

甜品店里总是有很多名字很奇怪的食物,什么椰果、西米、仙草之类。那么这些食材的来历是什么呢?作为一个合格的吃货,这可是一定要弄清楚的。

椰果、香芋、西米、仙草、龟苓膏 甜品店里你爱吃的这些都是啥



椰果

和很多人想的不一样,椰果其实并不是椰子直接产出来的,而是椰子水经过一种细菌发酵的产物。

椰子的外果皮是最外面那层光滑绿色的薄皮,里面能作为椰棕的高度纤维化结构就是中果皮,而最里面那层骨质的硬壳则是内果皮。椰子的种皮很薄,紧贴着内果皮。因此当我们剖开一颗椰子时,我们同时剖开的是果皮和里面的种子,直接露出了种子中的胚乳。

椰子的胚乳有两种形态,外侧一层是白色的固体胚乳,也就是平常说的椰肉,而内侧空腔里充盈着的是一般被称为“椰子水”的液体胚乳,也就是椰子里可以直接用吸管喝的部分,制作椰果的原材料就是这东西。

椰果的制作方法是用葡萄糖醋杆菌(*Glucocetobacter xylinum*)(这种细菌原来也叫做木醋杆菌)在椰子水中发酵,利用其中的糖类物质,葡萄糖醋杆菌可以制造出一种多糖——细菌纤维素,这些细菌纤维素浮在椰子水表面,积累多了就成了一层厚厚的白色物质,捞出来继续加工就成了甜品店里的椰果。

除了美味以外,它还是一种很好的减肥食品,因为椰果本身的主要成分是纤维素,它不能被人体消化和吸收,却可以增强胃肠道蠕动、促进消化,对身体的好处多多。

香芋

在甜品店里,叫芋的除了魔芋外,还有另一种知名度更高:香芋。虽然也叫芋,不过香芋和魔芋、芋头并不是亲属,倒是和淮山药很接近。

香芋的学名叫 *Dioscorea alata*,是薯蓣科薯蓣属的植物,中文名叫做参薯。甜品店里那种标志性的紫色香芋,就是参薯的一个栽培变种,它有独特的香草香味。香芋的地上部分是草质的藤本,叶子心型,叶腋处有珠芽,这是薯蓣家族的共同特称。

知道了这些,也许还是不能在甜品店吃到正宗香芋,因为山寨凶猛。一海之隔的日本人,经常把香芋和旋花科的紫薯(*Ipomoea batatas*)混淆,原因很简单,因为紫薯也是紫色,质地又和香芋差不多,所以很多店铺在制作香芋点心的时候会加入紫薯来充数,久而久之就经常混淆了。



仙草

烧仙草是闽台粤地区夏天的传统甜品。这种黑色果冻似的食物看上去和草一点关系都没有。

但事实上,它真是用“草”做出来的——唇形科的凉粉草(*Mesona chinensis*),中国台湾、马新地区又叫仙草(所以仙草冻的名字是这么来的)。制作方法很简单,用凉粉草的茎叶晒干后熬水,再加入淀粉,放凉后就会凝结成冻状了。

龟苓膏

龟苓膏和仙草颜色质地差不多,但吃一口就会发现这东西不是一般地苦,所以一般都会配很多糖和炼乳之类。龟苓膏的主料就是“龟”(乌龟)和“苓”(茯苓,或土茯苓)。乌龟大家都认识,不多说。用来制作龟苓膏的是乌龟的腹甲,中药称龟板,里面含有丰富的动物胶原,也就是使龟苓膏能够凝固成冻的主要因素。

茯苓则是多孔菌科的一种大型真菌,寄生在红松的根部。用来制作龟苓膏的是茯苓的菌核,即菌丝和营养物质聚集成的休眠体,并不是蘑菇、灵芝那样用来繁殖的子实体。茯苓的菌丝吸收树根和周围的营养生长,形成菌核,菌核发育到一定程度就会露出地表,生出许多白色蜂窝状的子实体,子实体释放孢子后发育成菌丝体,继续新一轮的生活史。

而土茯苓则是一种植物,名叫光叶菝葜。菝葜在我国森林中很常见,也很多样,它们大部分是藤本,并且具有一个共同的特征:每片叶子的叶腋都生长着一对卷须。光叶菝葜的地下部分,就是传统药物“土茯苓”。

■来源于果壳网 微信号 Guokr42



西米

所谓西米,其实不是米,而是用西谷椰子(*Metroxylon sagu*)所产淀粉制成的。

西谷椰子和椰子同属棕榈科,原产东南亚,外观上看起来既像椰子又像棕榈。西谷椰子的茎中积蓄着许多淀粉,人们把淀粉“刮”下来,洗一洗、放一放、晾一晾,在还没完全干透的时候把它像摇元宵一样摇啊摇,就成为一粒粒西米,煮熟后就可以加到甜品当中了。

再说回它们的家族,棕榈科,是我国单子叶植物中唯一的乔木的科。但其实它们的茎和双子叶乔木不同,并没有形成层维管束环,而是散生着的,所以严格来说不能算树。

