

# 水果佳期



## 5 去摘荔枝

**采摘时间** | 每年6月—7月最佳

如果票选一种水果代表岭南佳果,荔枝绝对高票胜出。杜牧的“一骑红尘妃子笑,无人知是荔枝来”,苏轼的“日啖荔枝三百颗,不辞长作岭南人”等诗句家喻户晓;在广东,荔枝是单一水果种植面积最大的热带水果。继去年的“小年”之后,今年广东荔枝将迎来“中大年”,粤西、粤东、珠三角均是优势产区,例如茂名、湛江、惠州、汕尾、广州、阳江、东莞、揭阳等都有荔枝可摘,如果你是个荔枝迷,安排个全省摘荔枝自驾游也是妥妥的。

**采摘推荐** | 茂名高州

作为岭南出产荔枝最出名的地区,所有与荔枝有关的传说都源自于此,唐玄宗麾下的骠骑将军高力士,其故乡也正是高州。高州人吃荔枝简直是吃到嘴刁,完完全全就是不时不食。5月底,最早一批上市的荔枝叫做妃子笑,外皮青绿,口感酸甜;而到了6月初,就是白糖罂的天下,那种清甜爽脆已经让人无比留恋。6月中旬到6月底,最好吃的荔枝桂味就上市了。据当地人说,吃过桂味以后,会感觉其它品种都是浮云,你是不是也想去试试?

**采摘联动** | 宝光塔、南宫庵群、文光塔、艮塔、观山古寺、高州水库

## 6 去摘番石榴



**采摘时间** | 每年6月下旬—8月最佳

广东的番石榴基本上是一年两熟,5月—7月和9月都能在市场上轻易见到;番石榴果肉厚而口感清甜脆爽,是不少老广在炎炎夏日的挚爱水果。番石榴有两种,一种是白肉,一种是红肉;其中白肉番石榴爽脆可口,而胭脂红番石榴香味特别浓郁,果肉滑溜且味道清甜,价格要比白肉的高。

**采摘推荐** | 番禺海鸥岛

很多人可能不知道,胭脂红番石榴在从前可是番禺的一张响当当名片。一般的番石榴是翠绿色,个头大,番禺街坊喜欢接地气地称之为:鸡屎果。但还有些番石榴的品种很特别,色泽鲜红,个头较小,成熟后外表像少女涂上一层薄薄的胭脂,所以有个文艺的名字叫胭脂红。番石榴胭脂红原产就在海鸥岛,岛上有不少农场可供采摘,有兴趣的可以安排一个说走就走的旅行。

**采摘联动** | 莲花山、观龙岛、海傍水乡

## 7 去摘龙眼



**采摘时间** | 每年7月—8月最佳

“荔枝走,龙眼来”,广东每年整个七月几乎都被它俩霸屏了。远至茂名的高州、电白,近至广州的长洲岛、小洲村、增城、从化等地,都可以看到一棵棵龙眼树上点缀着粒粒“珍珠”,果肉丰满的龙眼大串大串地压满枝头,令人垂涎欲滴。当然,对于广东人来说,最爱的不过石硖龙眼,其肉厚核小、味甜清香、肉脆爽口。

**采摘推荐** | 增城三江

增城石硖龙眼果实大,产量高,清甜之中带有蜜糖的味道。传说,“石硖”是“石夹”的意思,最早的龙眼树是从大石缝中长出来的,由于树根被大石夹住,只好往深土层里钻,树根吸收了地下的“精气”,结出来的龙眼果特别好吃。增城石硖龙眼是龙眼中的上品,主要分布在荔城、新塘、三江、石滩等地。

**采摘联动** | 小楼人家、白水寨、1978电影小镇

## 8 去摘水晶梨

**采摘时间** | 7月初—8月中

说起梨,相信大家都吃过不少品种,从雪花梨、啤梨、鸭梨之类的,每个品种都有不同的特色。在广东,还有一种更优质的梨品种,那就是水晶梨,而且还得是广东连州地区种植出来的。连州水晶梨品质好,源于它独特的气候,更源于其优越的种植环境;相比起其他梨品种,不仅更加清甜多汁,而且长得也独特,其表皮上面有一些不规则的斑斑点点,当地果农称之为水锈,也就是当地的生长环境在这种水果表面自然形成的。

**采摘推荐** | 连州潭岭

从韩愈的诗词中我们可以发现,古代的连州就有种植梨果的历史,而今,到连州没吃过水晶梨,与“到连州没吃过连州菜心,等于没到过连州”一样,已经成为游客对“食在连州”的评语之一。潭岭是连州水晶梨的初始种植地,它地势高,湖水清澈,适宜水晶梨生长,以潭岭天湖附近的水晶梨品质最好。

**采摘联动** | 湟川三峡、连州地下河、千年瑶寨



**采摘时间** | 每年7月—8月最佳

黄皮其貌不扬,但被民间称为“正气果”,因为它不像夏季常见的荔枝、龙眼那样,吃多了就上火,而是以性平、味酸、微苦、辛为特点,即使多吃也无妨,感冒咳嗽也可以吃,有消食健胃、顺气镇咳、消暑降火、行气止痛等功效,可以说既是水果又是药。作为一种优质的水果,

## 9 去摘黄皮

还分有鸡心黄皮、牛心黄皮、冰糖黄皮几种,还可以加工成各种各样的食品:黄皮干、黄皮酱、蜜饯、糖渍黄皮等。

**采摘推荐** | 云浮郁南

除了广州周边如白云钟落潭镇、海珠区小洲村等地盛产黄皮,在云浮的郁南县,还有一种无核黄皮,果肉饱满,没有果核,酸甜中带有黄皮的异香,汁多肉厚,吃起来相当过瘾。可惜,由于产量不多,广州市场上很少见到。如果你是黄皮的“粉丝”,倒是不妨去一趟郁南,买张门票,到果园里边摘边食,吃个痛快。

**采摘联动** | 光二大屋、大王山森林公园、兰寨村、南江第一湾

## 10 去摘杨桃

桃果园,例如大家熟知的杨桃公园,成熟季走进园内可以看到树上结满了杨桃。

**采摘推荐** | 番禺大夫山

讲到大夫山,大家都会想到骑单车、放风筝、烧烤,其实大夫山附近有好些自营的杨桃园常常被人忘记。在这个杨桃满树的季节,骑单车骑累了、或是吃完容易上火的烧烤,都可以到杨桃树下,亲自摘下几个黄澄澄的杨桃,既清热解渴,又能体验一把田园的乐趣。

**采摘联动** | 长隆野生动物世界、沙湾古镇



**采摘时间** | 每年7月—8月最佳

多水多汁形容的就是杨桃啦,作为一名广州人,几乎一年到头都能见到杨桃。不过杨桃最好吃的季节在7月、8月,广东雨水最充沛的时节。广东地区种植杨桃的地方很多,在广州这种大城市也能轻易找到杨