

建瓯锥栗:
在秋日里「榛」服味蕾

■本报记者 徐俐敏 黄靓 余雅丽 文摄



栗农在采摘锥栗



锥栗“母树王”枝繁叶茂

秋风轻拂山峦，闽北建瓯的锥栗林在晨雾中苏醒。漫山遍野的栗树上，“噼里啪啦”的声响此起彼伏，那是成熟的刺苞炸开口，挣脱枝头铺就金色地毯的丰收乐章。

建瓯锥栗的栽培史，是一部穿越千年的味觉传奇。自汉代始，这片土地便与锥栗结下深厚之缘。三国时期，东吴将领吕蒙将这一方珍果进贡吴王，赐予它“贡榛”的美誉；明朝时，又得太师杨荣力荐，成为宫廷御膳中的一道亮色。

四季轮回，最是秋日的馈赠让人魂牵梦萦。在这个收获的季节，采摘山珍锥栗，便是将整个秋天的精华收入囊中。

锥栗，这大自然的匠心之作，每个栗苞只孕育一颗坚果。其形如圆锥，底圆顶尖，故得其名。建瓯作为锥栗的原乡，所产果实粒大饱满，壳薄仁厚。轻轻一咬，香糯甘饴在唇齿间流转，脆甜清香在味蕾绽放。因品种各异，锥栗果壳或呈黄褐或显红棕，油光润泽；煮熟后，果肉金黄如珠，恰似秋日里最动人的“金果果”。

建瓯，这片被誉为“绿色金库”的土地，得天地之厚爱。温和的气候、充沛的雨露，年平均温度18.8℃，年降水量1670毫米，中亚热带季风轻拂着肥沃土壤，为锥栗生长提供了绝佳环境。在海拔300—

据明嘉靖《建宁府志》记载，锥栗原产于建瓯西乡（今建瓯市龙村乡），其人工栽培始于汉代。在龙村乡汴地村的栗林里，一棵锥栗“母树王”静静伫立。十二米的挺拔“身姿”，六人合抱的“腰围”，虽历经千年风雨，树心已空，却依然枝繁叶茂，年年奉献百余公斤的栗果。村民们世代来此采种育苗，将这古老的财富延续。2020年，经专家考证，这棵野生锥栗树已守望这片土地一千二百年。

晨曦微露，栗林主人江长富已开始一天的劳作，拍栗栗树，捡拾果实。露珠在栗叶上闪烁，他弯腰拾起拍栗坠落的果实，小心翼翼地剥开刺苞，邀请客人品尝这

在一上午的忙碌过后，东游镇渡潭村的黄俊豪载着新收的锥栗，来到川石乡的金穗供应链公司收购点。“72公斤处暑红，给1186元。”公司负责人吴克礼热情相迎，过磅、结算。

黄俊豪接过货款，脸上绽放出喜悦的笑容。老黄今年家里400多棵锥栗树丰收，每天驾三轮车行驶在路上，车身摇晃发出响声，如同老黄的心情自得意满。

丰收时节，这样的场景在数不清的栗农身上上演。“那时因保鲜技术有限，只能小批量收购。2022年建起冻库后，延长了锥栗的销售周期，如今每年收购量达百万公斤。”吴克礼回忆起十多年前骑着摩托车走村串巷

走进九和食品的冷库，栗香扑鼻而来。一颗颗饱满的锥栗如元宝般“端坐”，正进行为期25天的“糖化修行”。

“这是锥栗变身‘蜜甜珍果’的关键。”负责人陆丽芳解释，在5—10摄氏度的恒温中，淀粉悄然转化为果糖，赋予锥栗独特的清甜。从糖化到蒸煮，从烘烤到成品，整个流程不添加任何防腐剂，却能让产品保质一年。

