

妙用牛奶

又浓又纯又香的牛奶,除了饮用或料理之外,你知道它还可以成为生活中的小帮手吗?到底牛奶有什么我们不知道的小秘密呢?跟我来一探究竟吧!

牛奶有钙、钾、铁、铜、镁、锌、色氨酸、维生素A、卵磷脂等多种营养成分,除了平常饮用、与应用于烹饪和烘焙的食用之外,牛奶本身还有很多用法,

可能是我们从来没想过的;以下5个实用生活小妙招,不试就太可惜啦!

- 1.将生猪肝切薄片后,浸泡在牛奶中至少15分钟,牛奶会吸附异味,可以去除内脏的腥味;牛奶的蛋白质也可使猪肝软嫩,经过烹煮后,肉质也不会干干的。
- 2.衣物或毛巾闻起来常常有霉味,怎么办呢?可加少许的牛奶、食用醋与

洗衣液混合,再依照平常洗衣机清洗的程序,衣物就恢复香喷喷了。

- 3.家里有皮革、皮衣、皮制家具,婴儿油又刚好用完时,可以用干布蘸取牛奶轻轻擦拭;牛奶里的乳酸,可护理软化皮质、减少龟裂并延长寿命,看起来明亮又干净。
- 4.修过自行车的齿轮和链子后,常常要反复用

肥皂或洗手液洗才可去除油腻;其实只要将牛奶加入洗手液里,牛奶里的蛋白质可以快速去除油腻并滋润双手!

- 5.家里的地板总是看起来雾雾的吗?在拖地的清洁水里加入约1/4的牛奶,牛奶里的蛋白质与脂肪,可当作石蜡保养地板,使地板看起来既有光泽又干净。

文/乐儿



自制红豆暖身包

寒冷的冬天里手脚冰冷,再加上“大姨妈”的造访,晚上总是睡不好……不用愁,自己动手做一个红豆暖身包啊!暖身之外,还可以舒缓疼痛,环保又便宜!

材料:红豆(依个人需求适量)、布袋(要能耐受微波炉高温)

制作步骤:

- 1.将红豆放进布袋中,用线缝合好。
- 2.放进微波炉,加温1分钟左右,可以维持40~50分钟热度。

- 3.从微波炉里拿出来时要注意温度,太热的话记得用毛巾包着再用!

小贴士:

- 1.红豆是豆类中含水量最少的,可以保持热度较久。
- 2.因为要放进微波炉加温,布袋的材质不能有任何金属。
- 3.孕妇和皮肤病患者要避免使用暖身包。
- 4.红豆加热以后会散发出一种含有麦芽糖成分的香味,可以帮助睡眠。

文/丽华



保存绞肉有诀窍

在菜市场买了好几斤绞肉,吃不完冻在冰箱里,下次再吃的冻成一大坨,不好分了!不用着急,这里有保存绞肉小诀窍!

食材:绞肉2~3斤,保鲜袋1个,筷子1双

操作步骤:

- 1.将买回家的新鲜绞肉放入保鲜袋后,均匀压平挤出空气并密封。
- 2.用筷子在袋子上直压和横压,压出一格格方格,接着拿去冷冻。
- 3.需要料理时,从冷冻室取出,沿着凹线折断即可拿来料理使用!

小贴士:

- 1.肉类碰到空气容易坏掉,因此切记将绞肉放入保鲜袋时,一定要把空气全部挤出。
- 2.多出来的绞肉,可以加些胡椒、盐,稍微拌炒放凉后,放置于冷冻室,做麻婆豆腐时便可以立即使用。
- 3.用筷子压出不同大小的块状,关系着料理的量多少,可随意控制喔!

文/巧珍

静脉曲张 脉管炎 老烂腿免费试用

静脉曲张大多发生在腿内侧,在形成初期,几乎没什么感觉,先是腿部有酸胀感,同时腿上的皮肤颜色会暗,非常难看,患肢常感酸、沉、胀痛、易疲劳、乏力等。现在好了,静脉曲张、脉管炎部位可以试试冷敷理疗的外用方法,就是用迈净堂牌下肢冷敷理疗器具对下肢静脉部位软组织冷敷理疗,如静脉曲张、脉管炎部位的冷敷理疗,它费用低、无异味,简单方便。免费体验活动靠的是疗效,试试就知道,内蒙古上市反馈良好。

呼和浩特市:新华东街展览馆向西50米路南陈一堂肤康馆 电话:0471-2539607 乘3、27、29、31、53、66、75、89、92、95、97、102路公交车到展览馆下车路南即到。

诚招内蒙古各地加盟店电话:170-0471-2211

失眠小偏方

陕西流传着一个偏方,能很快解决失眠痛苦,用酸枣仁、百合、五味子、天麻加水煮3小时后晾干,研成粉末,在火炉上烘干、搅匀,每日服用一次即可,几天后可进入深度睡眠状态,进入深度睡眠状态一个月后即可停用。这个治失眠的小偏方被制成中成药,命名为“安神睡宝”。

电话:0471-3310505 呼市:新华东街展览馆向西50米路南陈一堂肤康馆
0472-2555951 包头:青山区二附院北100米路西陈一堂肤康馆
0472-2552697 东河区:二宫十字路口向南100米路东陈一堂肤康馆
买10送5 买20送15 买30送30 市内免费送货或邮寄 诚招全区各地代理商

