



生活厨房

舌尖上的世界杯之
酱焖排骨

林紫轩

材料:排骨 300克、生抽、冰糖、老抽、大蒜、料酒、味极鲜、盐、淀粉、郫县豆瓣酱、胡椒粉、生姜、干辣椒各适量。

做法:1.准备新鲜的排骨。2.锅中加入凉水,将排骨放入锅中煮开。3.排骨中的血水煮出来后,将排骨捞出洗净备用。4.锅内油烧热,加入冰糖用小火炒糖色,直至冰糖完全融化。5.另起锅烧油,爆香剁碎的生姜和干辣椒;把焯过水的排骨倒入一起翻炒。6.放入料酒,可以去除腥味,更好地帮助排骨入味。7.炒至排骨表面紧实之后,放入老抽润色。8.加入生抽提味。9.待排骨的表面均匀上色之后,倒入开水没过排骨,大火煮至汤开,盖上锅盖转小火焖40分钟。10.加进郫县豆瓣酱1勺。11.加入味极鲜适量增鲜。12.待锅中的汤汁煮到还有三分之一时放入盐。13.加入水淀粉勾芡,让它增加黏稠度更入味才会好吃;接着用锅铲调均匀,放入适量胡椒粉后装盘。肉质鲜嫩、口味香脆咸甜的一道酱焖排骨就做好了。

创意生活

小巧易用的
蛋黄分离器

黄燕妮

在大家烹饪的过程中,经常会遇到需要单独使用鸡蛋清或者是鸡蛋黄的时候,这时大家往往会使用两个鸡蛋壳来相互倒来倒去,将鸡蛋黄和鸡蛋清分离出来。不过这样操作一来非常麻烦,二来也不是很卫生,因为蛋壳上会存在大量的细菌。

为了解决这个问题,国外有聪明的设计师为我们带来了一款利器,有了它,就可以轻松将蛋黄从蛋清中快速分离。这款产品的外观非常可爱,采用了小鱼的形状。在使用的时候,更是十分简单,只需要在盛有鸡蛋的碗里轻轻按压鱼肚子,就可以将鸡蛋黄吸入到鱼肚子中。然后再按下鱼肚子,蛋黄就能吐出来。

在安全和卫生方面,大家也不用过分担心。设计师表示,这款产品采用了食品级的材料制造,不含有任何有毒、有害物质。

特别提醒

本报选用的部分稿件及图片,因无法联系作者,敬请作者及时与本报联系,我们将按规定付酬。
本报编辑部

冰箱不为人知的妙用 你知道吗

伊一

在日常生活中,我们都知道冰箱是用来储存食物的,然而只要你细心去发现,其实冰箱还有很多妙用,今天我们就来看一下冰箱的这些“特殊功能”。

食物篇

切蛋保持平整不碎

只要心细,你会发现餐馆切出的皮蛋、鸭蛋或鸡蛋,总是那么规整好看,其实只需将蛋放入冰箱冷藏保存1小时左右,然后再用刀切,蛋黄就会平整不碎。这样切出来的蛋就会好看很多。

豆类更容易煮烂

在煮粥时,我们需要放的红豆、绿豆等豆类如不经过浸泡很难煮透煮烂,其实我们可以先将豆类放入冰箱冷冻库中冷冻2小时,等水表层出现些许结冰现象时及时取出加热,这样只需20来分钟,便可轻松将豆子煮至烂熟。

切洋葱不流泪

去味除辣方面,冰箱也有自己的妙用。洋葱、葱蒜等的辛辣味相对较重,切时往往让人泪流满面,如果将它们放入冰箱中冷冻一两个小时,再取出用刀切的时候,我们就不会流眼泪了。

