出特别报道，感受年味里的科普新知。



吃着就停不下来的瓜子 都从哪里来？

张竹吉

瓜子种类很多，目前市场上较多的是葵花子、西瓜子、南瓜子、吊瓜子等。瓜子吃着就停不下来，主要是大脑分泌多巴胺在起作用。

瓜子是最常见的年货之一，也能烘托节日气氛。瓜子种类很多，目前市场上较多的是葵花子、西瓜子、南瓜子、吊瓜子等，并且做成了各种风味。

最初的“瓜子”，实指西瓜子。明朝时期，向日葵传入我国。晚清时期，关于食用南瓜子的记载颇丰，葵花子虽起步较晚，却凭借美味可口、易于种植加工的优势后来居上，占据了指代西瓜子的“瓜子”之名。吊瓜子是中药材栝楼种子，后来也被开发成了休闲食品。

大家熟悉的葵花子，是菊科向日葵属一年生草本植物向日葵的果实。我国种植向日葵的地方主要有内蒙古、新疆、黑龙江、吉林、辽宁、河北、山西、甘肃等地。其中，知名度较高的葵花子有内蒙古的五原瓜子、新疆的北屯瓜子、河北的怀安葵花子、山西的广灵五香瓜子等。

西瓜子是西瓜的种子。一般

来说，我们日常吃的西瓜的籽也可以做成西瓜子，但个头太小，因此市面上的西瓜子通常来自特殊的西瓜品种，比如甘肃兰州的打瓜。打瓜，也称籽瓜，所产瓜子，黑边白心，颗粒饱满，片形较大，故在市场上有“兰州黑瓜子”或“兰州大板瓜子”之称。安徽含山县和江西信丰县盛产的江西瓜子，颜色深红，籽粒饱满，壳薄肉厚，生熟皆可食用，香脆可口。

吊瓜子即栝楼子，栝楼为葫芦科栝楼属的多年生植物。果实形状似小西瓜，从藤上向下挂，故名“吊瓜”，果实中的种子为吊瓜子。栝楼分布于华北、中南、华东及辽宁、陕西、甘肃、四川、贵州、云南等地。栝楼不仅可以食用，还是一种中药材。

瓜子吃着就停不下来，主要是大脑分泌多巴胺在起作用。我们吃瓜子时，大脑有一个“期待—满足—奖赏”的过程，这会使人不断拿起瓜子、咬壳吐壳、吃瓜子仁……瓜子属于坚果，适量食用对健康有益，但吃多了也不好，还有可能上火，建议控制每日食用量。

（作者为湖南省蔬菜研究所研究员，《人民日报》记者常钦采访整理）



年宵花都有哪些？

赵世伟

用花卉来庆祝新春佳节，在我国有着悠久历史。兰花、球根花卉等是年宵花的重要类型，随着花卉栽培技术不断提高，年宵花类型越来越丰富。

最近，年宵花成为许多家庭必购的年货。年宵花，顾名思义就是春节期间用来增添节日喜庆气氛的花卉。用花卉来庆祝新春佳节，在我国有着悠久历史。

南方地区气候温暖，春节期间赏花买花的习俗由来已久。有“花城”之称的广东广州，自古以来就有“行过花街，才是过年”的说法。明朝万历年间，广州开始形成花市，此后规模逐渐扩大。

年宵花寄托着人们的美好愿望。每到春节，广东人喜欢买的年宵花是桃花和年橘。粤语中，“红桃”与“宏图”谐音，人们买桃花回家，寓意“大展宏图”。在商场、宾馆、餐馆门口，把整株桃花插在花瓶中，取“大展宏图”行“大运”之意。“橘”字在粤语中的谐音是“吉”，买年橘就是迎“大吉”。

随着花卉栽培技术不断提高，很多花卉可以通过促成栽培的方式，集中在春节前后开放，年宵花类型越来越丰富，市场供应越来越充足。

传统年宵花品种包括梅花、蜡梅、水仙、杜鹃花、茶花、君子兰、报春花、瓜叶菊等，栽培相对容易。牡丹花色艳丽、雍容华贵，象征着繁荣。通过对盆栽牡丹进行花期调控，牡丹可以花随人意，在春节期间开放，盆栽牡丹因此成为近年来最受欢迎的年宵花之一。

