

日益增长的牛油果需求正威胁着森林

Автор(и): Нора Иванова, Редактор Растителна Защита /РЗ/

Дата: 12.09.2016 Брой: 9/2016



超级水果？曾几何时，牛油果作为异域珍馐被置于货架之上；如今，它甚至在街边小店也能寻得。它们被积极引入我们的日常饮食，究竟是真正有益健康，还是仅仅是食物偏好中的又一潮流？

牛油果是近年来全球贸易流成功推广的奇迹食品之一。传统食物在区域菜系中正让位于新的超级水果和蔬菜，这些食材不仅引领着饮食风尚，也决定着市场需求。突然间，高级餐厅将这种表皮似鳄鱼皮的绿色水果置于菜单的核心位置。而烹饪博客则日复一日地用富有创意的沙拉、鳄梨酱以及其他非常规的牛油果菜肴和甜点食谱相互启发。

在这股生产过剩的繁荣背后，浮现出一幅令人不安的景象——在墨西哥大都市周边地区，每年有1500至4000公顷的森林被非法砍伐，用于种植这种珍贵的食物。对牛油果的巨大胃口以及每公斤不断上涨的价格，使得这种绿色超级水果的生意不仅对农民具有吸引力。该地区长期以来一直由墨西哥黑手党控制，他们也支配着当地农民的生计规则。

在墨西哥最肥沃的州之一，位于该国西南部的米却肯州，居民主要依靠柠檬和牛油果的生产为生。在那里，人们也承受着集约化农业带来的后果。“频繁使用不受监管的农药以及地下水污染，只是迫在眉睫的生态灾难的一部分，”来自墨西哥环保组织GIRA的Jaime Navia分享道。

牛油果：奇迹之果

毫无疑问，美洲柿（牛油果）位列十大超级食物之中，其应用远不止于烹饪领域。牛油果是一种富含矿物质和维生素A、C、E的水果。其蛋白质含量远高于其他水果。它有益心脏健康，能预防血管阻塞。具有抗氧化作用。有助于排除体内毒素。牛油果油有助于治疗湿疹和白斑病。它还能降低高胆固醇。牛油果含铁，非常适合贫血患者。由于其富含维生素、矿物质和蛋白质，也推荐作为孕妇和儿童的食物。100克牛油果约含165卡路里。牛油果的另一应用领域在化妆品中，以面膜形式使用，最适合干性皮肤。牛油果油也用于各种面部护肤霜、洗发水和沐浴露中。

在欧洲最受欢迎的牛油果品种是“富尔特”和“哈斯”，前者在西欧市场已存在多年。而“哈斯”品种的牛油果直到最近才在旧大陆（欧洲）占据越来越大的份额。“富尔特”最初源自两个牛油果品种——墨西哥种和危地马拉种。“富尔特”比“哈斯”更大，重量可达400克，并能耐受更低的储存温度（4–6°C）。