

## 百吃不厭的百香果

### 03-23

成熟的百香果果皮呈紫色乾扁狀，看起來像個乖戾的糟老頭。就百香果這個例子而言，外表是很會誤導人的，因為百香果最好吃的時候就是它看起來最醜的時候。切開百香果時，它皺皺的外殼上有蛋黃色的果肉，上面佈滿吃起來脆脆的可食用種子。百香果的內層果肉甜美多汁，但又有一股酸得可以的味道平衡得恰到好處。百香果原來種在巴西，現在世界各地許多熱帶及亞熱帶國家都有以商業買賣為目的地栽種百香果。

儘管百香果的風味既芳香又迷人，它的名字原來與愉悅一點關係都沒有，但卻與痛苦有密切的關係。對那些十六世紀到巴西的傳教士來說，百香果花似乎是耶穌受釘刑的完美象徵，然而，近來大部分的人還是會把百香果的「香」跟它特有酸酸甜甜的味道聯想在一起。

百香果一般都是直接吃，但是它的果肉味道強烈到可以用來做雞尾酒、醬料或糕餅等的調味料。澳洲很流行將百香果的種子和果肉打成水果沙拉。遇到非常特別的場合時，來喝看看百香果香檳雞尾酒：幾滴百香果的漿汁加上 100 毫升的柳橙汁，最後再配上你最愛的香檳。那才叫「香」豔刺激！

### 03-24

馬紐爾和他老婆西碧兒一面吃著一袋水果一面聊天。

馬紐爾：百香果跟石榴真的很像，對不對？

西碧兒：有趣的是，百香果的西班牙文是“granadilla”，意思是「小石榴」。

馬紐爾：你知道嗎，百香果是長在藤蔓上，不是長在樹上。

西碧兒：撇開這些生活小常識，先來看看我到底能不能想出吃這種水果的方法。

馬紐爾：只要從中間切開，把果肉挖出來就好了。真是一團亂！

西碧兒：嗯，加在水果沙拉吃起來口感一定不錯。

馬紐爾：我在超市拿的這本廣告小冊子說，百香果是很好的維他命 A 和 C、及鉀與鐵的來源。

西碧兒：我聽說巴西原住民會用百香果葉來泡具有鎮靜效果的茶。

馬紐爾：沒錯，全人醫學專家聲稱，百香果這種植物具有鎮靜及消炎的特性。

西碧兒：所以如果我手臂有瘀傷，我可以用搗碎的百香果葉來醫治？

馬紐爾：可以。草藥醫生甚至建議失眠病患在睡前喝杯百香果葉泡的茶以幫助睡眠。

西碧兒：大自然真的能解決所有的問題，我以後不用再吃安眠藥了！