

西瓜为什么越来越甜了?

“西瓜是不是越来越甜了?”“西瓜需要这么甜吗?”近两年,不少人觉得西瓜越来越甜了,记者为此采访了消费者、瓜农、卖瓜老板、农业科技工作者和营养学专家。

1

甜度低于12%瓜贩一般不收

在某社交平台上,不少网民提到现在的西瓜越来越甜了。一位网民说,吃了几口西瓜,越吃越甜,越吃越渴,最后喝了一杯白开水。

“这是冰糖瓜,1.3元一斤。”武汉市江岸区二七路上,汤老板开着一辆小卡车正在售卖西瓜。汤老板介绍,附近居民都喜欢吃甜西瓜,越甜越好。“这几年西瓜越来越甜了,因

为大家喜欢吃甜的。”

在江岸区杨汴湖附近的一家菜市场,正在选西瓜的郑女士向记者回忆:“小时候吃西瓜还要拌糖,不记得从什么时候起,极少吃到不甜的西瓜了。”

瓜农王启良种瓜30多年,他说:“现在人们对西瓜的品质要求越来越高,卖的瓜如果不甜,是要包退

的。”

胡翠平在天兴洲种了8年西瓜,她今年遇到了一件稀奇事:“来收西瓜的瓜贩子随身都带着测糖仪,现场测西瓜甜度。”

“如果西瓜甜度低于12%,他们是不收的。”胡翠平介绍,瓜贩子把西瓜切开后,会抠出一块西瓜,将西瓜液滴在测糖仪上。两分钟后,测糖

仪上就会显示西瓜甜度。

西瓜甜不甜,切开品尝即可,为何一定要用测糖仪测量?在王启良看来,现在大家对西瓜的甜度要求高了,用测糖仪测出来的数据更准确。他说:“每个人感觉不一样,你吃着甜,别人不一定觉得甜。但是测糖仪一测,甜度不低于12%,那肯定是甜的。”

2

西瓜确实越来越甜了



“现在的西瓜肯定比前更甜了。”西瓜专家、湖北省农科院经济作物研究所研究员戴照义告诉记者,20世纪50年代以来,我国的西瓜品种历经多次更新换代,从最初的农家地方品种、固定品种发展到了现在的杂交品种。

戴照义列举了一组试验数据:农家地方品种的西瓜含糖量一般在8%至9%,固定品种的西瓜含糖量一般在10%左右。20年前,杂交品种的西瓜含糖量保持在10%至12%。现在,杂交品种的西瓜含糖量普遍在12%以上。

戴照义解释,西瓜变甜是为迎合消费者的需求。西瓜能够变甜得益于科技进步,随着西瓜品种的升级换代和栽培技术的提高,西瓜的甜度也上了一个台阶。

在栽培技术方面,由于采用全程设施栽培、避雨栽培、肥水一体化技术、有机肥替代化肥、配方施肥等栽培技术和措施,提高了西瓜的含糖量,口感变甜。

今年46岁的唐超从小就跟着父辈种西瓜。在他看来,想种出甜西瓜并不容易,“肥料得用好”。他说:“每年

冬天,我们都把内蒙古的羊粪运到武汉,给西瓜地做底肥,种出来的西瓜口感确实好。”

在武汉市新洲区种西瓜的张新国也有同样的感受。他曾购买了两种化肥,一种化肥每斤两元多,另一种化肥每斤1元多,贵化肥种出的西瓜“确实更甜”。

戴照义介绍,在20年前或者30年前,种西瓜用的化肥较少,主要用厩肥、饼肥、堆肥等农家肥,种出的西瓜含糖量较低,但西瓜口感较好。

3

“西瓜打针是不可能的”

网络上曾盛传,为了让西瓜变甜,瓜农会给西瓜打针,打上甜蜜素,西瓜就变甜。“西瓜打针是不可能的。”戴照义否认了这一说法。

戴照义团队曾做过一项试验,

用针管吸入蓝墨水和糖水的混合液,再注射到西瓜中。他们发现,第一次能轻松将蓝墨水注入西瓜内,第二次却怎么也注射不了,因为针尖已被瓜瓤阻塞。注射的液体会

很快从针眼冒出。他表示:“如果真像传言所说,那给西瓜打针的难度会很大,也费人工。”

戴照义补充说,从西瓜生长角度来看,给西瓜打针也不实际。西瓜

注射后留下的针孔会滋生细菌。几个小时后,西瓜就会腐烂,到了第二天,西瓜会发臭,无法销售。

4

西瓜越甜越好吗?

甜,是评价一个西瓜是否好吃的重要指标之一。但在“80后”王先生的印象里,以前的西瓜口感清甜,有自然的果香味,而现在的西瓜甜得发齁。

55岁的申阿姨认为,现在的西瓜甜度虽说能接受,但她年龄大了,还要考虑血糖的问题。申阿姨建议,也要考虑一下中老年人的口味,“种点不那么甜的西瓜”。

西瓜越甜,就越好吃吗?西瓜种植还要继续追求“高甜度”吗?戴照

义认为,作为一种水果,尤其是日常消费量比较大的水果,西瓜并不需要太甜,“含糖量在12%左右就可以了”。

中国营养学会注册营养师、中国营养学会临床营养分会委员许淑芳认为,水果变甜会让口感更好,但从流行病学研究来看,我国居民的糖类摄入量超标,糖尿病诊断人数以及潜在高危的糖尿病人群也越来越

多。

“从医学角度而言,我们不建议

摄入过多糖分,哪怕是果糖。”许淑芳坦言,糖分摄入过高,会增加身体代谢的负担。

中国营养学会在编著的《中国居民膳食指南(2022)》中建议,普通人每日摄入的水果类应为200克至350克。“水果糖分越高,水果分量就要再减少。”许淑芳提醒,糖尿病患者如果血糖控制平稳,每日可少量食用西瓜,如果血糖不稳定,就要放弃西瓜这样的高糖水果。

许淑芳解释,研究证实,果糖对

高尿酸、脂肪肝的危害比较大。她说:“我们要警惕‘果糖陷阱’,不要过度追求水果的甜度。”

据《长江日报》