

初秋的甜，是石榴給的！

上海市消保委現代農業辦

22-09-2022 上海市消保委

石榴自古以來就被視為吉祥之物，代表著吉祥、吉利。火紅豔麗的石榴花、晶瑩剔透的石榴籽，寓意著紅紅火火，象徵著人們的生活和事業蒸蒸日上。進入秋季以後，又到了吃石榴的時節！

今天，市消保委現代農業辦請來市瓜果行業協會秘書長朱龍舟跟大家聊聊石榴的那些事。

石榴怎麼挑？

1、看花苞

石榴底部會有一個花苞，如果這個部位呈現“菊花”且已經完全展開，證明成熟度是比較好的，裡面的果肉飽滿，水分和香甜程度也都很好。

如果花苞是緊閉狀態，說明石榴成熟度不高，吃起來不香甜，水分也不夠足。

2、看顏色

在買石榴的時候，一般情況下會看到 3 種不同顏色，分別是綠色、黃色、紅色，很多人會挑選紅彤彤的石榴，認為這樣的成熟度高，吃起來會更加香甜。

其實並非如此，最好選擇顏色比較黃的石榴來買，這種吃起來才會更甜。

3、看外觀

應當選擇看上去有棱有角的石榴，形狀不是很圓，而是方形的那種。這種石榴會更成熟一些，裡面的石榴籽更加多汁，也會更香甜好吃。

石榴怎麼剝？

石榴好吃但卻難剝，今天教大家一招剝石榴的小妙招，簡單易學！

01 剝皮時在頂部用小刀切製後取出果實頂部；

02 然後用刀順著石榴的外部白筋在外皮劃幾刀，輕輕劃掉果實白色的內心部分；

03 最後抽掉其中的白心，用手一掰開，就成為一個“開花石榴”了。

上海市消保委特聘專家：朱龍舟