

水果越来越甜了，这样好么？

这个水果疯狂上市的季节，通常大家都会为物美价廉的好吃水果打call，今秋却意料之外的出现了负面声音：“买了点阳光玫瑰，说是很甜。的确甜，葡萄味为零，就剩甜得难受”“切了个网纹瓜，太甜了！齁嗓子”“现在的水果咋甜得发腻了”……

等等，水果甜不是好事儿么，怎么纷纷抱怨起了过甜？是这届网友不懂感恩知足，还是水果本身真的发生了变化？

2018年，澳大利亚的墨尔本动物园出了这么一个公示：停止给动物园里的小红熊猫和部分灵长类动物喂食水果。理由就是“现在能买到的水果都是从基因层面被优化过，拥有超过大自然原本赋予这个水果的含糖量，导致动物们不同程度的出现了蛀牙、肥胖等健康问题”，同时决定尽可能给所有吃素的动物替换更多的蔬菜。

网友的体感没错，“水果过甜”不是错觉，是一个正在发生的事实。虽说科学家们基因育种的初心是让原本野生水果变得更适口，但在2023年，这个美好的初心已然开始变味儿。而我们，正在边吐着槽，边为这个变化，付出高昂的钱包代价。

高糖，不是一个坏东西么？



我们跟糖的关系，一直如时钟指针般左右摇摆。时间倒播3年，抗糖、低糖、断糖、代糖才是人们日常生活中最火爆的话题。从钟欣桐、卡戴珊这样的明星在社交平台上宣传通过抗糖将身体逆龄，到科学家出来站台，说不仅是糖，还有糖的“前身”碳水，都是加速身体老化的元凶之一，人们闻糖色变，喝奶茶也变成了三分糖甚至不另外加糖。

顺着“吃糖焦虑”主打代糖无负担的饮料企业，即便以每瓶比同类普通加糖产品贵出20%不止的价格，也能在成立仅仅几年就获得千亿的市值估计。“不吃糖”甚至成了朋友圈里表达自己更为“先进开化”的身份标签——去年火爆的韩剧《黑暗荣耀》中，财阀大佬河道英就拒绝了宋慧乔给出的三角饭团，理由是“碳水含量太高了”。

但不可否认，糖又是身体运转最基础的能量之一。最初人类开始直立，在学会打猎之前，赖以生存最重要食物就是天然的水果和蜂蜜。即便人类历经千万年进化，成熟水果散发出的诱人香气，仍旧能勾引起心底本能的渴望。

想想菠萝芒果那独属于热带水果“热情洋溢”的甜吧，你会忍不住想张嘴咬下去，那绝妙的酸甜比，富有汁水的纤维质地，能让你在咀嚼中，感受到每个细胞的舒展。

桃子、李子仿佛云朵般温柔的香气，会给你一种隔纱看美人的错觉。一口下去，甜蜜的汁水满溢，吃到的不仅是幸福，更是一种满足……

还有香蕉苹果的组合，草莓蓝莓的混搭，丢一包给牙牙学语的孩子，他们本能地开始快乐吮吸，根本停不下来。

甚至你看中文语境里，跟甜有关的词，几乎没有不美好的：“甘之如饴”说的是跟糖一样甜，“甜言蜜语”说的是这个人很会说话，即便有点小坏，也瑕不掩瑜；“甜甜蜜蜜”说得是一种美好的状态；“先苦后甜”，更是在描述对幸福的向往……

这也是我们与甜关系吊诡的地方：几乎没有人天生可以抗拒甜，它是刻在基因里的渴望；但与此同时，新研究出来的科学又的确在告诉我们，糖个坏东西，让我们肥胖蛀牙加速衰老。这些矛盾让我们进入了一场与糖的拉锯战：顺从基因时，我们渴望吃到更甜的水果；顺从科学时，我们又希望放弃糖在生活中的存在。

当商业资本发现了如此不可调和的矛盾，一场有趣的竞赛开始了，一边是高价代糖产品层出不穷，一边是超越基因本能的甜水果化身新一代钱包刺客。

水果是怎么变甜的

水果往甜育种，本是初心美好的科学方向。吃过荔枝的人都知道，过去的荔枝是会酸的。不仅生活在荔枝产区的人会跟你说，以前的荔枝各种滋味都有，酸酸甜甜的黑叶妃子笑，脆甜的桂味挂绿，软糯的糯米糍……大大小小400多个品种，进入深山还能找到原始野荔枝树，但“又小又涩不好吃”；就是不生活在荔枝产区，回忆早年的吃荔枝记忆，也会意识到：酸是荔枝里会存在的滋味，虽然不多，但肯定有。

然而这几年，当你再吃荔枝，就会发现甜已经成为了唯一标准。不仅不甜的妃子笑跌入鄙视链底端，更酸的黑叶甚至已然不流通市场，沦为荔枝罐头的下等原料。

甜的荔枝呢，就拿桂味仙进奉来说，价格可以高出妃子笑3倍，甚至产地也开始与价格挂上了钩。流传在增城荔枝农的说法之一就是：我们这里是这个品种的原生土壤，种出的甜度最高。消费者也买账，即便加上空运费用5斤价格就要130元，也可以买到原产地断销。

