2019.8.6 星期二
责编 小祝 | 版式 小凯 | 校对 高敏
江南晚报

“鸡头米”今年提前一周上市了

引种四年，为何难以大面积推广？

眼下天气炎热，很多人胃口不好。作为健脾益气的“水中人参”——鸡头米，今年无锡的情况如何？昨天，本报记者赶赴锡山区厚桥街道作了探访。

【探访】

地产“鸡头米”提前一周上市

昨天上午，记者来到锡山区厚桥街道，随“鸡头米”种植大户盛丰华来到一片田边，走近一看，“鸡头米”的叶子浮于水面，似荷叶却比荷叶宽大，褶皱密布。这里也是眼下无锡地区最大的“鸡头米”集中种植区。凌晨3点多，“鸡头米”种植区已经有不少工人在水田里忙活。刚割采下的“鸡头”会在这里归集，按照老、嫩果实初步筛选后送到市场里加工、剥籽，然后再供应给市民。

“通常在8月上旬才会出现，得益于今年多晴少雨天气，这两天已经悄然在上市，相比去年，提前了一周。”盛丰华说，8月1日，他试采了一点，这两天开始批量采摘新鲜的“鸡头米”供应市民需要，可每天的产量还是不够卖的。

下到水里，盛丰华展示了“鸡头米”的采摘过程，只见他剥去厚厚软软的果皮后，可以看见浑圆的种子，远远看去很像石榴，除去橘色的种皮部分便露出淡黄的种仁，也就是我们所说的“鸡头米”了。

盛丰华介绍，近来气温持续攀升，中午田里热的几乎没有办法干活，早上趁着气温不高，他和工人们已经穿着专用胶鞋，戴着橡胶手套弯着腰在水田里劳作了。这套装备穿起来即使在早上也是又闷又热。别看“鸡头米”它带个米字，它可不是米，而是一种莲子，学名芡实，是睡莲科芡属一年水生草本植物，因果球上的绿瓣状如鸡头而得名。

厚桥街道工作人员孙静表示，为了保证“鸡头米”的新鲜，天还没有亮的时候种植户就要下塘开始采摘，一来避开高温，二来采摘这种农产品着实耗费精力，在淤泥中艰难行进，在带刺的叶片下割取果实。可以说每一次的寻找都不容易。想要保留“鸡头米”的清香，保持鲜嫩的口感，还是得戴上铁甲套，采用手工剥米。

【询价】

每公斤180元左右

作为优质农业项目，这两年逐渐“走俏”的“鸡头米”以其营养丰富、味道鲜美逐渐受到锡城消费者的青睐，并畅销江、浙、沪等城市。记者了解到，作为无锡地产时令美食，“鸡头米”已批量上市，目前零售价在180元/公斤左右。

“今年‘鸡头米’产量是个‘大年’。”盛丰华说，一般十斤蓬剥五斤子，十斤子剥两斤米。他种植了200亩“鸡头米”。“鸡头米”上市周期一般为2个多月，7天进行一轮采摘，可以采摘8批。今年要到10月中旬才下市。

让盛丰华高兴的是，经过前两年的宣传推广，现在不少无锡市民慕名前来购买，另外接下来节日有教师节、中秋节、国庆节等，城里人一般在这几个节点送“鸡头米”礼盒装给亲朋好友。“鸡头米”营养又实惠，销售上他并不发愁。

厚桥街道新联村种植户卫佳是一个青年创业者。卫佳在蒲家湾种植了50亩“鸡头米”。由于是第一年种植，他计划8月6日开始采摘，剥出米后做包装，再推向市场。在销售上，他准备采用微商的推广销售方式，“好东西不愁卖。”和苏州“鸡头米”刚上市那会儿的240元一公斤，他售卖的180元一公斤价格还是相对吸引人的。

“客户主要是家庭主妇，有的客户一次购买了20斤。”家住滨湖区的曹虹是一名食材经销商，去年开始关注逐渐在无锡走红的“鸡头米”。短短的合作时间里，她销售掉100公斤“鸡头米”。她说，“鸡头米”营养价值较高，干燥的种仁成分以淀粉为主，且含有丰富的蛋白质、维生素、氨基酸等多种营养成分和一些收敛性物质，具有益肾固精、补脾止泻、祛湿止带的功效，向来有“水中人参”的美称。不少客户买来给孩子做下午茶吃，很受欢迎。

