

# 釋迦



類別：果品類  
 學名：*Annona squamosa* L.  
 英名：Sugar apple, Sweetsop  
 別名：番荔枝、釋迦頭（日文漢字）、佛頭果、梨仔、大目  
 分類：番荔枝科 (*Annonaceae*)  
 番荔枝屬 (*Annona*)

A 釋迦植株  
 B 釋迦花器近照  
 C 釋迦雌/雄蕊的近照  
 D 果實

**主要特徵** 釋迦之原產地無法確知，熱帶美洲是較早而普遍栽植的地方，再經由荷蘭人引入臺灣種植，釋迦果樹屬半落葉性小喬木，性喜溫暖乾燥之氣候，土壤以排水良好之砂質壤土最適，生育溫度以15-32℃最佳。果實甜度高、風味佳，深受消費者所喜愛。目前以臺東二號（大目）為主要栽培品種，由於栽培技術改進與優良品種之選育成功，目前臺灣已成為世界番荔枝屬果樹的主要產區之一。

## 重要品種（或分群）

### 臺東二號



主力栽培品種，俗稱大目。果重600-900公克，糖度在20-24° Brix，主要產期在7月至隔年2月間。此品種具有果實大、產量高、鱗溝開裂明顯，方便成熟度判定，利於採收之優點，市場接受度高。

## 其他品種

### 臺東一號



果重380-550公克，糖度在20-24° Brix，主要產期在7月至隔年2月間。此品種鱗溝開裂十分明顯，易判定成熟度；但冬季遇寒流（低溫）易裂果，栽培少。

### 粗鱗種



樹型中等，生長勢強，果實鱗目明顯突起，硬熟期鱗溝開裂呈奶黃色，果重300-600公克。

### 軟枝



由粗鱗品系之實生變異中選出，樹型較大，生長勢強，但枝條柔軟。果重400-700公克，成熟期鱗目開裂較不明顯。

### 紫色種



由泰國引進，果實鱗目在幼果期為綠色，中果期轉紫紅色，鱗溝為粉紅色，口感稍遜，果重為300-500公克。

## 品種來源

### 原產地與臺灣發展演變

釋迦係由荷蘭人引入種植，迄今已有近400年歷史，先於臺南試種，早期主要品種是「粗鱗種」與「細鱗種」，多為庭院果樹，少經濟栽培，因果實似釋迦牟尼佛頭肉髻，故俗稱「釋迦」，又因幼果外表很像荔枝，自外國引入（舊時外國稱番），故又稱「番荔枝」。釋迦之名另有一說應來自印尼語srikaya，荷蘭人自印尼引進時，臺灣人採用臺灣語音譯稱「呼此果」。在民國59-69年間臺東地區之鳳梨及柑桔等果樹產業，相繼因國際價格競爭及黃龍病之危害，產業衰微，遂由中南部引入釋迦種植，爾後成為東部地區最重要的經濟果樹。

## 生產概況

釋迦因適應性佳幼年期短，定植後3-5年可開花結果。臺灣由於產期調節技術發達，幾乎可達全年開花及周年生產，因此可分散產期及延長供果時間，並避開其他水果盛產期，獲得較高之售價，增加農民收入。產期調節技術主要是利用修剪除葉方式控制釋迦在3-10月間開花，再配合利用夜間燈照處理，11-12月亦能開花，僅1-2月份花較少（5-6月產量較少），果實一年有兩個主要的產季，為7-10月之夏果及12至翌年2月之冬果，又以冬果之品質佳且價格較好。

## 產地、面積、產量圖



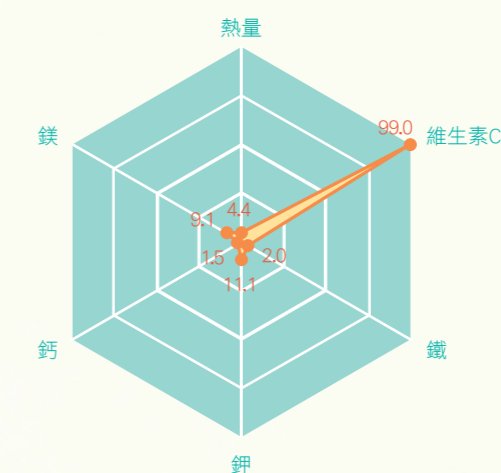
## 在地狀況

釋迦（大目種）主要產區為臺東縣，占全臺栽培面積91%，106-108年臺東縣平均栽培面積為2,509公頃，平均年產量為27,284公噸，主要分布於臺東市(55%)、太麻里鄉(23%)及卑南鄉(16%)。

## 營養成分

釋迦具有豐富之膳食纖維，蛋白質含量較一般水果多，維生素C、B<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>及B<sub>6</sub>等成分含量豐富，而鈉、鈣及鎂等礦物質含量亦相當高，是十分營養的水果。惟需留意釋迦之糖分高，鉀含量也高，消費者應注意攝取量。

## 營養成分比較雷達圖



## 挑選 保存

釋迦選購時可以挑選外觀圓整，鱗目大且為綠色或黃綠，鱗溝已開展的果實。釋迦果實未軟熟時需放置於室溫下後熟，後熟溫度需在15°C以上，放在20°C下約4天可軟熟，30°C約2天即軟熟，高於40°C果實會有硬殼不利後熟，後熟過程需注意以下事項：