兰花是一类重要的年宵花，包括蝴蝶兰、大花蕙兰以及墨兰、春兰、寒兰等。上世纪90年代，蝴蝶兰是非常珍贵的花卉，价格较昂贵。随着相关技术的推广，我国已成为蝴蝶兰生产大国。如今，蝴蝶兰品种非常丰富，既有花序长近1米的大花品种，又有花朵袖珍的小花品种，色彩从白、粉、红至复色。

球根花卉也是年宵花的重要类型，包括郁金香、水仙、风信子等。这几年很受欢迎的朱顶红，不仅品种多、花色多，而且采用蜡封技术栽培，非常方便。

年宵花中，观果植物也备受欢迎。在青翠叶片的陪衬下，如玉珠一般的红果缀满枝头，寓意着金玉满堂、富贵吉祥、年年有余。它们的主要种类有红玉珠、轮生冬青、紫金牛和火棘。

春节快到了，快去挑一挑心仪的年宵花，与美丽的花卉一同迎接新春。

（作者为北京市园林绿化科学研究所高级工程师，《人民日报》记者施芳采访整理）

什么样的冰能做冰雕？

任延宇

冰的透明度、结实程度决定了冰雕的品质；采冰、存冰、制冰的方法，彰显了古往今来人们的智慧，也为冰雕艺术提供了更多可能性。

春节临近，在我国东北地区，人们将一块块冰雕琢成栩栩如生的各种造型，为城市增添了年味。当我们欣赏这些冰雕艺术作品，沉浸于如梦似幻的冰雪世界时，不禁会好奇：这些构成冰雕的冰块究竟有哪些特别之处？

冰的透明度是衡量其品质的关键。为了获取品质好的冰块，人们倾向于在水质清澈、流动缓慢的地方采冰。以哈尔滨冰雪大世界为例，其使用的冰块均来自松花江。松花江水质清澈透明，含沙量低、杂质少，保证了冰块的纯净质地。此外，冬季松花江缓慢的水流有助于冰晶的形成，并及时带走冰冻过程中析出的小气泡，形成质地均匀且透明度极高的优质冰块。

除了透明度，冰的结实程度也至关重要。为了确保冰雕作品的稳定性、耐久性，冰面厚度需要达到30厘米才能开始采冰。即便是在入冬较早的哈尔滨，也往往要等到12月份才能开始。为了让游客早日领略美丽的冰雕，建造者想到了一个巧妙的方法——存冰。

这个冰雪季，哈尔滨冰雪大世界用冰量达到30万立方米，其中近20万立方米是在2024年初存储的“老冰”。专门的存冰场如同巨大的“冰雪仓库”，将这些冰块叠放储存。为了保持冰块温度，建造者用塑料布、草席等材料，为这些冰块盖上一层层“棉被”，这些材料共同起到了类似“保温瓶”的效果，即使经过夏天，到了冬天也能有70%以上的冰符合使用标准。

值得一提的是，那30%融化了的冰也并非无用。它们在化成水的过程中吸收了热量，正是这一特性，让冰层外层的冰块“牺牲自己”，保护了内层的冰块。

是谁先想到了如此巧妙的办法呢？西周时期，劳动人民就在长期实践中发展了较为完善的存冰技术。古时候的冰窖（凌阴）就是用来储存冰块的地方。冬天结冰后，采冰人会将冰存起来，以备夏天消暑纳凉和保鲜时使用。冰窖内还有排水系统和隔热措施，与现代存冰原理非常相似。

随着科技不断发展，采冰、存冰、制冰的方法也更加高效环保。现代采冰机能快速切割出大量规格统一的冰块，提高了采冰效率。制冰方面，人们研发出真空制冰、超声波制冰等先进技术，这些技术不仅能快速制出品质好的冰块，还能根据需求调整冰块形状和大小。这些方法，彰显了古往今来人们的智慧，也为冰雕艺术提供了更多可能性。

（作者为哈尔滨工业大学物理学院教授，《人民日报》记者郭晓龙采访整理）



（转自《人民日报》）