

端午节即将到来 商家大量放“粽”

□本报记者 曹威 实习生 金宏辉 易续震

如今,距离端午节还有十几天的时间,但我市各大商家已经按捺不住了,纷纷推出自己的粽子产品,据了解,有些商家为了抢占市场,提前一个月就开始销售粽子了。最让市民眼花缭乱的,不仅粽子价格不一,而且种类繁多。近日,记者走访各大超市发现,专柜上的

粽子已是琳琅满目。从种类上看,有叉烧、豆沙、八宝、蜜枣、蛋黄、猪肉等;粽子价位也从几十元到几百元不等。虽然粽子包装看上去很精致,但真正买盒装粽子的人却很少,据挑选粽子的王阿姨讲:“盒装的粽子价格太贵了,我们买些散装的粽子就行了,过端午节,就是尝个鲜,不必花大价钱买那么贵的。”除此之外,各大超市还设置有熟粽子专柜,而且上面摆放的

还有皮蛋、鸡蛋、咸鸭蛋等食品。据工作人员介绍,目前已有部分顾客前来购买粽子尝鲜,但未到销售粽子的黄金期,粽子销量主要集中在端午节前几天,提早上架起到促销作用,拉长销售时间。很多厂家都尽可能地提前上市,抢占更多的市场先机。每年端午节前后,粽子无疑是餐桌上必不可少的美食,虽然美味,但它的油性和黏性

大不易消化,所以专家建议,吃完粽子后可以喝一杯热茶。例如甜粽配薄荷茶或毛尖茶,清热又解腻。咸粽配普洱茶、菊花茶或山楂茶帮助消化。也可以用木瓜和菠萝来帮助消化粽子,解腻又美容。另外肠胃病患者、消化能力弱的老人和小孩也要注意不能多食粽子。胆结石、胆囊炎、胰腺炎的病人则要小心肉粽、蛋黄粽等脂肪含量过高的粽子。

饮食文化 新闻部

负责人:曹海燕

电话:6203911 13939733990

邮箱:xymsgzb@126.com

食盐的保健功效

以盐护发好处多
盐有深层清洁、杀菌排毒、舒经活血、收敛皮脂腺的作用,用盐洗发是油性头发的首选。可以用厨房里的食用盐,也可以用市场上出售的现成的洗发盐。具体用法是:如果只是头皮油腻,头发还不算太油的话,可以用洗发液正常清洗头发后,将洗发盐均匀涂抹于头皮之上,再配合指腹轻轻的按摩3分钟-5分钟后,清水洗净即可。建议每周2次-3次。

控制T区油脂分泌
用细盐抹在T区,轻轻按摩之后休息3分钟,然后在两侧鼻翼毛孔张开的部分,用中指指腹由下向上做挤压式按摩。**除痘痕及平复皮肤凹凸**
指腹沾少许盐,在青春痘痕迹或凹凸部位依螺旋状按摩三次,再取充分的盐敷在需要“解决”的部位,过五六分钟后洗去。注意:不要按摩正在生长的青春痘。

改善粗糙皮肤和去除黑斑
用水把盐打湿敷在脸上,按摩1分钟,力道和洗脸时相同,以鼻头为中心在两颊由下往上画大圈。然后用指腹在黑斑部分打圈揉搓。**去除腋下异味**
盐具有杀菌消炎的作用,洗澡时可直接在腋下抹盐。平日可用棉块浸上比海水稍淡的盐水随身携带,随时用它来擦去汗水。

巧除下巴
抹了大量盐的右手指沿着下颌及右脸颊边由中间往右移动;同样,左手指沿下颌及左脸颊边往左移动;左右手交替进行,有节奏地做50次。然后用保鲜膜把抹盐的部分包起来,用发带固定,休息10分钟后用水冲掉,隔一天做一次即可。

去脚臭
用大量的粗盐抹在脚尖、脚趾之间及脚底部分,并用手搓揉5次-6次,休息5分钟后用水冲净即可。**护理背部青春痘**
入浴后让身体充分温热,待毛孔张开后多抹点盐在背上。使用刷子按摩1分钟,不要太用力,只要让皮肤及刷子间的盐分移动即可。然后用海绵蘸上淡盐水,贴在背上10分钟,用水冲净即可。