【追问】

为何难以大面积推广？

盛丰华原来在苏州浒关种植“鸡头米”，这种农产品在苏州无论是种植面积和受欢迎程度都高于无锡。看到无锡没有“鸡头米”，盛丰华四年前来无锡寻觅“良田”。经过比较，他相中了“最美乡村”谢埭荡，从此“安营扎寨”在无锡种植“鸡头米”。 盛丰华说，“鸡头米”很 “金贵”，除了要有通风透光的环境外，最怕水质不达标，有一点农药流入水田，“鸡头米”就长不出来。“对这种特色农业项目，区里、街道、村里是支持的。”

厚桥街道办事处副主任汪苏湘表示，盛丰华等人引种“鸡头米”这几年，证实厚桥有好的自然生态环境，其中谢埭荡是“最美乡村”，街道上下这两年更是注重水质的保护，下大力气治水，去年稳定达标水达到了八成，这对农业发展提供了大的支撑。“欧姆龙”“悠乐园”“俊杨农场”等对环境、土壤和水质要求相当高现代农业项目相继“相中”厚桥并在此安家落户。

“采摘困难、加工成本、人工成本高，主要还是对环境和水质要求高，导致种植面积推广缓慢。”盛丰华称，“鸡头米”的出产率低，往往七八个“鸡头”才能够出一斤“鸡头米”；就算是熟练工剥，一斤“鸡头米”少说也要剥上一个小时，过程十分耗时费力。记者了解到，从田地间采摘上来的“鸡头”到餐桌上的“鸡头米”还要经过好几道工序才能完成。

盛丰华表示，以前，还有一部分要到苏州去销售，现在无锡的市场已经不够卖了。如果找不到好的水田，他就在厚桥继续扩大种植面积。 （晚报记者 黄振 文/摄）

链接：

“鸡头米”怎么吃？

“鸡头米”作为药食同源的佳品，既可以制成美味菜肴，又可以做成养生药膳。其中，以清炒和甜汤口味最佳。需注意的是，煮“鸡头米”的时间把握很重要，刚刚断生最好，煮得过熟香气全无，吃起来就像“橡皮弹子”了。

桂花糖水“鸡头米”

先把“鸡头米”泡洗干净，然后把冰糖熬成糖水，混着清水一并烧开，放入鲜“鸡头米”煮开后1-3分钟取出，撒上一小撮干桂花。 汤带着沁人的清香，嚼着“鸡头米”很有劲头。这道最传统的桂花糖水“鸡头米”也是最受推崇的做法之一。

虾仁“鸡头米”

先将虾仁漂净，加精盐、料酒、葱姜汁、味精和鸡蛋清拌至有黏性，再放入干淀粉拌匀上浆。然后把虾仁和“鸡头米”放在一起爆炒即可，可以酌情加点自己喜欢的蔬菜，最后勾芡就好。

“鸡头米”山药粥

“鸡头米”30克，粳米、鲜山药各100克，白糖适量。山药洗净，去皮，切块；粳米淘洗干净。锅中倒入适量水，先放入“鸡头米”煮软，再倒入粳米、山药，煮至粥成，加白糖调食。每日早、晚温热食用。此粥可补虚劳、健脾益气、止泻止遗，对脾肾两虚所致的各种遗泄症均有食疗作用。多食不易消化，食滞不化者不宜多食。

“鸡头米”扁豆老鸭汤

准备老鸭半只约800克，生姜3片，“鸡头米”20g，扁豆50g，盐适量。老鸭洗干净剁成鸭块，扁豆提前半小时用清水泡软，“鸡头米”冲洗干净就可以了。鸭块冷水下锅，不加锅盖，大火烤开以后用中小火继续煮5分钟，把鸭块中的血沫完全煮出来。

捞出煮好的鸭子洗干净，之后将食材都放入锅中，加上足够的水大火烧开，之后再小火煲汤大约两小时，最后加上盐就可以吃了。

“鸡头米”猪肚汤

准备熟猪肚一只，“鸡头米”30克，莲子30克，红枣、姜片、盐各适量。“鸡头米”、莲子洗净，提前用清水泡软， 大约要浸泡1小时左右。红枣洗净，去核备用。

把熟猪肚切成肚丝，放入煲汤的砂锅中，加入准备好的“鸡头米”和莲子，再加入适量清水，先用大火烧开，除尽浮沫后，放入红枣、姜片， 转小火慢慢煲至 “鸡头米”开花，加适量盐调味就可以出锅了。