

食品安全系列宣传（2023 年第二十四期）：

这种瓜，还是别吃啦 ！

2023-07-02 来源：北京科技报社 爱科学 懂科技 有未来，北京科技报出品

夏季，正是大量水果上市的时期。在众多水果之中，西瓜绝对是避暑消夏的“绝绝子”。那么，作为一名资深的吃瓜人，你对西瓜的保存有了解多少呢？冰箱的冷藏室是不是西瓜的“保险箱”呢？

撰文/记者 李晶

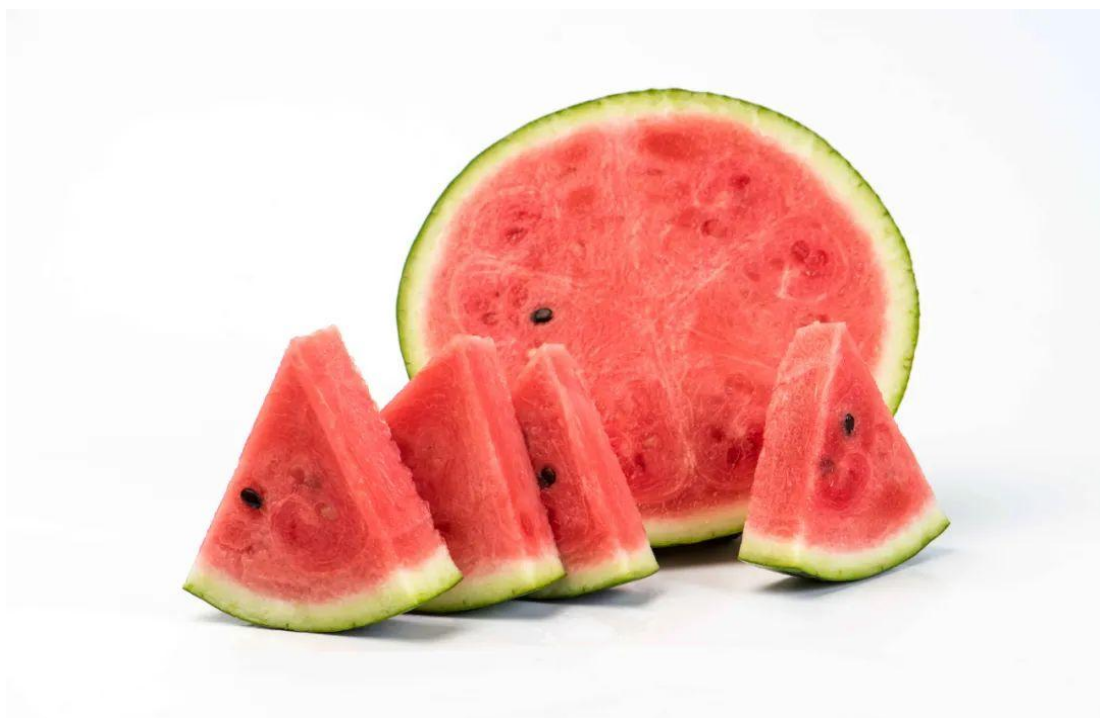
编辑/陈永杰 新媒体编辑/王佳怡（实习）

采访专家：陈春秀（北京市农林科学院研究员）

其实，西瓜并不是一种适合长期保存的水果，尤其是已经切开的西瓜，最好是随切随吃。如果西瓜太大，只能吃掉一半，另一半也需要覆盖上洁净的保鲜膜，放置在冰箱中冷藏。当然，即使这般冷藏，也最好在一天内尽快食用完。

“西瓜放置时间太长，即使尚能食用，但品质也会下降，瓜瓤变软，口感会差很远。”多年从事西瓜新品种选育及栽培技术与推广的北京市农林科学院研究员陈春秀解释说。

西瓜的品质是如何变化的？《不同品种西瓜常温贮藏期间品质变化及贮藏特性研究》曾以“京新2号”和“京秀”西瓜作为研究对象，通过对温湿度、失重率、含水量等数据的分析，发现随着贮藏时间延长，西瓜的瓜皮会不断变薄，质量损失增加。研究还指出，在这一过程中，西瓜所含葡萄糖、果糖等主要营养物质不断被消耗，但水分含量等变化较小。



(图片来源：视觉中国)

以上研究讨论的是西瓜未切开的情况下，其品质会随着贮藏时间的延长所产生的变化。正常情况下，未切开的新鲜西瓜内部基本上是无菌的。西瓜切开后，在细菌及微生物的作用下，西瓜发生严重腐败变质的可能也会增加。

由于糖分高、水分足，西瓜很受各种细菌的“青睐”。而且，细菌的数量和种类与储存的环境、温度和时间相关，若储存环境中的细菌越多、温度越高、时间越长，西瓜滋生细菌的数量和种类也会越多，并导致西瓜品质的下降。

可以说，在切分西瓜时，人们就已经开始了对西瓜品质的“破坏”。陈春秀举例说，有刀具划痕的瓜瓤会呈现“水浸状”，肉眼可见会比正常的瓜瓤颜色更深红一些。这部分“受伤”的果肉品质下降会更快，随着时间的流失，果瓤中的糖分会转化为淀粉颗粒状，甜度降低，逐渐腐败，继而出现“萎瓜”的状态。她建议，为了更好地延长西瓜的“保质期”，大家切西瓜前要对刀具、砧板等与西瓜有接触的物品进行清洗，并将暂时不食用的西瓜用干净的保鲜膜包好，再放置

于冰箱冷藏，以便减少细菌等因素对西瓜品质的影响。总体而言，西瓜的保存与温湿度等环境因素，以及是否切开等人为因素都有关系。完整的西瓜，在 7-10 摄氏度的冷库中可保存两周至一个月，在初夏自然温度下可保质七天左右，但瓜的品质均会随时间的延长而下降。一旦西瓜切开，在各种不可抗拒的环境因素影响下，其品质下降会更快，口感也会逐渐变差。一旦发现西瓜的颜色和气味已经发生明显改变，建议大家以身体健康为重，这样的瓜，咱就不要吃了。