

# 蔬菜水果类种子 草莓种子批发原包装50粒 草莓盆栽

产品名称	蔬菜水果类种子 草莓种子批发原包装50粒 草莓盆栽
公司名称	沐阳县茂润绿化苗木场
价格	面议
规格参数	品种:香瓜 级别:原种 品种纯度:98.0(%)
公司地址	沐阳县新河镇新槐村蔡庄组54号
联系电话	13235113885

## 产品详情

草莓 (strawberry) ，是蔷薇科草莓属植物。草莓富含氨基酸、果糖、蔗糖、葡萄糖、柠檬酸、苹果酸、果胶、胡萝卜素、维生素b1、维生素b2、烟酸及矿物质钙、镁、磷、铁等，这些营养素对生长发育有很好的促进作用。草莓营养价值高，含丰富维生素c，有帮助消化的功效，与此同时，草莓还可以巩固齿龈，清新口气，润泽喉部。

拼音：c oméi

英语名字：strawberry

日本名字：イチゴ (读音i chi go)

别名：洋莓、地莓、地果、红莓、土多啤梨、高粱果、地桃等，在园艺上属浆果类果树

拉丁语学名：fragaria ananassa duchesne

营养成份	热量	30(千卡)	硫胺素	0(毫克)	钙	18(毫克)
	蛋白质	1(克)	核黄素	0(毫克)	镁	12(毫克)
	脂肪	0(克)	烟酸	0(毫克)	铁	2(毫克)
	碳水化合物	6(克)	维生素c	47(毫克)	锰	0(毫克)
	膳食纤维	1(克)	维生素e	1(毫克)	锌	0(毫克)
	维生素a	5(微克)	胆固醇	0(毫克)	铜	0(毫克)
	胡萝卜素	0(微克)	钾	131(毫克)	磷	27(毫克)
	视黄醇当量	91(微克)	钠	4(毫克)	硒	1(微克)

### 形态特征

草莓有匍匐枝，复叶，小叶3片，椭圆形。初夏开花，聚伞花序，花白色或略带红色。花托增大变为肉质，瘦果夏季成熟，集生花托上，合成红色浆果状体。

黄毛草莓，多年生草本，粗壮，密集成丛，高5-25cm。茎密被黄棕色柔毛，几与叶等长。叶三出；叶柄长4-18cm，密被黄棕色绢状柔毛；小叶具短柄；小叶片倒卵形或椭圆形，长1-4.5cm，宽0.8-3cm，先端圆钝，顶生小叶基部楔形，侧生小叶基部偏斜，边缘具缺刻状锯齿，锯齿顶端急尖或圆钝，上面深绿色，被疏柔毛，下面淡绿色，被黄棕色绢状柔毛，沿叶脉上毛长而密。聚伞花序1-6朵；花序下部具一或三出有柄的小叶；花梗被开展的黄色绢状柔毛；花两性，直径1-2cm，萼片卵状披针形，比副萼片宽或近相等，副萼片披针形，全缘或2裂，果时增大；花瓣5，圆形，基部有短爪，白色；雄蕊20枚，不等长。聚合果圆形，白色、淡白黄色或红色，宿存萼片直立，紧贴果实；瘦果卵形、光滑。花期4-7月，果期6-8月。

#### 生长习性

草莓原产智利，世界各地广泛栽培，品种达2000多个。草莓爱光，喜潮湿，怕水渍，不耐旱，较耐寒，喜肥沃透气良好的砂壤土。春季气温上升到5度以上时，植株开始萌发，最适生长温度为20-26度。江苏地区，2月下旬萌发，4月上中旬开花，5月中下旬果实成熟。入秋，气温低于17度，且在10-12小时的短日照条件下花芽分化，冬季有短期休眠。

#### 物种分布

草莓喜欢温暖的天气，不耐寒冷。草莓原产于南美洲，主要分布于亚洲、欧洲和美洲。

我国的河北省、山东省和很多南方省市都有草莓的种植。全国草莓占地150万余亩，主要分布在四川、河北、安徽、辽宁、山东等地，北京草莓种植地不足5万亩，以昌平种植为最多。[1]

