

维C之王——沙棘

刘恩晨

祖国疆土辽阔，气象万千，东西南北到处都生长着具有不同特点的宝物。昔日默默无闻的沙棘树，随着科学水平的提高，它的极为丰富的营养成份被发现而方显出其自身的珍贵价值，引起世界许多国家竞相引进、开发研究、利用。沙棘树遍布我国陕西、青海、甘肃、宁夏、内蒙、新疆、山西、河北、辽宁等地，为我国北方各地新开发的经济资源。

沙棘又叫醋柳、酸刺、黑刺、沙枣，为落叶野生灌木每年4—5月开花、花先叶后，绿叶黄花，叶片披针形上部光滑底部有白色棉毛，果实为桔红色小浆果，全穗状挂满枝条。沙棘具有耐干旱、耐寒冷、耐脊薄和抗盐碱等特点，在年降雨量250毫米以上，海拔2000m以下的环境里都可生长。根系发达可深入土下100多cm处，分蘖力、萌生力极强，生长迅速，三五年即可郁闭成林，下可固土，上可覆盖，是保土、保水、防风、固沙的理想植物。沙棘除播种繁殖外还可压条扦插易生根成活。

沙棘浑身是宝，果实含有丰富的维生素C、维生素E、维生素D、维生素B₁和维生素B₂，还含有多种有机酸、可溶性果糖、葡萄糖以及蛋白质，胡萝卜素等物质，其中维C的含量，据有关部门化验分析，每100克之沙棘果汁中含850到2100毫克

维C，大有维C之王之称，沙棘树皮、果皮和种子含有沙棘油，有抗辐射、抗疲劳和全面增强机体活力的作用。是医学中又一种珍贵药用植物。据《中药大辞典》记载，沙棘果具有活血散瘀，化痰宽胸补脾健胃，清热止泻的功能。果汁中含有一定量的黄酮类化物。浓缩沙棘果汁对缓解心绞痛、改善心律紊乱等症有一定疗效，对慢性支气管炎有显著疗效。利用沙棘果可制成高级保健食品、宇航食品和运动食品，能促进运动员，宇航员人体新陈代谢、改善消化机能。

利用沙棘果可生产多种饮食品，如果汁、果酒、果露、果酱、果冻、沙棘糖沙棘晶等十几种。也可以与其他果汁配制多种类型清凉饮料，在饮料市场中又增加一支新秀，给人们生活带来新的乐趣。我国各地科研、教学部门也开始对沙棘进行开发性试验有的地区还专门成立了沙棘研究机构和沙棘繁殖基地、进行系统研究开发利用，据有关部门调查，黑龙江省牡丹江市穆稜等地也发现有成片野生沙棘林资源，引起当地政府和科研、教学部门的重视，他们已经组织专门力量，开设研究课题进行开发研究，这对于挖掘祖国宝藏，增加小浆果种类，将是一种有意义的工作。