

□ 沛文 沐沐

临近“中伏”，来上一口鲜嫩多汁的应季桃果，必然是润喉生津，唇齿留香，瞬间遗忘了恼人的炎热。

本文就此衍生，讲述下桃子的前世今生，以飨读者。

七千年的种植史

我国是毋庸置疑的桃子原产地和起源中心。古植物研究人员曾在云南的双版纳发现了260万年前的桃核化石，经论证与现代桃核在各方面都极为接近，因此命名为“昆明桃”。此外，研究人员在浙江余姚河姆渡、吴兴钱山漾、杭州水田畝以及河南郑州二里岗、江苏海安青墩、广西钦州独料等遗址均发掘出土了距今6000至8000年前的野生桃核。我省文物考古研究所的研究人员曾使用放射性碳测年法推断，长江下游地区的桃子极有可能在7500年前就开始被人工驯化。而所有现代栽培的桃子种源都始于毛桃(学名为光核桃)，其经历了3000年左右的改良栽培后，在商代基本定型为我们如今熟知的模样。

成书于先秦时期的《诗经》《管子》《韩非子》《尚书》《山海经》《吕氏春秋》是最早记载人工栽培桃子的一批文献。《魏风》记录了先秦时期，黄河以北的人们已在园圃中种植桃树。《管子》主张用“息土、位土与沃土”种植栽培桃树，这样种出来的桃子味道更为绝妙。《荀子》认为种植桃子等果蔬是仅次于粮食生产的富民措施，建议推广。而成书于东汉的《礼记》更是提到桃子成为了当时人们祭祀神仙的五果之一。不过周代至秦汉的桃子由于改良技术还不够成熟，依旧存在着表皮多毛且滋味不佳的现象。因此，春秋时期的人们想到了用粮食“黍”擦去桃子表皮上的绒毛再行食用的方法。唐代的经学家孔颖达注解成书《礼记》所说的“桃曰胆之”，认为汉代的桃子像“胆”一样，颜色偏青、味道偏苦。正因为如此，人们开始苦心研究，着手开发更多更甜的桃子品种。于是，汉武帝修建“上林苑”时，已出现了榠桃、细核桃(早期的黄桃)、金城桃、绮蒂桃、柴文桃、霜桃等多个桃子品种。其后，晋代史类书籍《广志》记录了“冬桃、秋桃、囊桃、赤桃”等多个新品种。南北朝时期成书的《齐民要术》又记录了二十多个桃子品种，宋代的《洛阳花木记》记录光洛阳地区就有三十多种桃子。明代的《群芳谱》记录了超过四十种的桃子品种。在汉代，我国的桃子经由“丝绸之路”从甘肃地区向西传播至中亚、南亚、波斯、罗马以及欧洲各国，并在这些地方落地生根，衍生出了许多新的品种。据统计，目前起源于我国的桃子品种可达上千种。

我国的桃子当中，其中百分之八十都是白桃。桃子中的黄色隐形基因，经由自然杂交会有四分之一的概率成为黄桃。在人工干预后，表皮和果肉都会呈现金黄色泽。有一部分的黄桃靠近桃核处还会显现红斑。这种黄中带红的配色深受古人的喜爱，由此被认为是吉祥的象征，更因此得名“金桃”。南宋的赵希鹄在其所著的《调燮类编》里记录，在柿子树上嫁接桃子的枝条就可以生长出这种“金桃”。不过，唐宋时期，味道相对好的“金桃”在皇室中风头无两，而酸度又高、甜度又低的品种压根无人问津，任其野蛮生长。无论是白桃还是“金桃”都随着哥伦布发现新大陆后传入了美洲地区，加上美国园艺人员于上世纪初从我国引入450多个桃子品种，使之迅速成为了桃子主要生产国之一。邻国日本直到清代光绪年间才引入我国的桃子，并经过改良，这才有了其本土桃树品种。

在数千年的历史长河当中，桃子也一直被国人视为一种吉祥的水果。人们更是赋予了它福寿、喜庆、仁义、美好的象征，将它的形象雕刻在建筑外墙、家具装饰等处。每逢喜庆活动或者具有美好寓意的传说故事当中，常常会出现它的身影。桃果同样是文人墨客抒情咏物的载体，造就了许多经典诗句流芳于世。

一袭青袍串玲珑 夏收玉口点粉红

——『民间仙果』桃子记



乡村振兴“致富果”

自上世纪50年代后期开始，我国有目的、有计划地进行桃子的选育改良工作，先后成立了“全国桃子育种协作组”“全国罐桃育种加工协作组”以及中国园艺学会桃分会等研究组织，通过不断调整育种目标、理论与技术，极为有效地促进了桃的新品种选育工作。据不完全统计，截至目前，我国已培育出623个新品种，其中鲜食及加工桃品种598个，观赏鲜食兼用桃品种8个。超过一半的新品种为杂交选育方式获取，其他由芽变选育和实生选育等方式获取。进入21世纪，油蟠桃、红肉桃、红肉蟠桃、鲜食黄肉桃等品种的出现，丰富了桃果类型，无论是在种植场景适应方面还是在外观、品质、产量方面都有了长足进步。2019年，我国桃种植的面积和产量分别达到了1335万亩和1599万吨，均居世界第一，其中20个省的桃子种植面积超过了15万亩。而我省种植面积达到了62万亩以上，产量更是达到了55.65万吨。可以这么说，无论是在全国范围内，还是在我省，桃子产业都在脱贫攻坚和乡村振兴的工作中发挥了重要作用。