#### 分类

草莓原产智利，世界各地广泛栽培，品种达2000多个，欧美还有新品种出现。世界主要品种有50种，我国约有7个种，有经济价值的种类有如下几个：

(1) 野生草莓二倍体品种，在亚洲、非洲、欧洲均有分布。叶面光滑，背面有纤细茸毛，花序高于叶面，花梗小，花小，白色，果小，圆形到长圆锥形，红色或浅红色。萼片平贴，瘦果，突出果面。四季草莓属于本科的一个变种。(2) 蛇莓：又叫麝香草莓，分布于欧洲。植株较大，叶大，淡绿色，表面具稀疏茸毛和明显皱折。花大，花序显著高于叶面，雌雄异株。果较小，长圆锥形，深紫红色，肉厚松软，有麝香味。

(3) 东方草莓：原产我国、朝鲜及前苏联西伯利亚东部地区。形态似蛇莓，花两性，花序与叶面等长或稍高，果圆；锥形，红色，抗寒性极强。

(4) 西美草莓：原产于美洲，较为抗寒。叶大，叶面深绿色，叶背浅灰蓝色。花大，花导与花瓣等长，花序与叶面等高，果扁圆形，红色，瘦果凹入果面。

(5) 智利草莓：原产南美洲，为栽培品种的主要亲本之一。叶片厚，有韧性，叶脉硬，浓绿，有光泽。雌雄异株，极少两性花。花大，果大，浅红色或红褐色，香味少，果肉白而硬，种子微陷果面，植株耐旱不耐热。

(6) 深红草莓：分布于北美洲。

还有铁杆草莓，明晶等都不错。[2]

#### 原料介绍

草莓 (strawberry) 是蔷薇科植物，食用的草莓是该种植物的花托膨大后的聚合瘦果，其真正的果实是花托表面那些细小的颗粒，属多年生草本植物，花白色。原产南美、欧洲等地，我国各地都有草莓栽培，也有野生的。每年5~6月间果实成熟时采摘。不过都是冬季上市，因为都是大棚栽种的反季节水果。草莓为蔷薇科草莓属多年生常绿草本，具匍匐茎，株高一般不超过30厘米，其枝蔓翠绿，果实殷红，白花簇簇，既可观赏，果实又可食用，还可加工成草莓酱、草莓酒等。

采收及储存采收：在早晨或傍晚采收，新鲜食用，宜在成熟至八成时采收，

加工用的只要在着色七至八成便可。采摘时必须保留半厘米至1厘米的果梗，太长容易损害其他草莓。[2]

]

储存：最佳的保存环境是保存在接近零度但不结霜的冰箱。除此之外，亦有使用紫外线或惰性气体保存

。急冻亦是其中有效的保存方法。

#### 食用禁忌

痰湿内盛、肠滑便泻者、尿路结石病人不宜多食用草莓。草莓中有一中草酸性物质会导致孕妇胎儿的毛细血管的发育不良，草酸性物质使其胎儿在发育过程中的某种碱性物质被中和，从而会使婴儿的毛细血管发育受障碍，虽然它对大脑发育有一定的作用，但还是孕妇朋友们少吃为妙。

#### 秋季栽培

一、应在8月上旬至9月上旬定植，以保证在封冻前植株生长良好。

二、草莓适应于肥沃、土壤疏松、土层深厚地块。亩施有机肥4000-5000公斤。

三、选用耐寒、成熟早、丰产性能好的品种。如植株长势旺、果实大、产量高、成熟整齐并较耐贮运的品种。

四、选用壮苗，壮苗的标准是无病虫害，有4-5片叶，叶面积大，叶柄短而粗，新茎粗而壮。

五、栽植密度，首先做成50-70厘米宽平畦，畦与畦之间用土做成宽25厘米、高10厘米的畦。按株行距10×20厘米进行栽植。

六、栽植深度，不宜栽植过深或过浅，苗心被土埋住会造成苗心腐烂，过浅根茎外露，会干枯死亡。合理的栽植深度是“浅而不露根，深而不埋心”。

七、及时浇水，草莓的根系分布较浅，因此要及时浇水，以防干旱。一般当土层达到5厘米厚干时就要浇水，但要避免大小温灌，必要时可增加灌水次数。特别是在定植至成活期，要保证有充足水分供给。

