



MANGGA HARUMANIS PERLIS

Nurhafizah Ahmad & Fadzilawani Astifar Alias



Sumber: manggaharumanis.com

Mangga harumanis atau nama saintifiknya 'Mangifera indica Linn' adalah sinonim dengan negeri Perlis. Mangga ini mendapat namanya daripada aromanya yang harum dan rasanya yang manis. Mangga ini merupakan baka mangga terbaik di Malaysia. Mangga harumanis hanya berbuah sekali sahaja setahun antara bulan April hingga Jun. Faktor cuaca panas dan kemarau di negeri Perlis pada bulan Januari sehingga Mac sesuai untuk mangga harumanis berbunga. Pekan Chuping di Perlis pernah merekodkan suhu tertinggi dan terpanas di Malaysia iaitu 40.1 °C. Maka tidak hairanlah mangga harumanis lebih sesuai ditanam di negeri Perlis.

Penjagaan tanaman harumanis yang agak rumit bermula dari awal fasa penanaman sehingga fasa pengumpulan buah menyebabkan harganya menjadi mahal. Sekilogram mangga harumanis boleh mencecah harga RM 25 hingga RM45 bergantung kepada gred dan kualiti buah tersebut. Namun tetap menjadi pilihan kerana tekstur isinya yang halus kurang berserat, rasanya yang manis dan haruman buahnya sangat sedap dimakan.

Ciri-ciri harumanis adalah seperti berikut:

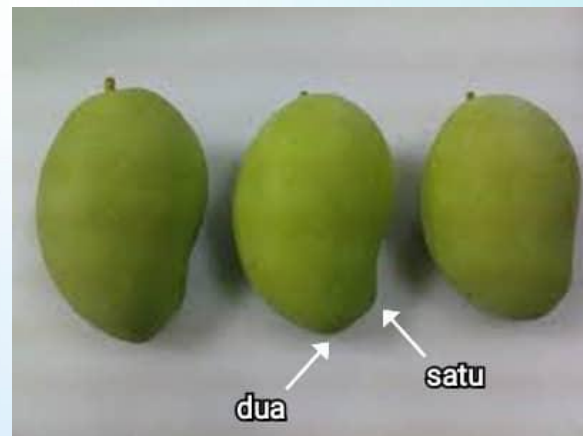
- Buah masak berwarna hijau (bergantung pada jenis dan warna pembalut)
- Hujung buah rata dan tumpul
- Serat yang terlekat pada biji sangat sedikit
- Serat yang terlekat pada kulit sangat sedikit.
- Tekstur isi halus
- Isi buah masak berwarna kuning jingga, manis, harum dan sangat berjus
- Berat buah diantara 350-650 gram



Sumber: Pendidikan Pemasaran FAMA

Buah mangga harumanis ini mempunyai bentuknya yang tersendiri. Ia sedikit gempal, tidak terlalu besar. Harumanis ini tidak kurus langsing dan tidak berbentuk runcing seperti buah mangga yang lain. Perbezaan ketara bentuk harumanis adalah pada hujung ekornya akan kelihatan seolah-olah dua bucu yang tidak tajam. Orang perlis kata ada “2 pungkoq” yang bermaksud “2 punggung”.

Mangga harumanis akan harum dan manis apabila sudah matang dan bersedia untuk dimakan oleh penggemarnya. Mangga harumanis mengandungi protein, lemak, karbohidrat, serat dan air. Indeks glisemik (GI) adalah 55 unit dimana buah mangga mengandungi karbohidrat sederhana yang cukup untuk menyebabkan lonjakan glukosa darah. Ini adalah nilai garis batas antara GI sederhana dan rendah. Walaupun mangga harumanis tidak berbahaya bagi penghidap diabetes, tetap tidak digalakkan mengambilnya dalam jumlah yang banyak.



Sumber pembacaan:

1. Cara mengenal dan memilih pelam harum manis <http://nusaybahanuwar.com/cara-mengenal-dan-memilih-pelam-harum-manis/>
2. Cara kenal buah mangga harumanis yang asli <https://www.belangtarung.com/2018/01/cara-kenal-buah-mangga-harum-manis-yang.html>.
3. Blog Rasmi MARDI: Manisnya Harumanis, ‘Mangifera indica Linn’ <https://blogmardi.wordpress.com/2017/06/06/manisnya-harumanis-mangifera-indica-linn/#more-2339>.

