

做饭用水有学问

◎主妇手册

做饭加个水也有这么多学问?其实,掌握了正确的用水方法,烹饪才会更顺利更美味哦!

煮饭用开水:煮饭用开水,可以缩短蒸煮时间,保护米中的维生素,减少营养损失。如果用凉水,煮饭的时间越长,维生素损失的越快。

蒸馒头用冷水:蒸馒头或包子用冷水,放入馒头后再加热升温。这样可以使馒头均匀受热,并能弥补面团发酵不佳的缺点,使蒸出的馒头松软可口。

煮面加凉水:煮干面条时,不必等水大开后下锅,水热之后就可以下锅了。煮面的过程中,应随时加凉水让面条均匀受热,这样容易煮透而且汤是清的。湿面条则应待锅中水大开时才下锅,煮时点两次凉水即可。

解冻用冷水:解冻要用冷水,冻肉、冻虾等用热水化冻会失去鲜味。

炖鱼、骨汤、鸡汤用



冷水:清炖鱼要用冷水,这样鱼汤才会没有腥味,但必须一次放足水,如果中途加水,会减少原来的鲜味。煮鸡汤时应用凉水,并逐渐加温,煮沸后用文火慢炖。如果发现水太少,应加开水,切不可中途加冷水,以免汤的温度突变影响营养和味道。

水开后蒸鱼:蒸鱼或蒸肉时,待蒸锅的水开了以后再上屉,鱼或肉的外部突然遇到高温蒸汽而立即收缩,内部鲜汁不外流,熟后味道鲜美,有光泽。

煮肉这样用水:煮肉汤时,应先将水烧开再放

肉,热水煮肉肉味美,冷水煮肉汤味香。煮牛肉用开水,能使肉保持大量营养成分,味道特别香。鲜肉煲汤,应等汤开后下肉;用腌肉煲汤,应冷水下料。

炒肉丝加水更嫩:炒肉丝、肉块加少许水翻炒,可以控制和弥补爆炒肉时水分的损失。中途加水不仅可以避免糊锅,而且还可以使肉质比不加水的鲜嫩。

熬猪油这样加水:熬猪油时,先在锅内放入少量水,再将切好的猪油放入,这样熬出来的油,颜

色晶亮而无杂质。

炒菜要加开水:炒蔬菜时,不要加冷水,否则会使菜变老变硬;加开水炒出来的菜又脆又嫩。做菜汤时,应将水烧开再放菜,最好加入适量的淀粉。用沸水煮新笋,不仅容易熟,而且松脆可口,想要保持笋脆的口感,可以先用冰块冰镇一下。

豆腐用开水泡去腥:豆腐下锅前,在开水里浸泡一刻钟,可清除豆腥

味。
烹煮鸡蛋这样加水:蒸鸡蛋羹时放入温开水搅拌,这样蒸出来的蛋羹比用冷水调的蛋羹更加鲜嫩。煎鸡蛋时,洒几滴热水在蛋的周围和面上,可使蛋黄完整,表面更光滑,这样煎出来的鸡蛋表面凝固了,但是里面还是溏心的。炒鸡蛋时,一个蛋加一汤匙温水搅匀,就不会炒“老”,且炒出的蛋量多,松软可口。煮鸡蛋时,先将蛋放在冷水里浸湿,再放进热水里煮,蛋壳便不会破裂并且容易剥皮。

文/晓梦

小书立派上大用场

读书时买的铁质书立没有用坏,但已经在家放了好多年,如果不再需要用它来立书,那就用它让家里变得整齐吧!

厨房收纳:厨房里碗具太多,盘子和碗没办法区分?只要用书立做一个区分,既不占地方,而且还很整齐美观。即便是壁橱这么小小的空间也能很好的利用,再也不怕不小心手滑了。就连大大小小不同的案板、锅盖,都可以物归其位,干净方便还能减少细菌。大大小小的锅放在一起难免相互磕碰,用书立隔开就好啦,使用的时候也不会连带碰到旁边的大块头。

冰箱收纳:冰箱虽然有现成的隔层,但是对于小件食品来说还是太大,如果用书立加以区分,就能合理利用所有空间啦!使用书立还有一个好处,就是可以防止冷冻层的食品粘连。乱糟糟的调料也有了合适的地方,取用方便不说,还能防止串味呢!

衣柜收纳:衣柜也离不开书立,如果你嫌分装柜或者箱子太贵不划算,那就买几个书立吧!把书立放进去,再将衣服折起之后立着放进去,能有效利用衣柜抽屉的垂直空间,取用时也不会带出其他衣服。有了书立,衣服从厚到薄,不管是颜色搭配还是种类区分,想怎样放就怎样放!

包包的收纳也是一个问题,如果杂乱地扔到一起,很容易将包包压变形,不如用书立将柜子隔层分开,既能保护包包还方便取用。不用的衣架、袜子、内衣都可以用书立分开,再也不用因为找不到需要的东西而上班迟到了!