八、中耕除草，中耕深度一般为3-4厘米过深会伤根系除草应掌握“除早、除小、除完”的原则。

九、越冬防寒。在土层出现夜冻昼化时，浇封冻水，然后用作物秸秆、杂草、锯末、松针、马粪等均匀的盖地，厚度为10-15厘米，一定要盖匀、盖严，以防造成局部冻害。但也可盖塑料薄膜或草袋片等。

十、撤除防寒物。初春视气温变化，分层、分期撤除覆盖物，防止捂伤或晚霜危害。在晚霜过后，要及时将园地清扫干净。

#### 草莓的病害及防治

##### 一、灰霉病的病状及防治：

草莓灰霉病又叫腐烂病，是温室栽培中极易发生的一种病害，直接为害花器和果实，对产量和品质影响很大。1. 为害症状。草莓灰霉病先侵染小果，然后沿果梗蔓延至花序，使整个花序干腐枯死。果实受侵，果面出现水渍状淡褐色斑块，后变暗褐色，组织软腐，产生暗灰色霉层，香味消失。生长期感病的果实，采收后仍能继续腐烂。2. 发生规律。草莓灰霉病是一种真菌病害。病菌在被害植株上携带，条件适合时形成孢子，随风扩散蔓延。病菌发育的最适温度为20~25℃，最低4℃，最高30~32℃。分生孢子在13.7~29.5℃均能萌发，但以在较低温度时萌发有利。低温、高湿是病害流行的主导因素；栽植过密、偏施氮肥、植株生长过旺、室内光照不足、土壤排水不良等，均适于病害发生。果实着色初期至中期抗病力最弱，最容易感病。3. 防治方法。及时清除枯枝枯叶，发病初期摘除感病花序，剔除病果，减少菌源；合理密植，平衡施肥，并适当控制浇水，防止植株旺长和室内湿度过大；采用塑料薄膜或柴草覆盖地面，避免果实直接接触潮湿土壤。从花序显露开始，选用200倍等量式波尔多液、50%代森锌500倍液、50%密霉胺600倍液、75%百菌清600~800倍液、50%速克灵或70%甲基托布津800~1000倍液、10%多氧霉素可湿性粉剂100~150克/亩加水75千克等药剂，每隔7~10天喷施一次。也可以用45%速克灵烟剂每亩1000克熏棚。[2]

#### 食疗偏方

原料：鲜草莓60克。制法及用法：草莓捣烂，冷开水冲服，每日3次。

功效：治牙龈出血、口舌生疮、小便少、色黄时。[3]

治干咳无痰：鲜草莓6g，冰糖30g，入锅，一同隔水煮烂，每天3次分服。[4]

## 2、草莓美白牙齿

草莓中含鞣花酸，而它有抑制酪氨酸酶(黑色素形成的关键酶)过剩的作用，能减缓黑色素的扩散作用，从而美白皮肤的效果。用草莓正确美白牙齿的做法是：先将1个草莓捣成浆糊状，再混入1勺发酵粉，之后用牙刷将其涂在牙齿上，固定3、4分钟后用清水冲净，牙齿就能又白又亮![5-6]

材料：糯米粉100克、水100克、糖30克、豆沙适量、草莓几个。

做法：

将水一点点倒入糯米粉中，搅拌均匀，放入蒸笼里20分钟蒸熟。

趁热将蒸熟的糯米团分次放入白砂糖混合拌匀。

放入涂抹了色拉油的保鲜膜中放至温热。

取15克豆沙包裹一颗草莓，并让草莓尖端露出三分之一，再取25克糯米面团包住豆沙即可。

适合人群

一般人群均可食用

声音嘶哑、风热咳嗽、咽喉肿痛者；夏季烦热口干或腹泻如水者；特别是鼻咽癌、肺癌、扁桃体癌、喉癌患者尤宜食用。

痰湿内盛、肠滑便泻者、尿路结石病人不宜多食。

食品制作

果实可生食或制果酒、果酱、布丁、松饼和蛋糕装饰等可吃。

草莓表面粗糙，不易洗净，可以用淡盐水水浸泡10分钟既可杀菌又较易清洗。

草莓综合果汁。

主料：草莓100克，优酪乳1/2杯。[7]