### 1. 不可以放在冰箱內

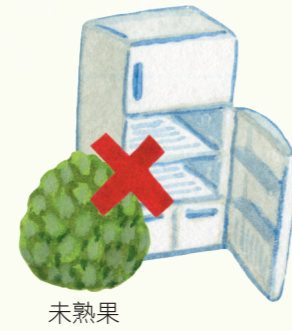
因為釋迦果實不耐低溫冷藏，會造成生理障礙，導致無法軟熟。

### 2. 不可以用塑膠袋包裝

因釋迦果實呼吸率高，如裝袋會造成果實在袋內呼吸產生大量的二氧化碳，造成果實無氧窒息，而無法軟熟。

### 3. 不可用保鮮膜密封包裝

果實更容易因缺氧致使行無氧呼吸，而無法正常的軟熟，甚至產生異味。



未熟果

釋迦軟熟之判斷標準，如果按壓果實中間已軟，此時果實為8分熟，果肉香甜好吃；如果按壓果梗處已軟，此時果實為9-10分熟，糖度更高，可輕易用雙手對半剝開時為最佳品嚐時刻，撥開的釋迦可用湯匙刮取品嚐。軟熟果如未能立即食用，可置於冰箱中冷藏或冷凍，果肉更清涼香甜，風味更佳。

## 生產 過程

### 栽培時重要關鍵過程

番荔枝臺東二號是臺灣目前主力栽培品種，主要產期在7月至隔年2月間，又因鱗溝開裂明顯，方便成熟度判定，利於採收之優點，因此以此品種說明生產過程。

### 1. 嫁接



時間：1-4月間嫁接為佳。

**嫁接方法：**選擇番荔枝臺東二號，宜選擇休眠中、尚未萌芽的枝條為接穗與培養1-2年的實生苗做為砧木，接合面削平，形成層處對接後，利用電工膠帶纏緊，促使兩者接合。苗木嫁接成活後，再經1年之培育，即可定植於田間。

### 2. 整地、定植與樹型建立



**整地：**深度需達1公尺，土壤需篩除大石塊及雜物。

**定植：**行株距以4.5x3.5公尺為佳。時間為1-4月，種植前可先標定位置，並於標定處施用有機肥，待有機肥完全腐熟後，再將嫁接好的苗木種植於土壤內。種植完成後的2-3個月內，需較頻繁澆水，以免苗木死亡。

**樹型：**苗木自定植起即需進行樹型基本架構之建立，一般採開心型整枝，主枝以2-4枝為宜。

### 3. 整枝修剪與產期調節



**(1) 夏期果培養：**於2-3月上旬間施行冬季強剪，全株強制落葉，可整理樹型，並促使植株萌發大量春梢，此等枝條萌芽後會立即開花，所結之果實即為7-10月份採收之夏期果。

**(2) 冬期果生產：**於6-9月間配合夏季修剪同時進行；就著生於樹冠內部及樹冠下半部之側枝或春梢，選擇發育充實者進行短截除葉，以促使萌芽開花。夏季修剪後約7-10天就會萌芽，陸續開花著果，即為冬期果。

## 小 知識

臺東常見的番荔枝屬果樹除釋迦外，還有鳳梨釋迦，兩者的差異在於釋迦具明顯凸起的鱗目，軟熟後可以直接用手剝著吃，果肉軟綿，風味清甜；而鳳梨釋迦的鱗目較平滑，軟熟後必須要用刀子切開吃，果肉較Q彈，味道為甜中帶酸。



### 4. 人工授粉



番荔枝花朵具有雌蕊先熟特性，需依靠人工授粉提升著果率及果實品質。常見的授粉工具為圭筆、平推式授粉器及吹氣式授粉器。圭筆使用方法為沾取花粉後，將花粉均勻塗抹於雌蕊柱頭表面，即完成授粉。平推式授粉器及吹氣式授粉器為將花粉填充入塑膠管內，利用平推鐵桿或按壓吹球之方式，將花粉運送到柱頭。

### 5. 疏果與套袋



授粉著果後1個月內，需進行疏果作業，去除畸形果、病蟲害果或同一枝條著生過多的果實。番荔枝在中大期果容易受果實蠅危害，可於授粉後50-65天進行套袋，套袋前應徹底進行病蟲害防治，間隔2-3天後，再開始套袋。套袋資材可選擇白色紙袋、牛皮紙袋或塑膠袋。

### 6. 採收



夏期果由採收至授粉約90-110天，冬期果約100-120天。採收時，應視鱗目色澤及鱗溝開裂狀況來判定成熟度，當鱗目顏色轉為黃色或淺綠色，鱗溝開裂至呈現奶黃色時，即可採收。採收後的果實應放置陰涼處，盡速移除田間熱，以延長貯藏時間。

### 栽培生產曆

月份	夏季果 (夏期果)												冬季果 (冬期果)											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
修剪期	修剪期												修剪期											
開花期	開花期												開花期											
結果期	結果期												結果期											
採收期	採收期												採收期											

## 料理 食譜

### 一品釋迦盅

材料：釋迦6粒、釋迦肉300公克、蛤蜊100公克、蝦仁100公克、火腿50公克、濃湯粉半杯、酥皮6張



### 釋迦山珍海味

材料：釋迦肉300公克、魚醬（魚肉罐頭）200公克、白蝦12條、山藥200公克、筍片12片、蘆筍適量、韭菜3棵、鮮奶油1量杯、鹽少許、香油1/2茶匙、胡椒粉1/2茶匙、太白粉少許



## 消費 Q&A

Q1. 釋迦買回去可以放冰箱嗎？

A1. 硬的釋迦不可以放冰箱喔，果實買回去之後需放置於室溫下後熟，才可以吃到香甜的釋迦。

Q2. 釋迦變軟的溫度是？

A2. 釋迦要放在室溫才會後熟，建議後熟溫度為15°C-30°C。