分类广告

收费标准
每标高70元
(22字以内)
标题每行9字,正文每行11字
QQ: 1169657700

公告

0471-6965110 15024926726
地址:呼和浩特市中山路诚信数码13楼1309室

微信办理

<h3 style="margin: 0;">人才招聘</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">内蒙古医院门口药店招聘 营业员一名 13684712058</p>	<h3 style="margin: 0;">老年公寓</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">天泽老年公寓关爱老人 奉献社会旧城北门6304944</p>	<h3 style="margin: 0;">代还信用卡,兑现</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">市内上门服务15540739399</p>	<h3 style="margin: 0;">公告</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">●清水河县绿之源农牧科技发展专业合作社遗失营业执照正、副本,注册号:150109NA000087X,声明作废。 ●本人不慎把先父马程云骨灰存放证(3楼2室189格,卡号:80000868)遗失,特声明本存放证作废,声明人:马鸿升。</p>
<h3 style="margin: 0;">房产销售</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">大召西通顺街小学旁,国际户型多层,90-120㎡,5000元/㎡起,2503938</p>	<h3 style="margin: 0;">招商加盟</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">鑫森金桥花卉市场隆重招商 绿植花卉鱼缸13948716088</p>	<h3 style="margin: 0;">出售信息</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">专业做顶账酒还债酒 大账化小,小账化了15148099188</p>	<h3 style="margin: 0;">公告</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">●落成金遗失内蒙古大学创业学院毕业生报道证,证号:(内教2014)毕字第141991400195号,特此声明。 ●李红梅与内蒙古祥泰房地产开发有限公司签订的香榭花堤19-2-201网签商品房买卖合同原件遗失一份,合同编号为:XS(2017)00008148,房屋代码为1652286,并遗失于2017年6月29日与中国银行签订的借款合同原件一份,及定金收据一张,日期2017年3月29日,编号0035231,金额10000元;房款收据两张,日期2017年6月29日,编号0015110,金额65万元整;日期2017年4月19日,编号0022326,金额162817元,声明作废。</p>
<h3 style="margin: 0;">春秋旅游</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">12月泰国团预售 全景曼谷 泰国曼谷、芭提雅、沙美岛、蜜月岛双岛双飞8日游 发班日期:12月29/12/16/19/23/26/30号 2980元/人起 豪华升级版-曼谷、芭提雅、金沙岛、沙美岛双岛8日(全程无自费,曼谷3晚国际五星酒店+沙美岛海边酒店1晚) 发班日期:12月5/12/19/26号 4180元/人起 爱之城-曼谷、芭提雅、沙美岛双飞8日游(封顶600,自愿参加) 发班日期:12月2/9/16/23/30号 3480元/人起 曼谷普-曼谷、芭提雅、金沙岛、普吉岛全双飞8日游 发班日期:12月9/23号 4980元/人起</p> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">电话:0471-4688615 4688696 门市地址:呼和浩特市赛罕区大学东街99号,桥华世纪村东100米门市</p>	<h3 style="margin: 0;">春秋旅游</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">日本篇 大阪、京都、东京、富士山、奈良古都美食游四飞8日游(山东航空,全程无自费) 发班日期:12月1/3/6/10/13/15(只限前10名) 大阪、京都、东京、富士山、横滨全景双温泉四飞8日游(全程无自费) 发班日期:12月8号 4199元/人(呼市起止) 大阪、京都、东京、富士山、伊豆半岛双飞8日游(山东航空) 发班日期:12月4号 特价3999元/人(只限前5名) 发班日期:12月11号 4899元/人(呼市起止) 大阪、京都、东京、富士山、横滨全景双温泉四飞8日游(天津航空,东进版出,全程无自费) 发班日期:12月6/13/20号 4199元/人(呼市起止) 发班日期:12月27号 4799元/人(呼市起止)</p> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">电话:0471-4688615 4688696 门市地址:呼和浩特市赛罕区大学东街99号,桥华世纪村东100米门市</p>	<h3 style="margin: 0;">公告</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">内蒙古德利贺能源有限公司决定于2017年12月5日召开股东大会,研究决定股东曲延华自愿将其持有内蒙古德利贺能源有限公司百分之二十(20%)的股权转交给张静事宜。本公司各位股东依据《中华人民共和国公司法》和《内蒙古德利贺能源有限公司章程》,在法定期限15日内对曲延华转让的股权享有优先购买权。如果本公司股东未按时参加股东大会(见有关会议通知),并在本公告法定期限内购买曲延华转让的股权,即视为该股东自动放弃其权利,并同意本公司股东大会决议。特此公告 内蒙古德利贺能源有限公司 2017年11月21日</p>	<h3 style="margin: 0;">公告</h3> <p style="font-size: 10px; margin: 0;">赛罕区金河镇茂盛营村西、呼市污水处理厂南侧土地因国家征用,该区域内有安家坟两座,请该坟主后代见报后速与村委会联系迁坟事宜,至登报之日起两个月内无联系将按无主坟处理。 特此公告 赛罕区金河镇茂盛营村民委员会</p>