

## 西班牙水果为何如此美味？

丰富的地理气候条件和种植传统，使得西班牙出产品种极广的水果和蔬菜，为西班牙烹饪提供永无止境的美味、健康之选，是西班牙美食多样性的重要原因。

西班牙位处地中海盆地的地区出产大量优质水果，比如瓦伦西亚的柑橘、穆尔西亚的桃子、橘子、杏和梨；接近非洲的加那利群岛还出产优质的芒果、木瓜等亚热带水果。尤其是柑橘类和核果类水果，西班牙出口到欧洲的产量领先，有些品种在全球的出口量也占领先地位。这里介绍其中几种品质、风味不同凡响的水果，还有特别的享用方式，特别值得了解下！



### 柑橘类水果

从9月到次年6月，西班牙的各种柑橘陆续上市。西班牙是目前欧洲最大的此类水果的生产国和出口国，欧盟近一半的最高质量和安全标准的柑橘类水果来自西班牙；并以占全球市场的四分之一的产量位居全球第五大生产国。

瓦伦西亚大区有“西班牙果园”之称，是西班牙的柑橘类水果的主要产区，这里出产的橙子、橘子和柠檬是具有地理标志保护瓦伦西亚柑橘（Citricos Valencianos PGI）认证的产品。它们的品种特征是西班牙气候和土壤的优良特性所赐，在三个种植区卡斯特利翁省（Castellón）、瓦伦西亚省（Valencia）和阿利坎特省（Alicante）不断传递。瓦伦西亚橙子是西班牙主要橙子品种，区别于其他品种橙子的独特之处在于其酸度和甜度的完美平衡，以及非凡的香气和多汁的肉质。





ICEX/icex

外形圆滚、颜色喜庆的各种橘子在春节期间总是很受欢迎，是通行大江南北的财富和好运的象征，西班牙橘子每年此时期都进口到中国，橙黄而圆润，带着同样的祝福。西班牙橘子也称为克莱门氏小柑橘（Clementines），其风味浓郁、味道超甜又多汁。柑橘家族之庞杂已经广为人知，橘子和克莱门氏小柑橘其实都是橘类变种；区别是克莱门氏小柑橘比橘子略甜，呈更亮的橙色，外皮更光滑，更容易剥皮。

其他柑橘类水果，比如柠檬、酸橙，西班牙全年都有出产；西班牙的酸橙生产在欧洲领先并在全球出口领先。



ICEX/icex

### 桃和李子等核果

西班牙是全球最大的桃子出口国和第三大生产国。每年的9月到10月份西班牙桃子的收获季。其中最著名的桃子要属原产地名称保护卡兰达桃子（Melocotón de Calanda PDO）。它产自西班牙阿拉贡大区的东部，以其个大、甜美、非凡风味而独树一帜。为保证卡兰达桃子的优质，在上市时要经过精心包装，并附有包含地理标志徽标和代码的贴纸，以确保每个桃子的可追溯性。卡兰达桃子比其他地方出产的都要大，并且不能有任何视觉上的瑕疵。



李子原产于中国，在西班牙的埃斯特雷马杜拉地区找到了新家。由于该地区适宜的气候和生长条件，这里已成为李子在欧洲最大的产地。此外，西班牙的安达卢西亚和穆尔西亚地区也出产李子。西班牙李子也进入了中国市场，黑钻李就是在中国很受欢迎的西班牙李子，每年的6月至8月底是收获季。果如其名，黑钻李有黑黑的果皮，同鲜艳的红色果肉形成了强烈的对比，也以此引人注目的外观而著称。黑钻李味道浓郁而甜美多汁。同大多数李子最为不同的是，黑钻李的果皮一点也不苦，尝起来非常接近果肉。还有特别的健康特性，深色的果皮和果肉都是抗氧化剂的重要来源。

**#SpainFoodNation**



©ICEX/ICEX



## 享用西班牙水果的妙法

有一个有趣而特别的方式是用于鸡尾酒。比如西班牙知名的桑格里亚酒（Sangría），不但在西班牙很流行，更风行全球，是夏日标志型的鸡尾酒，在炎热日子里最为清爽、宜神。通常是用葡萄酒与少量白兰地作为基酒，风味还来自糖渍过的橙子、葡萄柚、桃子等水果。另一个同样经典的西班牙鸡尾酒，瓦伦西亚之水（Agua de Valencia）也是要以水果提供风味。听名字就知道是源自瓦伦西亚，是以瓦伦西亚橙子的橙汁为主，调入西班牙卡瓦酒（Cava）、伏特加和金酒而成；这其中的金酒如果能用芳香的西班牙产金酒就更完美了，比如地理标志保护马宏金酒（Ginebra de Mahón IGP）。



鸡尾酒中更为常见的是以柑橘类水果增添风味，也作为装饰，比如将一片柠檬添加到金汤力中，柠檬或酸橙角添在西班牙美味思酒（Vermut）中。西班牙的各种水果还被制成干制水果片，用来为白兰地、威士忌或以此为基酒的鸡尾酒的增加风味，同时也是来优雅的装饰。

#SpainFoodNation



FWS Foods and Wines from Spain



alimentosdespaña

另外，西班牙水果还常用于生产罐装水果、果酱和蜜饯，穆尔西亚、瓦伦西亚等重要水果产区同时也是这类产品的重要产地；最具西班牙特色的果酱如安达卢西亚出产的榲桲酱（Membrillo）；还有用各种水果制成的甜美芬芳的蜜饯，比如著名的阿拉贡蜜饯（Frutas de Aragón）。许多西班牙标志性的甜食和糕点也常以各种西班牙水果为食材，比如传统的“炖水果（Compota）”用榲桲、苹果、李子等水果加糖及香料炖成，在冬天里吃非常宜人；加泰罗尼亚的传统甜品焦糖布丁（Crema Catalana）会点缀上切片桃子；各种水果做成的水果馅饼就更酥软可口了。

#SpainFoodNation



FWS Foods and Wines from Spain



alimentosdespaña

这么多甜美的西班牙风味，以及有趣的享用方式，从何处开始哪？应季的炖水果如何？或者派对上来个桑格里亚酒也非常喜气。再或用西班牙榲桲酱或其他果酱来配奶酪盘也是经典美味。选择太多了，可以探访各地城市的认证西班牙餐厅，或网购西班牙美食产品自己在家烹制也很方便。只等您来尝试。



ICEX/icex

**FWS** Foods and Wines  
from Spain

#alimentosdespaña