

# 如何进行铁锅开锅



生活中离不开柴米油盐,也离不开碗瓢盆,但铁锅如果没有正确进行开锅,不仅会导致粘锅,更会减少其寿命。接下来,我们就一起来看看正确的开锅方法是怎样的吧。

## 开锅前你需要知道

在如今的厨房中,各类厨具五花八门,各种材质也层出不穷。虽然这些新型厨具在使用上已经极其方便,比如不粘锅就具有轻便、易清洗、不粘底、少油烟的特点,甚至只需轻轻一擦就能变得干干净净,尽管如此,依旧有一部分人坚持使用铁锅。

众所周知,一口好的铁锅通常具有导热速度快的特点,所以能让食物更加均匀、快速地受热,不论是炒菜或是煮汤都十分不错。但刚买回来的新铁锅,需要经过正确的开锅步骤才能

发挥出铁锅的优势,使用寿命也会更长。但在开锅之前,一定要先了解以下问题:

1. 开锅的原理: 锅经过高温煅烧后会表面形成一层致密的氧化膜(那层呈黑色的膜),以达到不粘的效果。而加入的油脂会填充铁锅氧化膜中缝隙,既强化了不粘性,又隔绝了空气,防止氧化膜进一步氧化成铁锈。

2. 只有没有涂层的铁锅才能用这

种方法开锅。其他材质,比如铝锅、铜锅、珐琅锅、不锈钢锅,或者带有不粘涂层的锅都不可以。

3. 旧铁锅因为使用不当导致表面生锈时,也可以用这种方法来进行保养,但是一定要先用钢丝球将表面的铁锈完全清除干净后再进行。

## 3步教你轻松开锅

### 第一步:清洗机械残油

新的铁锅上面通常会有一层机械加工留下来的残油,如果不开锅,这些残留的机械油一般很难清洗掉。

将新铁锅先用清水冲洗一遍,控干水分后放置在火上烧。这里需要注意的是,烧锅时不应保持铁锅不动,这样容易将锅烧坏,应该进行缓慢转动,从四周开始烧起,让铁锅的边缘也能均匀受热。

当铁锅烧好后关火,将铁锅用清水和洗洁精清洗一遍。此时应注意防

护,因铁锅温度很高,不要被烫到。

### 第二步:去除铁锅表面的杂质

第一步完成后,将铁锅再次放置在火上,当铁锅烧到开始冒烟时,往铁锅中放入一块生肥猪肉或倒入一勺菜籽油,让油均匀地润锅(前者可用夹子或筷子“按住”,以内圈到外圈的方式在铁锅内壁不停地擦拭;后者可用勺子缓慢滑动菜籽油)。待油烧到冒烟时关火,将油倒出,然后用清水和洗洁精把铁锅内的油脂和表面的杂质完全清洗干净。

### 第三步:用油养锅

当铁锅完全清洗干净之后,就可以进行养锅了。

此时,将清洗干净的铁锅放到火上加热,等锅中的水分完全烧干后关火,继续放入一块生肥猪肉或倒入一勺菜籽油滑锅,待铁锅的表面均匀地附上一层油脂后,用干毛巾或厨用纸擦干净,用热水简单清洗后擦干,重复2-3遍即可。(本报综合)

## 科学辟谣

# 矿泉水中能生蛆?

**流言:** 矿泉水里可能进去蛆虫,最好不要喝。

**真相:** 从矿泉水的生产流程来看,这种情况根本不可能发生。

虽然市售的瓶装饮用水品牌种类繁多,但基本生产工艺大同小异,其生产系统十分缜密,从沙滤到精滤层层递进,又通过反渗透系统使水得到进一步净化。并且,瓶装饮用水因规定不能添加任何防腐剂,所以对微生物控制要求更加严格。在生产上不使用漂白剂而是使用臭氧进行杀菌,可把水中微生物全部杀死。而臭氧本身会在24小时内完全分解,因此也不用担

心水中残留的问题。

另一方面,国家制定了相应的安全标准,包括《食品安全国家标准包装饮用水理化指标 GB19298-2014》《食品安全国家标准饮用天然矿泉水 GB 8537-2018》等,对微生物、污染物等有严格限量,极大程度上保障了饮用水的安全性。因此,按照正常工艺流程生产的矿泉水根本不会出现虫子和杂质问题。

瓶装水如若发现有虫卵,极可能是假冒伪劣产品,或是不按规范生产的小作坊产品,在购买时需注意辨别。

(本报综合)



协办 重庆市科学技术协会  
重庆市全民科学素质纲要实施工作办公室

# “碳达峰碳中和”知多少

**问:** 发展“绿色计算”,有哪些具体举措?

**答:** PUE 常被用来评价数据中心的能源效率,PUE 值越接近1,则表示一个数据中心的绿色化程度越高。由于数据中心有相当一部分电力用在芯片散热上,所以减小散热消耗、提升用能效率,成为了数据中心绿色运行的重要方向。

目前,工信部正加快布局绿色智能的数据与计算设施,其中明确,加快节能低碳技术的研发,加快先进绿色技术产品应用,鼓励应用高密度集成等高效IT设备,提升能源利用效率。

“我们要持续提升能源高效清洁利用水平,引导新型数据中心向新能源发电侧建设,全面提升用能效率。”工信部节能与综合利用司有关负责人说。

工信部明确提出,用3年时间基本形成布局合理、技术先进、绿色低碳、算力规模与数字经济增长相适应的新型数据中心发展格局。其中,到2021年底,新建大型及以上数据中心 PUE 要降低到1.35以下。“低碳化、高效化、集约化成为重点,将推动数据中心布局 and 运行模式的优化,推动数字经济高质量发展。”业内人士指出。

(本报综合)

## 教你一招

# 4招教你如何在冬季保养门窗

■ 周碧可

随着天气越来越冷,大家也逐渐打开了暖气。由于室内外温差较大,如果此时不注重防护与保养门窗,就可能让其受到极大的损害。接下来我们就一起盘点一下冬季门窗保养的4个要点吧。

### 1. 保证室内通风良好

很多人在冬季为了保持室内温度与湿度,就会一直紧闭门窗,完全无法通风。其实这种做法是不正确的,因为门窗材料容易受温差、湿度等的影响而产生变形,而金属配件和饰面材料也易出现锈蚀、脱落等现象。所以,我们应该始终保证室内有一定的通风,让门窗处于正常的室温与湿度之中。

### 2. 门窗远离取暖设备

在寒冷的冬季,几乎每家每户都有取暖设备,这些设备如果过于靠近门窗,就会导致门窗因受热过度而产生变形甚至损伤。所以,应该将可移动的取暖设备尽量放置在远离门窗的地方。

### 3. 注意检查松动的地方

“松动”部位具体指合页、门锁等五金配件,还有各种连接处的螺丝基脚。因为冬季热胀冷缩,天气一冷,门窗的各种零配件也会变得更容易松动。所以我们要进行定期检查,一旦发现松动的部位就要立刻将其拧紧;如果是因为零件损坏而导致松动,则需要立即换新。

### 4. 定期保养滑槽

对于推拉型的门窗,需要定期保养滑槽部位。由于滑槽容易积水,时间长了会导致其摩擦力增加,甚至出现锈蚀的情况。因此,在雨后需要及时清理滑槽内的积水,还要定期对滑槽上油,减小摩擦力。另外,门的锁芯、把手等部位也都需要定期上油,保证灵活性和使用手感。