日常收纳:生活中很多地方也可以用到书立哦,比如医药箱、CD等等,用书立分开就很清楚啦!在墙角放一个书立,储存一些卫生纸、卫生巾,是不是很方便?把卷发棒、吹风机胡乱塞在抽屉里,线总是纠缠在一起?其实这也是一个书立就能解决的事情!

不易安置的瓶瓶罐罐也都可以用书立来帮忙,最大程度利用贮存空间。

还有什么是一个两块钱的书立解决不了的事情?如果有,那就两个!保准让你的家变得整齐干净人人夸!

文/小丁

分类广告

收费标准
每标高70元
(22字以内)

多刊更优惠 欢迎致电咨询办理
广告热线:6635225 13704719913
刊登时间:周一至周六
业务地址:金桥开发区内蒙古日报社一楼107室

咨询代理
2017抢占财富商机
“寿百康”一次性水晶器具,属“快速消费品”无需店面,废料可回收,消毒餐具替代品,创新外观专利“中国好产品”央视优选品牌,影视巨星方青卓倾情代言!
2017新品·爆品订货会
面向全国诚招代理免费辅货
免费热线:400-0536-668

资质代办(全区)
西部:13674740675 东北:18047554711

招聘
高薪诚聘中医大夫
电话:18347125890

呼市环城水系招聘数名特卫和保洁,2600元。3679985

招商招聘:本公司有资金,但没有好项目,现寻求合作伙伴,只要您有好的想法好的项目,不用出资,可以股份合作。另:诚聘培训师和讲师13848101435

“心仪”心脏病预警体验服务中心诚聘:中心接待2名,女,底薪2000元;文员1名,底薪2000元;业务员2名,男,底薪2200元,售后电话咨询10名,底薪2500元。以上人员录用后另加餐补,车补,提成奖金,全勤奖,工龄工资等,应聘:2534195

呼和浩特金川、金桥桥德医院高薪诚聘:内科、中医科、妇科、针灸理疗科,彩超,护士等工作人员。电话:13948120564

出售现房
本人在南二环市医院附近有两套顶账房,100m²左右34万一套,买上就能装修,18414373938

贷款咨询
贷款 代还信用卡
车房抵押贷款 银行转贷
当天放款 电话:13674747485

贷款 专业倒贷 转贷
15304718979 0471-2532157

高价回收
电瓶 电脑 电缆 变压器 废旧物等
13134711174

招商投资
低息免押
解决您大额资金的困难,长短期资金借贷,有身份证都可贷,手续简单,放款快速,不先收费。
15247122983

房产销售
出租转让

求租学生公寓或职工宿舍 15847181950

安徽隆泰投资
企业自有资金合作,合作方式灵活,范围包括:房地产、尾盘装饰、酒店、交通旅游、教育、矿产、新能源、光伏太阳能、节能环保、水电、化工、种子、农业养殖等在建扩建项目。高薪诚聘商务代表。
王总监:18805694195
邮箱:2839708964@qq.com

公告声明
●李俊霞遗失内蒙古自治区房地产开发销售不动产统一发票(自开)第一联发票票联(付款方付款凭证)2张,发票代码:0471-3358621,215001119069,2150011190

69, 发票号码:00600920, 标志, 号 00600921, 金额:20000贰万元整, 289927.06贰拾捌万玖仟玖佰贰拾柒元零陆分, ●袁金成遗失内蒙古医疗保障局收单单位:内蒙古金隅置地投资有限公司, 付款人:李俊霞, 现声明作废。
●安其乐遗失身份证 150102199705063119, 声明作废。
●杨晋遗失内蒙古医疗保障本(编号:08440172), 丢失补办。
●张彦婷遗失内蒙古医疗保障本(编号:08250672), 丢失补办。
●汤道全遗失中国大地财产保险股份有限公司保险

内蒙古中国旅行社有限责任公司
CTC 24小时服务热线:400-674-1820 总机:0471-118866-00000

呼市直飞泰国普吉岛休闲游 3680元起
台湾环岛八日游 呼市直飞 3300元起
歌诗达邮轮-大西洋号 3999元起
呼市直飞越南岷港旅游包机 3980元起
0471-6967924 6927924
地址:呼和浩特市新城区艺术学院东95号

环球假日国际旅行社
春节线路报价:
1.海口、兴隆、三亚非常至尊双飞六日游 5800元
2.乌镇、苏州、杭州、无锡、南京双飞六日游 2680元
3.昆明、大理、丽江、西双版纳四飞八日游 2980元
4.福建、厦门、鼓浪屿、武夷山、福州双飞七日游 4580元
5.呼市直飞包机 越南普吉+斯米兰7日游 6980元
6.呼和浩特东飞 越南吴哥窟+芽庄8日游 8580元
7.重庆、赤水瀑布、四洞沟武陵天穴地缝双卧8日游 2380元
8.春节后云南、海南、福建、张家界多阳红旅游专列 全面启动!
我社全备有多条国内国际线路, 欢迎来电咨询, 春节快乐!