深层清洁肌肤
洗脸后,把一小勺细盐放在手掌心加水3滴-5滴,再用手指仔细将盐和水搅拌均匀,然后沾着盐水从额部自上而下涂抹,边揉边做环状按摩。几分钟后,待脸上的盐干洗呈白粉状时,用温水将脸洗净,涂上保湿乳液,每天早晚洗脸后各一次。这样有很好的清洁和去污效果,不过要注意的是,避开眼部周围的皮肤,切记敏感性皮肤慎用。

洗眼明目
遇上刮风的天气,外出归来时,可用温水冲一杯淡盐水,以棉棒蘸取擦拭内外眼角,达到洗眼明目,去除污物的目的。

抹了大量盐的右手指沿

南湾鱼与砂锅全鱼

□本报记者 曹威 实习生 易续震

传统信阳南湾鱼制作方法,主要有煎、炖、油炸、蒸等。而今有一道菜,却是打破传统南湾鱼制作方法,而且吃的人是络绎不绝,这就是位于市中心城区凯司令酒楼推出的砂锅全鱼。

在采访过程中,记者发现,凯司令酒楼的砂锅全鱼,改用广式生猛方法制作而成。这道菜不管是配料,还是制作方法,看上去极其简单,这家酒楼的厨师长却告诉记者:“我们的配料很简单,主要有葱、姜、蒜;火候就是小火慢炖。不过手法却要恰到好处,这样才

能让客人吃到具有正宗信阳家常味的南湾鱼。”

据凯司令酒楼的吴经理说:“南湾鱼配上信阳的水才能做好这道菜。现在我们店推出砂锅全鱼套餐,首先给客人以最大的实惠,其次让更多的人都能品尝正宗家常味的南湾鱼。”记者了解到,南湾鱼通过广式生猛的制作方法,让鱼肉具有嫩、鲜、滑的特点,吃上一口,让人回味无穷。



端午节将至,红房子食品有限公司除推出节日礼品外,还特别举行了有关粽子的主题活动,即“节节高粽中大奖·一千字金游台湾”活动。凡在该公司购满50元产品,即送“彩票”一张,彩票末尾三位数字只要和6月7日体育彩票七星彩后三位数字相同,即可中“8天7夜台湾环岛券”一张。因为该公司推出的节节高粽子。本报记者 曹威 实习生 易续震 摄

茶叶不为人知的8大妙用

1.制作效果逼真的仿旧相片

材料:袋装红茶1包、新相片数张、开水。

做法:把红茶包放在饭盒里,用开水冲泡,放置约2分钟。取出红茶包,把新相片平放进装有茶汤的饭盒中,浸泡约5分钟。(注意:此时茶汤仍是很烫的。)取出相片,用夹子夹起,挂在晾衣架上,让它自然风干(一定要自然风干,不能晾干)。风干后,取下照片,此时崭新的照片就变成了微微泛黄的老相片,效果可以以假乱真。

2.去除家具异味和油污

用茶水浸渍的软布擦洗旧家具,能除去油垢,令家具光亮如新;新家具具有刺鼻的油漆味、甲醛味或橡胶皮革味,用浓茶水擦拭几次,即可去除异味;还可以用丝袜装少许茶叶放在新衣柜中当除臭剂,效果很好。

3.用茶水充当汽车玻璃清洁剂

每逢雨雪天气,司机们都会感到,汽车的挡风玻璃好像怎么刷也刷不干净。如果此时手边没有玻璃清洁剂,可以用茶水代替清洗,效果很不错。此外,还可以在车中放些茶叶当作除臭剂,效果比一般芳香剂要好很多。

