

什么？核桃松子香榧都不是坚果

专业人士：坚果首先必须是果实，而不是种子

核桃不是坚果，松子、香榧也不是坚果。近日，一则微信完全颠覆了我们的认识。我们吃了这么多年的坚果，居然假冒的？带着疑问，记者向市农林局的林业工程师任立超、林业技术人员施鹏程作了一番求证。

他们查阅了《中国农业百科全书》《浙江植物志》等专业书籍。《中国农业百科全书》对坚果的定义很明确：由单心皮或合生心皮形成的、成熟时果皮坚硬干燥的果实，可食用部分多为种子的子叶或胚乳，且在果实成熟时果皮不开裂。

这个是目前能查到的最准确的定义，满足这些条件的才是植物学中定义的坚果。任立超向记者解释。那么，我们通常认为的坚果，哪些是真正的坚果，哪些不是？我们根据上述定义，进行对照和验证。

非坚果

松子

我们日常食用的松子，其实是松树的种子，而不是果实。松树是裸子植物，而裸子植物是没有果实的。这些供食用的松子，主要来自于红松，它能结出超过1厘米长的松子。我们日常能见到的多是种子，又小又轻、干燥的晴天里靠风传播种子的马尾松，所以人们常常只能在树下的地上看到一个空空如也的松塔。

虽然松子的外壳足够坚硬，但从植物学上看，它并不是坚果，而属于球果。

球果又称假果，是大多数裸子植物具有的生殖结构，球果是质化鳞片聚集而成的球形或椭圆形的果实，肉质者称为肉球果。



核桃

大家对核桃印象最深的就是坚硬的外壳，其实这层外壳是核桃的内果皮。核桃的外果皮在尚未成熟时是青色的，成熟后自然脱落。

我们通常吃的硬皮核桃、纸皮核桃、开口核桃都是除去外果皮以后剩下的部分。核桃的外壳足够坚硬，但从植物学角度划分，核桃并不是坚果，属于标准的核果。

核果是植物果实的一种类型，核果的外果皮薄，中果皮多汁，内果皮木质化形成较为坚硬的核，核里面包着种子。常见的梅、桃、杏也都属于核果。



香榧

成熟后的香榧有较为坚硬的外壳，外壳内有黑色果衣包裹淡黄色种仁。我们日常见到的其实是香榧的种子，在种子坚硬的外壳上，还有一层青色肉质化的外皮，叫做假种皮，重量可占种子鲜重的50%—60%。剥去这层外皮后，剩下的才是我们日常在食品店见到的香榧。因为香榧有一层坚硬的外壳，所以大多数人都认为香榧是坚果，但香榧也是裸子植物，没有果实。我们常说的香榧并不是坚果，是裸子植物的种子而已。



腰果

腰果长在树上，树干可高达10米。由花托形成的肉质果其实是假果，又称梨果，这个多汁的部分其实可以作为水果食用。

生长在假果顶端的肾形部分，外壳坚硬，里面包着的种子才是我们日常食用的腰果。腰果同样属于核果。



开心果

开心果和腰果同属于漆树科，我们日常食用的部分其实是种子。开心果是一种名叫阿月浑子的树木所产的果实。这种果实的外形就像小芒果。

我们在市面上看到的开心果带着坚硬的壳，这层壳是它的内果皮。在这层坚硬的内果皮的外面原先还包裹着一层肉质的外果皮，但这层外果皮在收获之后就会被去除，剩下的部分就是我们日常见到的开心果。开心果属于核果。



白果

白果也是裸子植物，它是银杏的种子。它的外壳上也有一层外皮，需要人工去除。



坚果

板栗

我们熟悉的板栗是真正的坚果，日常食用的部分包藏在长满尖刺的总苞内，一个总苞内一般有数个坚果。植物学上，板栗属于坚果。



榛子

榛子果实的外形像栗子，有黄褐色的外壳，种仁气香、味甜、富含油性。植物学上，榛子属于坚果。



夏威夷果

夏威夷果是一种原产于澳洲的树生坚果，所以也叫澳洲坚果，它的果实呈圆球形，种仁米黄色至浅棕色，内果皮十分坚硬，必须用工具才能取出内部可食用部分。植物学上，夏威夷果也属于坚果。