呼市热线:6506005 6518120 新城区前里木路地展局斜对面军区四干综合楼303室
乘坐19路、62路、63路、59路、93路、95路、K4路到鄂尔多斯品牌旗舰店下车即到。
包头:0472-2160067 鄂尔多斯:0477-8366506 经营许可证:L-NMG-CJ00070

内蒙古金雅途国际旅行社
海南海口三亚双飞 3980元/人
昆明大理丽江西双版纳8天 1380元/人
上海南京苏州杭州无锡双飞6天 2680元/人
桂林漓江阳朔双飞6天 2180元/人
厦门鼓浪屿武夷山双飞6天 3280元/人
哈尔滨亚力/雪乡双飞 1880元/人

泰国一地+沙美岛8天 2999元/人
普吉岛+斯米兰8天 3880元/人
越南岷港3980元/人
浪漫巴厘岛+厦门7天 4880元/人
欧洲德法意瑞四国12天 7999元/人
澳大利亚新西兰12天 14800元/人

免费咨询电话:400 185 8889 电话:0471-3302649 经营许可证:L-NMG-CJ00062
地址:呼和浩特市新华东街煤炭大厦1307室(摩尔城对面)

中雅旅游携手玉屏旅业隆重推出海南三亚候鸟养生计划
15天度假计划(15天14晚 包吃住)1500元/人
30天度假计划(30天29晚 包吃住)2680元/人
备注:不含往返大交通 宿:标间 餐:四菜一汤 距离海边5分钟
老年专享:
广西双卧8日游:2190元/人 广东双卧11日游:2990元/人
福建双卧10日游:2190元/人
云南双卧14日游:1990元(无强制消费)
电话:047-2356218 /2537089/2537013(以上各专线均保证中下铺)
地址:呼和浩特市兴安北路润宇写字楼1015室(手机:13739916471)

内蒙古中友国际旅行社
集宁夜草坡·平地泉世界一日游 平日20元/人,周六30元/人
泰国曼谷·芭提雅·沙美岛8天 4490元/人
普吉岛·斯米兰7天 4980元/人
越南芽庄·顺化·岷港6天 5380元/人
越南芽庄·顺化·岷港6天 5380元/人
首尔+济州岛6天 3080元/人
日本·冲绳直飞6天 5200元/人
澳大利亚·新西兰12天 19800元/人
法瑞意·德国四国12日 9999元/人

电话:0471-4978897/2308918 清水河门店:0471-7916998 武川门店:0471-8818882
总店:呼市新华东街十四中西100米(13604718508)

春秋旅游
日本篇
呼和浩特直飞日本名古屋 优惠价10天
大阪 京都 东京 富士山名古屋双飞6日“半自助游”
发团日期:1月24日/1999元/人起 1月29/31日/1999元/人起
2月5日/1999元/人起
发团日期:2月3日/6999元/人起 2月10日/5099元/人起
发团日期:2月10日/6999元/人起 2月17日/6999元/人起
发团日期:2月17日/5580元/人起 1月24日 5780元/人起
每周周五发团
提前20天报名, 赴日签证资料来电咨询! 全程无自费, 无需中转, 省时、省心、省钱, 让旅途更轻松。
电话:0471-4688615 8938037
门市地址:呼市赛罕区大学东街99号, 桥华世纪村东100米门店

春秋旅游
泰国篇
金象曼谷 泰国曼谷、芭提雅、沙美岛、蜜月双岛双飞8日游
发团日期:1月21日 3680元/人起 1月28日 6180元/人起
华贵之旅 曼谷、芭提雅、金沙岛、沙美岛双岛双飞8日游(升级一晚曼谷香格里拉五星酒店住宿)
发团日期:1月17日 5580元/人起 1月24日 5780元/人起
提前20天报名, 赴日签证资料来电咨询! 全程无自费, 无需中转, 省时、省心、省钱, 让旅途更轻松。
电话:0471-4688615 4688696
门市地址:呼市赛罕区大学东街99号, 桥华世纪村东100米门店

春秋旅游
国内篇
呼和浩特直飞上海 白天黄金时刻 升级一晚5星级酒店
华东五市·三义列岛·木栈道·港口双飞6日游(白天自由活动) 发团日期:1月27/29日 2880元/人起
华东五市·三义列岛·木栈道·港口双飞6日游(白天自由活动) 发团日期:1月30日 2880元/人起
纯玩无自费无购物华东五市·双岛·三义列岛双飞6日游 发团日期:1月27/29日 2880元/人起(一价全含)

咨询电话:18047179694
门市地址:呼市赛罕区大学东街99号, 桥华世纪村东100米门店