据元代大德年间的《昌国州图志》记载，当时的舟山地区人们已经开始食用桃子。如今，我们普陀

域内，桃花、展茅、六横等地种植户都栽种了不同品种的桃子。

位于桃花岛的斌耀家庭农场目前种植有超过130亩的桃树，品种涵盖了水蜜桃、油桃、毛桃、黄桃等多种。作为水蜜桃的一种，该农场栽培的“小蜜露”一般在6月底到7月初成熟，其他水蜜桃一般在7月中旬成熟，黄桃成熟于7月底到8月中旬。这些桃子采摘期基本都在半个月至一个月左右。

据农场负责人张红武介绍，每年9月鲜桃采摘期后，他就会组织工人对桃园进行除菌杀虫，清理杂草，修剪枝枝。等到次年开花期时再开展一次除菌杀虫，其后进行疏花疏果，果实套袋。这些常规又繁琐的步骤，极度需要果农的耐心和经验。在他的用心呵护下，十余年的时间里，农场内的桃树林并未出现过大规模的病虫害问题，更是保证了桃果外观和品质的优良。

受限于悬水小岛的交通问题，皮薄肉嫩的鲜桃难以适应长时间的贮存或者长距离的大批量运输。在桃花镇农旅深度融合发展和农产品品牌推广等措施的支持下，除了原有的市场售卖外，游客观光采摘、本岛送货上门、江浙沪地区礼盒邮寄等桃果销售新方式应运而生，有效促进了农场的增收。



桃果的品种繁多

与其他果树不同的是，桃子可以自花授粉结果。它所具备的遗传性状是相当丰富的，就算是这种“近亲繁殖”也不会造成多样性概率降低。同宗同源的桃果能衍生出表皮有毛、表皮无毛光滑和整果扁平等不同形态。人们了解这种规律后，用插枝嫁接这种无性繁殖的方式不断选育新的品种，现代的桃子已经比野生的品种大了64倍左右，果汁含量多了三分之一，甜度也有一定增长，果肉更是占到了整颗桃子的九成。

桃子的品种根据花盛期到果实成熟所需天数的长短可以分为极早熟、早熟、中熟、晚熟、极晚熟等五种。其中80天以内的为极早熟，而150天以上的为极晚熟。也可依照果肉质色泽分为白肉桃和黄肉桃，依照用途可为鲜食、加工、兼用等品种，依照果实特征

可以分为水蜜桃、油桃、蟠桃等。这三者以及黄桃是我们普陀人最常见到也是最常食用的。

不同品种的水蜜桃采摘期不同，依照6、7、8月份成熟划分为早熟桃、中熟桃和晚熟桃，这与明代嘉靖年间的《定海县志》说法一致。果农在种植水蜜桃时也因为目的不同，另将其分为鲜食和制罐两种。我们普陀地区栽种的水蜜桃基本都是用以鲜食，所以采摘时往往挑选果皮色泽均匀、表皮富有弹性、果实饱满、香气浓郁的桃子。而制罐类的水蜜桃就没有这么高的要求。

至于清代光绪年间的《定海厅志》记载我们舟山地区有红桃、碧桃、观音桃、玛瑙桃、绯桃等品种。但编撰的人只列举了名称，并未详细说明，因此也很难准确推断、对应。

食用方式和营养价值

挑选桃子的时候，要先看其靠近基部的底色，如果呈现奶黄色或者金黄色标志着其已经成熟。如果尚有绿色，证明桃子还没有完全成熟，可以在室温下贮存等待熟透。许多人喜欢将未成熟的桃子用盐腌制后食用，其实这样风险极大，因为未成熟的桃子含有较多的氰苷物质，过多食用容易导致中毒。

鲜食是我们最为常见的桃子食用方法。而宋代的人们却别出心裁，想到了运用桃子的香味融合米饭的甘甜来做一道“蟠桃饭”，这种奇妙的做法被记录在了南宋的食疗烹饪专著《山家清供》里。而作为热性水果的桃子和凉性的淘米水相互中和抵消，又非常契合古人的养生理念。

其后的人们还将桃子腌制成蜜饯，作为爽口零嘴，也有将其与银耳一起煮羹的做法，以达到润肺止咳、美容养颜的效用。当然，最为著名的做法还是将桃子制成罐头，这其中以黄桃为主材料较多。发明黄桃罐头的欧美人认为白桃水分足，口感软，

西餐的烘烤方式会导致它呈稠糊状，有失雅观。而黄桃口感酸甜，表皮厚糙更宜运输，所以成为了罐桃的首选。美国产的黄桃罐头曾在上世纪初横扫全球市场。不过，上世纪七十年代开始，我国的黄桃罐头的年产量与日俱增，如今成为了主要出口的罐头产品之一。

桃子富含人体所需的大部分营养成分，其中维生素C、铁、钙、钾等微量元素甚至远超苹果。而且果肉具有补气补血、润肺止咳、养阴生津、保护血管、润肠通便和增强免疫力的效用。桃仁也有祛瘀血、润燥滑肠、润肺止咳等功效，还可以医治瘀血障碍、闭经腹痛、高血压和便秘。“桃仁承气汤”“桃红四物汤”等古今名方都以桃仁为主药。但桃子有活血的功用，因此女性经量过多或行经期间不宜食用此类药物。

桃子也是最易诱发过敏的水果之一，许多人食用后出现嘴角发红、瘙痒以及脱皮等症状，应该立即停止食用。