我们基因里需要甜，这是一种本能。“甜是不需要解释的，就是非常简单直接的味觉体验，每个人都觉得好。”中国农科院果树所副所长王海波在接受采访时说，“过去水果不够甜，是技术达不到，但凡技术能达到，水果还是甜的更好吃。”

这个趋势也解释了为什么过去30年，水果甜得越来越稳定。记忆里小时候买西瓜还要左敲敲右敲敲，买到不好的瓜也是常态，能从父母那里学得一套“听声辩位挑西瓜”的秘籍甚至是值得骄傲的事情。

但如今走进商超，你几乎不会去思考“万一我买到的西瓜不甜怎么办”，我们的下意识已经变成了，“这里胆敢给我不熟的西瓜”，而不能允许水果酸的认知改变，最直观的展现了当代水果育种界的发展。

然而但是，刹不住了。很少有人知道，农业育种的技术其实掌握在极少数的商业资本中。为了赚钱，这些公司每研发出一种新的品种，就会申请版权保护，并且会对种子进行干预，使得农民无法保留种子再种，必须年年购买新的。像美国的主要育种公司孟山多，一家公司就占据了大多数农作物种子七成甚至全部市场；我国在育种技术上，与欧美日发达国家还是有差距，所以蓝莓、芒果、葡萄等很多主流品种，都是欧美公司育种后，我们购买回来再大面积推广种植的。

比如基地在云南的蓝莓树莓，基地在新疆的各种葡萄瓜果，之所以能够达到如此稳定的甜，就是国外公司掌握着从育种到种植的一切标准。

为了赚钱，它们不断的更新水果的口味，朝向更甜的方向发展，举些例子吧：

2015年，新西兰培育出了甜度达到16（通常成熟的荔枝甜度才在14左右）的蓝莓；

2016年，贵州省农作物品种审定会确定了一种甜度能达到18的地方李子品种为蜂糖李；

2018年，巴西开始大面积推广甜度能达到20的黄金百香果……

而在此之前，无论是蓝莓、李子还是百香果，在普通人心中都不会有“齁甜”的标签——就更不用说芒果、荔枝、西瓜等以“甜”著称的水果。2022年，日本大型种苗企业NANTO SEED育种出甜度可以达到20以上的西瓜“金色罗皇”，用科技手段将西瓜可以达到的甜度又更上了一个台阶。

不仅是水果，甚至卷心菜、玉米、红薯、番茄等传统蔬菜也没能幸免，如今都开始向“甜”这个味道发起进攻。

水果应该更甜么？

如果你在近期买过“季节限定”的水果茶，比如玫瑰瓜、晴王葡萄，一定会有一种发自肺腑的感觉：齁。没错，你在选择这些水果茶的时候，已经放弃了“白糖”，因为你知道，水果会甜，糖没必要，但你仍然会感受到前所未有的齁甜，仿佛选项里那个“不另外加糖”毫无意义。

需要说明的是，此糖非彼糖，水果中的甜，与奶茶中的甜，本质上还是两种物质。如今生物科学界还是认可，水果虽然含糖量逐渐变大，但因同时含有大量膳食纤维和其他营养物质，在身体里的反应速度远慢于直接在饮料里加糖，所以水果仍然是帮助身体代谢的健康食品。

但像晴王这种已经丧失葡萄滋味，除了齁嗓子，再无其他滋味的存在，也是我们的一个警醒：水果到底应该有什么滋味？

随着基因改造技术的成熟，未来的人类将拥有前所未有的，控制一切生物的改造能力，水果蔬菜几乎可以变成我们任意想变成的模样。事实上，国外已经育种出粉色的菠萝，带有水蜜桃味的蓝莓，水果蔬菜的世界，已经在经历过去一百年想都想象不了的彻底改造。

所以我们到底想要什么，就成了关键的考量。

水果真的越甜越好吃么？其实中国育种专家的思路并不是如此。就拿西瓜做例子，大家都发现今年西瓜价格颇高，但相较于其他国家高价西瓜会用甜度来标记，我们的育种方向其实是体型和稳定性，让西瓜的大小更适



合更小的家庭体一顿吃完，让每个人卖西瓜都不会再遇到不甜的。同样是育种，真正在我们有主导权的领域，我们的思路其实并不单一。

毕竟作为育种者、种植者，我们应该带着的是对大自然作品的敬畏之心，而不是以极致为目的的炫技途径。

如果真的越甜越好吃，那么甜到让人不舒服的释迦果才应该成为市场最流行的滋味，果茶加糖也该是所有奶茶的标配，人们不会在互联网抱怨齁甜，反而应该主动拥抱甚至欲罢不能。

据《三联生活周刊》梅姗姗/文