副料：柠檬1/3个，冰片1-2片，方糖1小茶匙。

做法：将草莓、柠檬去皮，全部放进压榨器中榨汁，并与优酪乳混淆。再注进杯中，放进冰片与甜料。

功效：草莓是维生素c含量最高的水果，对面疱、粉刺具有很好的疗效，脸上或身上的痘痘猖獗时，请多多饮用。

正确清洗

草莓之所以清洗起来比较困难，主要是因为其外表粗糙，而且皮很薄，一洗就破。因此，很多人为了图省事，简单地用水冲冲就吃。其实，草莓属于草本植物，植株比较低矮，果实细嫩多汁，这些都导致它容易受病虫害和微生物的侵袭。因此，种植草莓的过程中，要经常使用农药。这些农药、肥料以及病菌等，很容易附着在草莓粗糙的表面上，如果清洗不干净，很可能引发腹泻，甚至农药中毒。

要把草莓洗干净，最好用自来水不断冲洗，流动的水可避免农药渗入果实中。洗干净的草莓也不要马上吃，最好再用淡盐水或淘米水浸泡5分钟。淡盐水可以杀灭草莓表面残留的有害微生物；淘米水呈碱性，可促进呈酸性的农药降解。洗草莓时，千万注意不要把草莓蒂摘掉，去蒂的草莓若放在水中浸泡，残留的农药会随水进入果实内部，造成更严重的污染。另外，也不要使用洗涤灵等清洁剂浸泡草莓，这些物质

很难清洗干净，容易残留在果实中，造成二次污染。[8]

#### 食用方法

草莓的吃法多样化，鲜吃，加工，作为饭菜的煮食材料，蛋糕的装饰或馅饼、水果挞的主角皆宜。

**鲜吃：**草莓可直接食用，淋上优酪乳、奶油、果糖、巧克力、炼乳也可，草莓雪糕、草莓乳酪同样是不错的选择。

**加工：**完整果实加工的有蜜饯，又可切细加工成果酱，或者榨汁后制成浓缩果汁或草莓酒。

#### 价值本身价值

草莓中所含的胡萝卜素具有明目养肝作用。

草莓对胃肠道和贫血均有一定的滋补调理作用。

草莓除可以预防坏血病外，对防治动脉硬化，冠心病也有较好的疗效。

草莓是鞣酸含量丰富的植物，在体内可阻止致癌化学物质的吸收。

草莓中含有天冬氨酸，可以自然平和的清除体内的重金属离子。草莓色泽鲜艳，果实柔软多汁，香味浓郁，甜酸适口，营养丰富。

草莓具有明目养肝作用。

草莓对胃肠道和贫血均有一定的滋补调理作用。

草莓富含氨基酸、果糖、蔗糖、葡萄糖、柠檬酸、苹果酸、果胶、胡萝卜素、维生素b1、b2、烟酸及矿物质钙、镁、磷、钾、铁等，这些营养素对生长发育有很好的促进作用，对老人、儿童大有裨益。国外学者研究发现，草莓中的有效成分，可抑制癌肿的生长。每百克草莓含维生素c50-100毫克，比苹果、葡萄高10倍以上。科学研究业已证实，维生素c能消除细胞间的松弛与紧张状态，使脑细胞结构坚固，皮肤细腻有弹性，对脑和智力发育有重要影响。饭后吃一些草莓，可分解食物脂肪，有利消化。