4.洗头后,再用茶水冲洗一次,可使头发柔软,乌黑生光

5.治疗烫伤或烧伤

如果不慎烫伤或烧伤,可以取适量的茶叶煎取浓汁,快速冷却后,把患处浸入茶水中;也可用茶水涂沫于创面,一日4次-5次。

6.去除鱼腥味

清蒸鱼类或海鲜类食品时,可在蒸锅的水沸后,打开锅盖淋上少许茶汤,保证做出来的海鲜香甜可口,没有恼人的腥味;还可以在将鱼虾或海鲜处理干净后,用冷茶水再洗涤一遍,就可去除腥味,保证口味鲜嫩。但做鱼时,一般不建议直接放入茶叶蒸煮,那样会破坏鱼的鲜美。

7.自制好吃的擂茶

用茶叶和炒熟的花生、芝麻、大米,加上生姜、胡椒、食盐为原料,放进陶质或木质钵内,用木棒在钵内旋转、捶捣,擂磨成细末,然后取出,用沸水冲泡,便可调制风味独特的擂茶。擂茶汤色黄白,味道咸香,令尝过的人历久不忘。

8.吸附灰尘

沏过茶的茶叶晾干后,撒在地毯或路毯上,再用扫帚拂去,茶叶能带走全部尘土。茶叶的吸附作用极强,不但可以吸收水分,还可以吸附灰尘。(立华)

做豆腐不易碎的妙招

豆腐是一道常见食材,但它又嫩又软,烹饪时易碎,如何才能使豆腐保持完整呢?

做豆腐前,如果用盐水焯一下,再做菜就不容易碎了。特别是南豆腐软嫩细滑有弹性,水分含量也比较大。烹饪前,先将锅中的水煮开,放一小勺盐,把豆腐切块焯一下,烹饪时就可保持完整。

此外,北豆腐虽韧性不易碎,但也应小心,炒菜时可在热油中煎1分钟至2分钟,待表面变硬再翻炒。

最后,无论炒何种豆腐,都不要用锅铲铲,而要用锅铲反面轻推,这样既能让豆腐和配料混合均匀,又能防止锅铲铲碎豆腐。(海晏)

洋酒热:最贵的不一定是最好的

伴随着中国经济的快速发展,当高档葡萄酒作为一种健康、高雅饮品迅速席卷中国市场时,当各种进口洋酒趁势进入中国市场,鱼龙混杂,让消费者无所适从时,有着百年历史的中国葡萄酒巨头张裕公司喊出:“中国葡萄酒不输世界!”

近年来,中国葡萄酒销量以每年20%的速度迅速增长,而同期国际市场增速为1%~2%。中国市场的崛起吸引了各国葡萄酒企业的目光。他们纷纷通过各种渠道抢滩中国,有的不能正式进入的,就绕道潜入。有人曾这样评价中国当前葡萄酒

市场:一是健康时尚理念深入人心;二是销售呈井喷式增长;三是中外葡萄酒市场大战帷幕拉开,竞争激烈;四是张裕为代表的中国葡萄酒凭借一流的质量享誉世界;五是国外葡萄酒酒龙混杂,一批劣质洋酒和伪洋酒品牌损害消费者利益。

以在中国受到热捧的法国高级红酒拉斐为例,据《环球时报》报道,拉斐酒价格一般在几百欧元到几千欧元一瓶,卖到中国还要加50%的高关税。拉斐酒庄每年产量约25万瓶左右,保守估计,全球五分之二以上的拉斐酒都在中国销售。

对此,北京农学院葡萄酒专家李德美在接受记者采访时指出,国外葡萄酒也是分三、六、九等的,不能一看到洋品牌就认为一定是好的。然而,国内许多消费者在这方面获得的信息不对等,加之有种种盲目崇拜的心理,造成“不求最好,只求最贵”的消费乱象。(据《新华网》)



干煸四季豆



材料:四季豆500克、猪肉末100克、碎米芽菜50克、干辣椒4只、葱末3大匙、姜末1茶匙、蒜3瓣(制成茸)。
调料:料酒1茶匙、香油1茶匙、糖1/4茶匙、味精少许、盐适量。
做法:1.四季豆去除老筋,用手掰成长约6cm长的段,洗净,沥干水分;2.锅中烧热3杯油,倒入四季豆,用大火炸四秒,炸至外皮微皱即捞出控油待用;3.锅中留底油1大匙,放入猪肉末炒熟;4.再加入料酒、碎米芽菜、蒜末、姜末,炒至肉末干酥;5.加入四季豆与其他调味料,待炒拌入味后,起锅盛入盘中即可。