陆丽芳随手拿起一颗煮好的锥栗，拇指在顶端轻旋，果壳应声而开，金黄的果肉完整脱出。这手“开口笑”的绝活，正是被列入非遗名录的“建瓯锥栗带壳制作技艺”。

一场静默的蜕变后，昔日一公斤十几元的“山野果”提升为超200元的“金果果”。锥栗的身价变迁见证着产业升级的历程。建瓯市自1992年启动“科

技兴栗”战略以来，大力推广优化密植、品种改良等措施，不断提升锥栗品质。“我们能够专注深加工，离不开家乡锥栗果稳定的品质和坚实的产业基础。”陆丽芳坦言。

在九和公司展示架前，陆丽芳的女儿指着“中国锥栗之乡”字样道：“建瓯当之无愧！”她在大学毕业后回乡帮衬父母发展企业，对有关锥栗的历史文化娓娓道来，“‘贡闻榛’古已有之，陆游的诗句就是最好的证言。”欢爱之心溢于言表。

如今，九和食品每年加工锥栗约5万公斤，与天添食品、明良食品、光祥食品等建瓯当地企业共同推动着锥栗产业的精深加工。这颗小小的锥栗，正乘着科技与文化的翅膀，飞向更广阔的市场。

每至秋风乍起，空气中便悄然弥漫起一股香甜的气息，那是属于锥栗的独特味道。剥开脆壳，软糯香甜在口中化开，这是其他季节无法替代的温暖。建瓯锥栗，就这样从皇家走进了寻常百姓家，以他们各自喜爱的菜式呈现在餐桌上，抚得凡人心。

在“农忙食间”特产小店，“90后”新农人陈建珍正通过直播，向网友展示锥栗的百变美味。“生食脆甜如水菱，水煮软糯似珍珠，糖炒香浓，烤制醇厚……”她如数家珍地分享着家常锥栗食谱：锥栗莲藕排骨汤，粉糯与清甜相得益彰；锥栗鸽子汤，搭配茵陈山药，清淡养生；锥栗莲子羹，软烂香甜，老少咸宜。

在陈建珍心中，最养生的当属锥栗香菇炖鸡汤。三黄鸡与香菇、姜片在砂锅中慢炖一个半小时，加入锥栗再煮一刻钟，

最后撒盐添葱。汤色澄澈，香气氤氲，锥栗的甘甜与鸡肉的鲜美完美融合，一碗下肚，暖意顿生。

陈建珍的小店每日订单不断，有人买生果自烹，有人选加工品馈赠友人。

锥栗早已融入建瓯人的生活日常，随时可买到锥栗饼，而加工菜式可由着自己的喜好做，可谓花样百变。端午的“锥栗粽”、中秋的祭月供品，建瓯锥栗成为节日里不可或缺的味觉记忆。中秋家宴上，市民曾莉萍端出拿手好菜“锥栗煨排骨”。建瓯特产的黄榛锥栗剥壳后如金珠般油亮，并与腌制好的排骨在砂锅中慢煨。锥栗吸饱肉汁，香沙油润；排骨融入栗香，肥而不腻。

每到秋季，建瓯人家的厨房总会飘起锥栗的甜香。这不仅是妈妈的味道，更是游子行囊里珍藏的乡愁……

和食品的车间里，见证锥栗鲜果在创新加工中焕发新生。这份“实”，是迈向未来的坚定步伐。

最打动人的，是“秋实”背后的温情。栗农热情地让我们品尝“开口笑”，软糯香甜的锥栗入口瞬间，尝到的不仅是山野秋味，更是浓浓的温情与乡愁滋味。

“秋实”，是自然与人共同谱写的丰收乐章，是实实在在的丰收喜悦。建瓯锥栗这颗“秋实”，更是一颗承载着文化、情感与记忆的种子。它藏在游子的行囊里，绽放在乡亲的笑脸上，最终沉淀为这片土地最温暖、最深厚的底色。