#### 医疗价值

莓入药亦堪称上品，中医认为，草莓性味甘、凉，入脾、胃、肺经，有润肺生津，健脾和胃，利尿消肿，解热祛暑之功，适用于肺热咳嗽，食欲不振，小便短少，暑热烦渴等。草莓中丰富的维生素c除了可以预防坏血病以外，对动脉硬化、冠心病、心绞痛、脑溢血、高血压、高血脂等，都有积极的预防作用。草莓中含有的果胶及纤维素，可促进胃肠蠕动，改善便秘，预防痔疮、肠癌的发生。草莓中含有的胺类物质，对白血病，再生障碍性贫血有一定疗效。一般人群均可食用，风热咳嗽、咽喉肿痛、声音嘶哑者；夏季烦热口干或腹泻如水者；癌症，特别是鼻咽癌、肺癌、扁桃体癌、喉癌患者尤宜食用。痰湿内盛、肠滑便泻者、尿路结石病人不宜多食。

**制作指导：**2. 草莓表面粗糙，不易洗净，用淡盐水或高锰酸钾水浸泡10分钟既能杀菌又较易清洗。食疗作用：草莓味甘、酸，性凉，无毒；具有润肺生津、清热凉血、健脾解酒等功效。

《本草纲目》：“补脾气，固元气，制伏亢阳，扶持衰土，壮精神，益气，宽痞，消痰，解酒毒，止酒后发渴，利头目，开心益志。”

#### 性味归经

**【归经】**归肺、脾经。

**【功效】**清暑解热，生津止渴，利尿止泻，利咽止咳。

**最宜：**风热咳嗽，咽喉肿痛，声音嘶哑者宜食；夏季烦热口干，或腹泻如水者宜食；癌症患者，尤其是

鼻咽癌、肺癌、扁桃体癌、喉癌者宜食。

最忌：草莓作为夏季浆果，诸无所忌。

## 园地选择

### 草莓

草莓可以利用幼年果树的行间进行栽培,也可专门建立草莓园,选择地势稍高,地面平坦,灌溉方便,光照良好,土壤肥沃的地块。栽植前应彻底清除地里的杂草,施入足够底肥,一般每666.7m<sup>2</sup>施腐熟的优质农家肥5000kg以上,另加入50kg过磷酸钙和50kg氯化钾或者50kg氮磷钾三元复合肥料,然后深翻30~40cm,促进土壤熟化,再根据栽培形式整地,作畦打垄。一般南方常采用高畦栽植,畦长15cm,高25cm,畦面宽50cm,垄沟宽30cm,这种栽植方式同样适用于温室、大棚,优点是排灌方便,通风透光,果实着色好,病虫害少,也便于地膜覆盖和垫果,使果实不易被泥土污染和霉烂;但缺点有时出现水分供应不足。

## 田间管理中耕除草

### 草莓

这是保证草莓获得丰产优质的一项重要技术措施。中耕的深度一般以3~4cm为宜,次数和时间则根据实际情况而定,近年来,许多产地使用黑色塑薄料膜覆盖以控制杂草的生长,也免去中耕,值得推广应用。施肥花期和座果期追施1~2次复合肥,薄膜覆盖的果园采用根外追肥。经大量试验证明,花期和座果期增施微量元素b、ca、mg、mo等有利于增强植株的抗性,显著提高草莓的产量和品质,适时地施用ga,还可减少畸形果的形成。灌水草莓是需水较多的浆果植物,整个生长期应保持土壤湿润,华南地区秋冬干旱,应适时少量多次地灌水,最好采用滴灌

## 栽植技术

### 草莓

华南地区最好在10月中下旬栽植,此时气温25~30℃,定植苗成活快,但此时正值秋旱,应注意灌溉,这样移栽苗基本可以达到90%以上的成活率。多采用长方形定植,株行距为10~15cm×25cm,每666.7平方米约定植1万株;应注意定向栽植,生长良好的植株根茎部均呈弯形,应将弯曲的凸面朝垄沟一侧,这样栽植可以确保草莓结在垄的侧坡上,便于垫果和采收;栽植深度也是草莓成活的关键,应掌握“深不埋心,浅不露根”,栽植过深,苗心被土埋住,易造成苗腐烂;栽植过浅,苗根外露,不易产生新根,苗容易干死。栽植后马上浇一次透水。

