<u>温 构選兼姤組 - 温 球鏃ユ湰鏂伴椈鏃朵簨 - 鎌ル棉締庝汉绀惧尯浜ゆ祦</u> 動し棚齢を汉绀惧尯浜ゆ祦

美食

浣滆

鍙戝竷浜庯細2008/04/23 12:29

番茄为茄科植物,因其形似茄,也称为番茄、番李子、金橘;又因形似红柿,品种来自西方而得名西红柿。据史料记载,西红柿是生长在南美洲秘鲁国家森林里的一种野生植物,原名"狼桃"。当地传说狼桃有毒,吃了狼桃就会起疙瘩长瘤子。虽然它成熟时鲜红欲滴,红果配绿叶,十分美丽诱人。但正如色泽娇艳的蘑菇有剧毒一样,人们还是对它敬而远之,未曾有人敢吃上一口,只是把它作为一种观赏植物来对待。

到了十六世纪,英国有位名叫俄罗达拉的公爵在南美洲旅游,很喜欢番茄这种观赏植物,于是如获至宝一般将之带回英国,作为爱情的礼物献给了情人伊丽莎白女王以表达爱意,从此,"爱情果"、"情人果"之名就广为流传了。但人们都把番茄种在庄园里,并作为象征爱情的礼品赠送给爱人。过了一代又一代,仍没有人敢吃番茄。

到了十七世纪,有一位法国画家曾多次描绘番茄,面对番茄这样美丽可爱而"有毒"的浆果,实在抵挡不住它的诱惑,于是产生了亲口尝一尝它是什么味道的念头,因此,他冒着生命危险吃了一个,觉得甜甜的、酸酸的、酸中又有甜。然后,他躺到床上等着死神的光临。但一天过去了,他还躺在床上,鼓着眼睛对着天花板发愣。怎么?他吃了一个像毒蘑一样鲜红的番茄居然没死!他咂巴咂巴嘴唇,回想起咀嚼番茄那味道好极了的感觉,满面春风地把"番茄无毒可以吃"的消息告诉了朋友们,他们都惊呆了。不久,番茄无毒的新闻震动了西方,并迅速传遍了世界。

从那以后,上亿人均安心享受了这位"敢为天下先"的勇士冒死而带来的口福。后来有人分析了西红柿的成分,论证了它含有多种维生素,是营养极为丰富的食品,于是便把它从公园里挪出来,移进了菜园。到了十八世纪,意大利厨师用西红柿做成佳肴,色艳、味美,客人赞不绝口。番茄终于登上了餐桌。从此,番茄博得众人之爱,被誉为红色果、金苹果、红宝石、爱情果。西红柿传到中国,大约也有近百年的历史了。1983年,中国考古工作者在成都凤凰山的一座汉代古墓中发现了西红柿种子,这说明中国在两千年以前已栽培西红柿。

目前,番茄作为一种水果和蔬菜,已被科学家证明含有多种维生素和营养成分,如番茄含有丰富的维他命C和A以及叶酸、钾这些主要的营养素。特别是它所含的茄红素,对人体的健康更有益处,而一些水果如西瓜、柚、杏只含有少量的茄红素。当然,人们称番茄为"爱情果",还因为此果真有如爱情一般的功效,可以让女孩子们更加美丽呢!我们看到,慈爱和懂科学的母亲往往会让孩子多吃番茄。

最近,据美国《全国癌症研究所杂志》报道,美国一些医学专家在研究了许多调查报告后发现, 多吃番茄具有较强的防癌作用,甚至对胃癌、结肠癌、直肠癌、口腔癌、乳腺癌和子宫癌也有作用。 这是因为,番茄含有一种抗氧化剂——茄红素,具有降癌症发病率的作用,同时它还有多种有益的化 合物,它们之间复杂的相互作用增强了番茄防癌的能力。