我国少数民族的茶文化

壮族“甜茶”它是壮族人民的传统饮品,有很多讲究的茶礼。壮族男青年第一次到姑娘家相亲时,姑娘就给他敬一杯茶。如果茶中放有糖,男青年饮“甜茶”,就表明姑娘同意了;如果没放糖,则表示不同意。

佤族“苦茶”其煮法是在大砂罐中一次放500克茶叶,一直煮到罐中剩下三五口茶水为止。然后等茶水凉到一定温度,一口气喝下。茶水苦涩难忍,但喝后顿觉清凉爽口,回味无穷。

苗族“花茶”苗族同胞用冬瓜片、橙子皮切成小薄片,在上图刻出各种图案,再用桂花、白糖一起制成待客的“花

茶”。为表达对贵客的敬意,茶杯里常有“吉祥”、“祝福”之类的花茶片。花茶还是苗族青年恋爱中的传情物。小伙子来到姑娘家求婚,如果姑娘敬给小伙子的花茶里,有两片“并蒂荷花”和两片“喜鹊对鸣”,表示姑娘同意;如果茶杯中只有三片花茶,则表示不同意。

回族“八宝茶”回族同胞常用此茶招待临门的贵宾。这种茶掺有杏仁、桂圆、荔枝、葡萄干等,喝起来香甜可口,有滋阴润肺、清咽利喉之奇效。

东乡族“盖碗黄茶”东乡族同胞用“盖碗黄茶”待客。其做法是用铜壶(或瓦壶)将茶

煮沸后,在盖碗里放一小块糖和一点具有松香味的黄茶。在客人吃饭或坐在炕上谈天时,即献上盖碗黄茶。

白族“烤茶”云南大理白族人常以“烤茶”招待贵宾。有宾朋来访时,主人就把从山上采回的鲜茶放在砂罐里,边烤边揉,待茶叶烤到发出清香并泛黄时,便用沸水冲入砂罐里,再稍煮片刻。茶煮成后便倒入瓷盅,双手举杯,敬给客人。

藏族“酥油茶”藏族同胞把茶砖切块捣碎,加适量的水煮沸后滤出茶渣,调入食用酥油,茶汁和酥油就混合

成乳白色的“酥油茶”。每有宾客来访,全家在帐篷外恭候,待客人进帐坐定后,女主人即双手缓缓捧上酥油茶敬给来宾,使客人有宾至如归之感。

彝族“腌茶”这是云南山区的部分彝胞喜爱的一种“茶”。将采下的鲜茶放入灰泥缸中,边放边压,直到压满,最后用重盖子压紧,数月后,即制成味道独特的“腌茶”。(海晏)



因为只祛痘,所以更专业
苗方清颜 = 痤疮、粉刺的终点站
全国500余家连锁,数万例治愈患者,实力保证,央视上榜品牌,专业权威。
开业大酬宾
即日起到苗方清颜祛痘可99元体验两次,凭此广告包治可享受8.8折,活动截止到4月15日。
地址:统一街怡和花园门面(王朝KTV向和美方向100米)
电话:0376-6208870 手机:13213887070

威尼斯水世界
洗浴/足疗/保健/自助餐/商务客房
电话:0376-6233268 6236388
地址:信阳市申城大道东段(大庆路口向西200米)

豫越秀都捞无界大酒店
鄱捞无界
用餐免费送:
汤底、蔬菜、调料、饮料、水果
联系电话:6288666 6288812
地址:信阳市人民路张李湾湾商住城(其士大酒店后面)

信阳市德茗茶叶有限公司
诚信合作 务实发展
500亩有机茶园
精制茶叶加工厂
茶文化休闲、接待
好品味,当然来自于德茗...
休闲中心:潢河港乡龙潭风景区德茗茶文化 电话:0376-3573588
驻市销售:市八一路南段德茗茶叶 电话:0376-6255126