记者手记

“秋实”深处见乡愁

建瓯的秋日，山间回荡着锥栗刺苞爆开的“噼啪”声。这声音，是丰收的序曲，也是我们探寻“秋实”真谛的指引。

“秋实”二字，在建瓯的锥栗林里，被赋予了远超字面的厚重内涵。

它是沉甸甸的坚守。在江长富、叶忠秋这些栗农身上，我们看到了这份执着。他们粗糙的双手轻抚栗树时，眼中流露的是如对待孩子般的柔情。每一棵栗树，都沐浴过闽北的晨露，汲取着大地的滋养，更凝聚着世代农人的汗水与期盼。这份“实”，是农人对土地无比的钟爱。

它是充满生机的奔赴。在吴克礼的供应链公司里，有着锥栗走向更广阔市场的前景；在黄健的直播间里，欣喜山珍与食客隔空相遇；在九

A 得天独厚“金果果”

1000米的山地间，20余个锥栗品种在此繁衍成长，其中10个优良品种载入《中国树木志·栗树志》。川石乡的“牛角仔”、东游镇的“长芒仔”各具风味，龙村乡的“白露仔”更获“中华名果”殊荣。这里出产的锥栗不仅味美，更富含淀粉、氨基酸及多种微量元素，营养丰富。2004年，建瓯锥栗获评国家地理标志

B “丰”景可观“摇钱树”

份山野的馈赠。野生锥栗虽小巧，却别有一番脆嫩清甜。守着祖上传下来的栗林，他的笑容里透着对远古时期的遐思：或许当年的“土贡榛子”，就出自这片园子？

“处暑红这个品种成熟早，今年果实特别饱满。”水源乡大源村的叶忠秋站在自家百亩栗林中，竹竿轻摇，栗苞如雨点般坠落。作为乡里培育的“带富先锋”，他是

C 山野“鲜”货抵万家

的日子，感叹不已。

在金穗忙碌收购的同时，村民黄健的直播间也是一片热火朝天。“家人们，现在下单，下午发货。福建省内明日送到家，省外三天准能尝鲜！”黄健对着镜头展示刚煮好的锥栗。直播间里互动十分热烈：“我是在外打工的建瓯人，想念家乡的味道了！”“看起来不错，拍一单试试！”

D 身价倍增“开口笑”

走进九和食品的冷库，栗香扑鼻而来。一颗颗饱满的锥栗如元宝般“端坐”，正进行为期25天的“糖化修行”。

“这是锥栗变身‘蜜甜珍果’的关键。”负责人陆丽芳解释，在5—10摄氏度的恒温中，淀粉悄然转化为果糖，赋予锥栗独特的清甜。从糖化到蒸煮，从烘烤到成品，整个流程不添加任何防腐剂，却能让产品保质一年。

陆丽芳随手拿起一颗煮好的锥栗，拇指在顶端轻旋，果壳应声而开，金黄的果肉完整脱出。这手“开口笑”的绝活，正是被列入非遗名录的“建瓯锥栗带壳制作技艺”。

一场静默的蜕变后，昔日一公斤十几元的“山野果”提升为超200元的“金果果”。锥栗的身价变迁见证着产业升级的历程。建瓯市自1992年启动“科

E 解锁锥栗的N种食法

和食品的车间里，见证锥栗鲜果在创新加工中焕发新生。这份“实”，是迈向未来的坚定步伐。

最打动人的，是“秋实”背后的温情。栗农热情地让我们品尝“开口笑”，软糯香甜的锥栗入口瞬间，尝到的不仅是山野秋味，更是浓浓的温情与乡愁滋味。

“秋实”，是自然与人共同谱写的丰收乐章，是实实在在的丰收喜悦。建瓯锥栗这颗“秋实”，更是一颗承载着文化、情感与记忆的种子。它藏在游子的行囊里，绽放在乡亲的笑脸上，最终沉淀为这片土地最温暖、最深厚的底色。



建瓯所产锥栗粒大饱满

零售报价: 每份1.2元

印刷: 南平市武夷美彩印中心建阳分中心

地址: 南平市建阳区童游钜丰路228号

电话: 6155559