## 益处

### 一、饭前吃草莓缓解胃口不佳

遇积食腹胀、胃口不佳时,可在饭前吃草莓60克,每日3次;

齿龈出血、口舌生疮、小便少、色黄时,可将鲜草莓60克捣烂,冷开水冲服,每日3次。鲜草莓冰糖隔水炖服:

干咳无痰,日久不愈时,可用鲜草莓6克与冰糖30克一起隔水炖服,每日3次;

遇烦热干咳、咽喉肿痛、声音嘶哑时,可用草莓鲜果洗净榨汁,每天早晚各一杯。

### 二、草莓对胃肠道和贫血有调理作用

现代医学研究认为,草莓对胃肠道和贫血均有一定的滋补调理作用。草莓除了可以预防坏血病外,对防治动脉硬化、冠心病也有较好的功效。草莓中的维生素及果胶对改善便秘和治疗痔疮、高血压、高血脂症均有一定效果。草莓中含有一种胺类物质,对白血病、再生障碍性贫血等血液病亦有辅助治疗作用。草莓是鞣酸含量丰富的植物,在体内可吸附和阻止致癌化学物质的吸收。

### 三、鲜草莓有助于醒酒

酒后头昏不适时,可一次食用鲜草莓100克,洗净后一次吃完,有助于醒酒;

营养不良或病后体弱消瘦者,可将洗净的草莓榨汁,再加入等量米酒拌匀即成草莓酒,早晚各饮1杯。[9]

### 四、美白牙齿

因为草莓中含有的苹果酸作为一种收敛剂,与发酵粉混合时产生氧化作用,可以去除咖啡、红酒和可乐在牙齿表面留下的污渍。[10]

### 有助于心脏健康

英国东英吉利大学研究人员的新研究对此作了进一步说明。该研究对9.3万人进行了长达18年的跟踪调查。参试者被分为5组,年龄为25~42岁,他们每4年报告一次饮食情况及影响心脏健康的其他情况。如是否有高血压、心脏病家族病史,体重是否超标或肥胖,是否有锻炼习惯,是否吸烟、饮酒等。[11]

结果发现，每周吃蓝莓或草莓至少3份（一份约半杯）的人比其他参试者心脏病发病率更低。研究负责人爱丁·卡西迪博士表示，红、蓝、紫色水果蔬菜中的自然抗氧化剂可使年轻人和中年人心脏病危险降低32%。研究认为，年轻时多吃富含花青素的水果、蔬菜，更有助于降低日后患心脏病的危险。花青素有助于提高好胆固醇（高密度脂蛋白胆固醇）水平，同时还可以减少与心脏病有关的体内炎症。除了蓝莓和草莓，富含花青素的食物还有紫茄子、李子和樱桃等。[11]

#### 择清洗方法

不要使用普通的洗涤剂清洗草莓，洗涤剂本身含有的化学成分容易残留在草莓上，对人体健康不利。最好的办法是使用专业的蓝康活氧机进行清洗，或者用盐水冲洗草莓。但是，绝对不要在水中浸泡过长时间，否则草莓内的维生素会悉数流失，使营养价值降低，而且溶解于水的农药有可能会反渗入草莓中。

#### 食用注意点

首先不买畸形草莓。正常生长的草莓外观呈心形，但有些草莓色鲜个大，颗粒上有畸形凸起，咬开后中间有空心。这种畸形莓可能是在种植过程中滥用激素造成的（畸形果也有可能是由于授粉环境条件不好所造成的与使用激素无关），长期大量食用这样的果实，有可能损害人体健康。特别是孕妇和儿童，不能食用畸形莓。

