



OREGON  
DEPARTMENT OF  
AGRICULTURE



## 隆重推介..... **俄勒冈州覆盆子和黑莓**

俄勒冈州出产的覆盆子、黑莓及相关浆果，色泽从鲜艳的红色到深邃的紫色不等，以独特的酸甜口感和丰富的健康益处而广受青睐。在美国各州中，俄勒冈州的黑莓、马里恩莓和黑覆盆子产量均居首位。商业农场在俄勒冈州本土黑莓和覆盆子品种的基础上不断创新，为消费者提供了如今备受欢迎的多样化选择。

### **从采摘到加工：保持新鲜**

成熟的浆果采摘后立即以新鲜水果或加工产品的形式投放市场。为满足消费者对优质农场浆果的需求，俄勒冈州发展了强大的加工产业：浆果离开农场后立即进行速冻、干燥或烹制处理。大多数浆果采用单体速冻 (IQF) 技术处理，以最大程度保持色泽、风味和成熟度，为后续多样化应用奠定基础。此外，俄勒冈州的加工厂还生产多种浆果制品，包括浆果泥、无籽浆果泥、果酱、糖浆、粉末、果汁、浓缩果汁等多种形式的产品。

### **营养丰富，活力四射**

俄勒冈州浆果天然富含多种直接有益于人体健康的营养物质。

- 美味与营养的完美结合：黑莓和覆盆子天然甜美可口，同时卡路里含量低。

- 维生素 C 的超级明星：仅 8 盎司 (227 克) 黑莓就含有 30 毫克维生素 C。
- 膳食纤维的宝库：覆盆子和黑莓中的种子大大提高了这些水果的膳食纤维含量。
- 维生素 K 的美味补给站：黑莓是维生素 K 的优质来源，这种维生素对维持骨骼强健和血液健康至关重要。

### **深紫色浆果：健康的代名词**

黑莓和黑覆盆子那迷人的浓郁色泽源自花青素，这是一种植物化学物质。植物化学物质是植物中的非营养成分，具有预防癌症和心脏病等慢性疾病的潜力。花青素还具有强大的抗氧化作用，可能有助于保护大脑免受氧化应激的伤害，并减轻痴呆等疾病的症状。

俄勒冈州独特的气候条件使得浆果在田间自然成熟时能够达到最佳口感。温暖的日照和凉爽的夜晚使浆果能够缓慢成熟，天然糖分得以充分发展，从而赋予每一颗浆果独特而丰富的风味。



## 培育适应本地气候的优质浆果：悠久的创新历程

1917年，俄勒冈州立大学与美国农业部联手启动了一项浆果育种计划，这项计划至今仍在积极进行中。这项计划与俄勒冈州的农户密切合作，培育出了众多适应俄勒冈州西部气候、地形和自然降雨特点的浆果品种。这项育种计划不仅注重风味和遗传多样性，还考虑了机械化采摘的适应性、冷藏耐受性等多方面因素，旨在可持续地培育出满足市场需求的优质浆果。黑莓作为深根系多年生植物，能够充分吸收俄勒冈州西部的冬季雨水，并在这里独特的气候条件下茁壮生长，这里堪称这些浆果的理想生长环境。

经过一个多世纪研究人员与农民的通力合作，俄勒冈州如今已成为黑莓、覆盆子及其他相关浆果品种的多样化生产基地。马里恩莓——一种黑莓的变种——堪称我们最负盛名的浆果品种。它以复杂的风味和较大的果实尺寸赢得了广泛的欢迎。全球所有的马里恩莓均产自俄勒冈州。

品种	学名	图片	收获	口感	趣味小知识
红覆盆子	Rubus strigosus		6月中旬至10月	清爽酸甜	俄勒冈州的红覆盆子主要用于冷冻、制作果泥或榨汁。
黑覆盆子	Rubus occidentalis		7月初起，持续约3周	风味比红覆盆子更浓郁	全美99%的商业化种植黑覆盆子产自俄勒冈州
马里恩莓	Rubus L. subgenus Rubus		7月至8月	酸甜中带有独特的泥土气息	以俄勒冈州的马里恩县命名
洛根莓	Rubus × logan obaccus		7月中旬至8月中旬	口感类似覆盆子	这种杂交品种兼具黑莓的形状和大小，以及覆盆子的颜色和味道。
黑莓	Rubus subgenus rubus		6月中旬至9月	果实饱满，风味绝佳	多个品种在不同时期成熟，经冷冻处理后可全年供应。
博伊森莓	Rubus ursinus × Rubus idaeus		7月	多汁而香甜	俄勒冈州是美国博伊森莓的最大产地。特别适合制作果酱、馅饼和果汁。

### 了解详情

俄勒冈州覆盆子和黑莓协会:  
[oregon-berries.com](http://oregon-berries.com)

10/2024

### 农业发展和营销计划

635 Capitol Street NE  
Salem, OR 97301-2532 USA  
503-986-4725  
[Ag.Market@oda.oregon.gov](mailto:Ag.Market@oda.oregon.gov)  
[Oregon.gov/ODA](http://Oregon.gov/ODA)