恢复饼干酥脆

饼干受潮后非常影响口感,可是丢掉又很可惜,可以将其放入冰箱冷冻24小时后取出,饼干又可以恢复原来的酥脆口感了。

苦瓜不苦

苦瓜清热去火还能减肥养生,但很多人不喜欢它的苦味,其实将洗净的苦瓜去除瓜瓤,再放入冰箱冷藏,苦瓜就不苦了。

炒饭更美味

炒饭的精髓在于米饭要用隔夜饭。其实大可不必,只需将蒸好的米饭放在冰箱冷藏1-2小时,这样处理过的米饭炒出来,粒粒分明,Q弹好吃。

保持酒味醇香

人们会将酒放入避免阳光照射的地方进行保存,其实这易使酒的醇香变淡,所以不妨将酒放入冰箱内保存,可以长期使酒醇香。

防止糖块受潮变质

天气的炎热易使各种糖变软、受潮,不妨将糖放入冰箱内保存,可防止受潮、变质。

去掉栗子壳

栗子好吃,但壳不好剥,将其放入冰箱内冷冻,几小时后,壳与果肉就会分离,吃起来就会更方便。

衣物篇

白衣不发黄

白色的衣物很容易发黄,只需将清洗后的白衣服放入冰箱冷藏1小时,取出后再次晾晒,你会发现发黄的地方消失了,衣服更亮白。

熨衣不起褶

很多衣服,在清洗后皱巴巴的,十分难看,熨烫起来也非常麻烦。你可以把衣服放入冰箱内冷藏,可以几分钟,也可以更长时间,然后再取出来熨烫,更方便快速,轻松变平整。

兔毛不掉毛

兔毛衣服很保暖,到冬天的时候,很多人都喜欢穿。可是,兔毛衣服总是容易掉毛,这可怎么办?不必慌,你只需将兔毛衣服放入冰箱里冷冻几

天,这类衣物就再也不会掉毛了。

防丝袜勾丝破洞

你有没有这样的经历,穿了没几天的丝袜就破洞了。其实,并不是丝袜不好,可能是你不懂保养。新买的丝袜不要拆封,直接放入冰箱冷冻库一至两天,然后拿出来晾半天,丝袜的韧度增加了,就不容易勾丝破洞了。

杂物篇

蜡烛不滴蜡

过生日时,生日蜡烛点燃后,总是滴蜡,这真是令人烦恼。怎么办呢?你把生日蜡烛放入冰箱冷冻24小时,就不会出现蜡油滴下来弄脏蛋糕的情况了。

肥皂复原

肥皂如果老是放在洗手间或水龙头下,难免遇水后会变软,变得像糨糊似的,而且不方便使用,扔了浪费用着又不好用,这时可将其放入冰箱中冷冻30分钟以上,立马恢复硬度。

延长手机电池寿命

手机电池用久了会老化,可以把电池用纸包起来放入塑料袋中,冷冻3天。取出后常温放置2天再充电,重复3到4次,可延长电池寿命。

可去除“书虫”

生虫的书用塑料袋包好,放入冰箱冷冻12小时,蛀虫会被全部冻死。书籍打湿后,可将纸张抚平,放入冷冻室2天,取出即可恢复原样。

保存香烟

香烟易受潮、发霉,想要更好地保存它,可将其放入冰箱内,不但可延长保存的时间,还不易使它变质、发霉、变黄。

使护肤品凉爽舒心

想要在使用护肤品时使肌肤凉爽舒心,可将护肤品放入冰箱的保鲜层进行保存。

去除口香糖

当口香糖与物品粘连在一起无法分离时,可将物品放入冰箱的冷冻层冷冻一小时后取出,这样口香糖就会变硬,就可轻松将物品与口香糖分离。



谣言粉碎机

【案例】一篇《喝茶能防癌还是致癌》的文章认为,普洱茶中有各种霉菌,其中存在对人体有害的黄曲霉毒素。

【解读】中国工程院院士陈宗懋:黄曲霉菌喜欢在含有一定脂肪和蛋白质含量丰富的物质中生长繁殖,并形成毒素。普洱茶是一种脂肪和蛋白质含量都很低的农产品,普洱茶的生产过程也不利于黄曲霉菌的繁殖和毒素的产生。另外茶叶里的茶多酚等成分对黄曲霉菌有抑制作用。被抽检的茶叶样品,特别是普洱茶样品有黄曲霉菌的数量是很低的。

普洱茶在储存的过程中必须保持干燥,建议消费者在选购普洱茶时,如果发现茶饼明显发霉(比如起白霜、有霉点)或味道不好时不要购买。

普洱茶致癌?
专家:普洱茶样品中
黄曲霉菌数量很低。

无矾油条 = 无铝油条?
专家:国家对含铝食品
添加剂的使用有严格标准。

【案例】一些地方对市面上售卖的油条进行抽检,发现部分餐饮机构制作、售卖的油条产品存在铝超标的情况。

【解读】国家粮食局科学研究院研究员谭斌:无矾油条不等于无铝油条。国内外对含铝食品添加剂有充分的研究,并对其使用范围、使用量及残留量制定了严格的标准。只要食品中铝残留量符合国家标准规定,就不会对人体健康产生危害。抽检样品中铝残留的可能来源,除了含铝食品添加剂,也可能来源于食物中天然存在的铝。

新华社记者 陈聪