另外，由于草莓是低矮的草茎植物，虽然是在地膜中培育生长，在生长过程中还是容易受到泥土和细菌的污染，所以草莓入口前一定要把好“清洗关”。

#### 保存方法

常温保存时间：2天

#### 储存时注意：

选择新鲜的草莓，越新鲜的越容易保存。

采摘携带草莓时候，注意不要碰撞，以免破坏草莓组织。

买回的草莓不要一次全部清洗，吃多少洗多少，剩下的放进冰箱冷藏。

草莓适宜保存在10度以下，零度以上的条件下。

草莓也可以采用新鲜速冻的方法保存，冻成冰草莓，这样保存时间较长。

草莓保存最好不要沾水。

#### 自制果酱配料

新鲜草莓300克，细砂糖180克，柠檬汁20克

#### 制作过程

草莓洗净擦干水分，用刀切开。小个的草莓切成两半，大个的则切成四半。

在草莓里加入细砂糖。

用筷子拌匀，使糖均匀的附着在草莓上。盖上保鲜膜，放入冰箱冷藏3个小时以上（有条件的可以冷藏24小时）。

冷藏过后，草莓内的水分会渗出，此时就可以继续下一步了。

将草莓连同渗出的水分一起全部放入锅里，大火翻炒（可用珐琅锅或不锈钢锅，不要用铁锅）。

不断翻炒直到草莓变软，然后用中火慢慢熬干。

当翻炒到浓稠状态时，关火，加入柠檬汁，搅拌均匀，果酱就炒好了。



将果酱装入干净的容器里，密封放入冰箱保存。

#### 注意

草莓需要先切开，并用糖腌渍至水分渗出，再翻炒才能做出好果酱哦。腌渍的时间如果能达到24小时，效果会更好，如果等不及，三个小时也ok。

因为草莓如果炒的时间过长，颜色会发黑，所以炒的时候尽量用广口的大锅，使水分能更快的挥发，而不用窄口的奶锅等锅具。

草莓果酱含糖丰富，具有很长的保质期。只要装草莓的容器是干净并且密封的，放冰箱能保存长达几个月的时间。

柠檬汁有助于果胶的提取及发挥效用

，所以配方内加入少许柠檬汁，你可以用新鲜柠檬现挤的汁，也可以用市售的成品浓缩柠檬汁。

装果酱的容器，事先用滚水煮过并自然晾干，能让果酱保存的更久。

如果减少配方中的糖，同时也会减少果酱的保存期限。[13]

#### 甜美瘦身术

这个春天，草莓在土耳其等国大行其道，再加上小贝爱妻维多利亚大肆宣扬自己通过草莓瘦身减肥获得成功。在众多时尚mm心目中，草莓不再只是一般意义上的水果，而成了姐妹们春天里的甜美瘦身宝贝。随着天气转暖，可爱的草莓身着艳装，新鲜上市了！在这个甜美的草莓春日，姐妹们，让我们拉开瘦身的序幕吧！

草莓又叫红莓、杨莓、地莓等，是蔷薇科草莓属植物的泛称，全世界有50多种。草莓原产于欧洲，20世纪传入我国。当今，美国、波兰和俄罗斯是世界上种植草莓最多的国家。我国种植草莓的时间不长，且多栽培在城市郊区，产量较多的有京、津、沈、杭等市。

草莓系多年生草本植物，其果实由花托发育而成 为肉质聚合果，这与一般水果由子房发育而来不同。它的外观呈心形，鲜美红嫩，果肉多汁，酸甜可口，香味浓郁，不仅有色彩，而且还有一般水果所没有的宜人的芳香，是水果中难得的色、香、味俱佳者，因此常被人们誉为“果中皇后”。

草莓营养丰富，含有果糖、蔗糖、柠檬酸、苹果酸、水杨酸、氨基酸以及钙、磷、铁等矿物质。此外，它还含有多种维生素，尤其是维生素c含量非常丰富，每100克草莓中就含有维生素c 60毫克。草莓还含有果胶和丰富的膳食纤维，可以帮助消化、通畅大便。草莓的营养成分容易被人体消化、吸收，多吃也不会受凉或上火，是老少皆宜的健康食品。

草莓的吃法很多。若将草莓拌以奶油或鲜奶共食，其味极佳；将洗净的草莓加糖和奶油捣烂成草莓泥，冷冻后是冷甜、香软、可口的夏令食品；草莓酱如做元宵馒头、面饼馅心，更是绝妙的食品。草莓还可加工成果汁、果酱、果酒和罐头等。

本产品的品种是香瓜，级别是原种，品种纯度是98.0（%），净度是96.0（%）