

# 苹果树 (苹果属品种)



## 苹果树资料

苹果树 (*Malus pumila*) 起源于中亚，已经在亚洲和欧洲生长了数千年。如今在那里，仍然可以发现我们常见苹果的野生原种 (*Malus sieversii*)。苹果现在在世界范围内种植，并且有 7400 多种不同名称的苹果品种。在我们的社区果园里，POP 通常偏爱淘金 (Goldrush)、自由 (Liberty)、恩特普赖斯 (Enterprise)、奇黑利斯 (Chehalis) 等品种，因为它们具有抗病性且适口。苹果属于蔷薇 (ROSACEA) 科植物，蔷薇科植物也包括樱桃、桃子和梨等水果。根据砧木的不同，矮苹果树可以长到 6-10 英尺高，半矮生苹果树可以长到 10-18 英尺高，标准苹果树可以长到 18-25 英尺高。苹果不是种子繁殖，所以需要将接穗木嫁接到选定的砧木上，或将嫩芽嫁接到现有树木的砧木上进行繁殖。

## 季节护理

苹果树是最具护理挑战的树木之一，因为几十种常见的病虫害。成功的季节护理可能需要经常监控和喷药。苹果树生长在 5-8 级的抗寒区。冬季/春季：每年需要在植物休眠期进行冬季修剪。春季是病虫害管理的关键时期，包括施用堆肥茶、印楝油和其他必要的药物喷洒。5 月/6 月间，要稀果到间隔 5 英寸。夏季：经常监控树木，特别是在潮湿气候下。查看 POP 的监测指南，了解更多关于监控常见害虫的信息，如苹果树蛀虫、苹果蠹蛾、梅锥象甲、蚜虫、苹果蛆、臭虫等。常见病害包括苹果黑星病、水锈、火疫病、煤污病、黑腐病、苦腐病、白粉病、苦痘病等。秋季：晚秋堆肥施用，根据各种病虫害管理需要进行有机喷洒。从 8 月到 11 月，根据品种的不同，采摘和加工果实。

## 营养功效

苹果含有很多营养成分，包括维生素 C。维生素 C 又称为“抗坏血酸”，是水果中常见的抗氧化剂，是一种重要的膳食营养成分，对人体有许多重要功效。苹果也是很好的纤维来源，所以您听到“一日一苹果，医生远离我”这句话是有原因的。苹果叶已被用作一种抗菌剂。苹果在适当的储藏下可以保存好几个月，可以脱水、冷冻，或制成苹果酒、糖浆、果酱、茶、果汁、苹果派等等。

## 苹果酱简易配方

4 磅料理苹果

1 杯苹果醋

2 杯糖水 (约 4 杯)

盐

2 茶匙肉桂

1/2 茶匙丁香粉

1/2 茶匙甜胡椒

1 个柠檬的柠檬皮碎屑和柠檬汁

1. 苹果去核，放入慢炖锅中加水。

2. 在慢炖锅 (克罗克电锅) 中加入糖、苹果醋、肉桂、盐、丁香、甜胡椒和柠檬。搅拌均匀。

3. 在慢炖锅中慢炖 10 小时左右，每隔几小时搅拌一次。

4. 如果需要的话，用搅拌机把苹果酱捣成糊状。

5. 盖上盖子，冷藏两周，或放在小容器中冷冻。

**小福利：您可以用苹果渣做自己的苹果醋！**

