



动画电影《冰河世纪》中，松鼠Scrat抱着大号橡子。

“高温久不退去的四川盆地延迟入秋，今年的秋天变得如此短暂，如何保留秋季的美好呢？不少人选择用最自然的方式来“抓住”秋天——捡秋。

在公园里、植物园里、近郊的山里，大家弯腰寻觅，捡拾秋果、触摸秋叶，把山野里的快乐打包回家。要问捡到了什么，不少人都会提到“橡子”。不过，不同人口中的橡子可能有不同的长相。那么，到底橡子是啥？

上山“捡秋”，“秋日盲盒”里都有啥？

1 橡子的模样千奇百怪

爱看动画片的小朋友们，可能曾经看到过橡子。在《冰河世纪》中，松鼠Scrat抱着的巨大坚果，就是一颗大橡子；在吉卜力动画《龙猫》里，主角姐妹俩因为给龙猫赠伞而得到的礼物，也是一包橡子。从这些动画片里，大家记住了橡子的特征：有一顶棕色的“帽子”。

我们在公园里、山野里捡秋，也许就会遇到这样戴着“帽子”的果子，它们有的“帽子”扎手，有的“帽子”光滑，有的“帽子”则有一圈圈的环纹。虽然不太一样，但这些果实其实都是橡子。这顶“帽子”有一个专业的名字：壳斗。壳斗是由总苞片发育而成，它不仅能保护花，还会保护果实，直到果实成熟。

无论是橡树还是橡子，都是泛称，指的是壳斗科植物及其果实。

全世界共有橡树300多种，我国有60种左右，最常见的是栎属。我国北方著名的橡树有辽东栎、蒙古栎，南方有青冈栎、高山栎、刺叶栎等，而栓皮栎、麻栎、槲栎、柞栎等南北方均有。

除了栎属，还有青冈属、柯属等。如何区分它们呢？栎属橡树的果实，“帽子”千奇百怪，有的光滑，有的像蓬松的毛，在枝条上也不扎堆生长。青冈属的“帽子”像一层层环形瓦片往上叠，称之为环纹，这些果实散布在枝条上；而柯属的果实就像把栎属果实串成了“烤串”的样子。



多种多样的橡子。图据“文博中国”公众号

2 橡子可以生吃吗？

看到《冰河世纪》中松鼠Scrat满足地吃掉橡子，你或许会好奇，橡子究竟有什么美味魔力？

其实，橡子富含淀粉，含量仅次于五谷，远高于豆类，一般在50%以上，最高可达87%。橡子的脂肪、蛋白、维生素B都高于五谷。一般风干橡仁可用于酿酒、制糕点、做豆腐和当饲料。

不过，如果我们像松鼠Scrat那样生吃橡子，恐怕会立马吐掉。因为，橡子仁中含有高浓度的单宁（一种有机化合物），如果直接生吃，会有苦涩的味道，吃多了还可能出现头晕、恶心、身体乏力等症状。

为了吃起来不那么涩，最为简单的方式，是将橡子仁水煮后烘烤，这样能提升口感并利于吸收营养，这种方法就类似路边摊做的糖炒栗子。

此外，剥壳磨粉法是世界范围内较为普遍的加工橡子的方法。橡子面粉有一股特殊的清香，用它加工制作成橡子凉粉，这是以前山里人在粮食短缺时用来饱腹充饥的替代食材，也是如今河南、陕西一带的特色小吃。

3 捡秋就像「开盲盒」

秋天是许多树木果实成熟的季节，如果你认真观察，会发现很多惊喜。对于不少人来说，捡秋最大的乐趣就是“开盲盒”。

栾树是成都城区常见的绿化树，成都的中小街道、三环路、锦江边都能看到它的身影。一到秋天，栾树就会一边开花一边结果，金黄的栾花、红色的果实与绿叶交相辉映。栾树结出的果实开始是青色，然后变红，像一串串小灯笼一样挂在树梢，十分喜庆。栾树成熟后的果实，会变成黑色，看上去像是一串串古钱。所以栾树又俗称“摇钱树”。

还有一种城市绿化中常见的植物，也会在秋日里派送“礼物”，那就是无患子。《本草纲目》记载：“十月采荚，煮熟捣烂，和白面及诸香作丸，澡身面去垢而腻润胜于

皂荚也”。这里的“荚”指的就是无患子果实，它长得有点像桂圆，为橙黄色，干后变为黑色。成熟发皱的果皮加水一搓，会产生许多泡泡，有清洁作用。远在明代，人们已经使用无患子制作洗发品。

再过一段时间，银杏也将披上金黄的盛装，那时就到了捡白果的时节。白果用来炖鸡，养生又美味。但需要注意的是，未经熟制加工的白果有毒，最好不要自行捡拾食用。

“捡秋”是一项可以亲近大自然、让人心情愉悦的户外活动。但我们倡导捡秋不伤秋，捡秋的同时要记得保护环境，只捡自然掉落的花果，不要伤害树木花朵。

华西都市报-封面新闻记者 吴冰清

综合科普中国、澎湃新闻、文博中国公众号、洛阳网、上海发布公众号