

购买食用油当心这些误区

每天炒菜都要用油,而油基本上都是从市场上买来的。食用油对我们的生活非常重要,今天就来聊聊买油用油的小误区,希望对您有所帮助!

素成分,极易氧化,最好是选用深色玻璃瓶装,才可达遮光效果,降低油品氧化速度。所以选购食用油的时候,选择那种油桶颜色深些的会比较!

会有凝结的现象,只要取出放在常温下就会恢复液态。

新鲜,但是还是可以挑选较值得信赖的厂商,或是销路广、流通快的压榨新鲜油品。

之为死油,这对人体不好,在厨房中弄出的油渍也难以清洗。

康,植物油中也有饱和脂肪,所以油品的好坏,并不是单纯以饱和或不饱和来判定。

油品外观要清澈透明

不同的油用同样的烹调方式

压榨油有沉淀物是正常的,传统方式榨油,沉淀物会比较多,现在工厂一般都会通过静置和过滤,将沉淀物降到最低。消费者通常喜欢购买看起来干净、没有杂质的,大多数的油品是有透明瓶装,但新鲜油品富含酵

每一种油的耐温点不同,适合料理的方式也不同,如果油用量不多,建议买品质好一点的,如果用量实在很少,最好把开瓶用过的油储存在冰箱里,没有精炼或是不饱和植物油在低温下可能

橄榄油就是好油

并不是橄榄油就是好油,它的品质好坏差距很大,在挑选橄榄油时,最好选择在产地封瓶包装的初榨油。

纯天然植物油就是好油

油品的好坏决定在原料,榨油的种子储放不当容易产生黄曲霉素,虽然消费者不太可能看到原物料是否

透明清澈的色拉油便宜好用

所谓的色拉油是泛称,凡是拌生菜沙拉时,不会凝结的油品,都被称为色拉油,因为用精炼提取的大宗植物油都有这种特性,但为了从原物料萃取更多油脂,食品科学家发明了有机溶剂萃取油脂,用这种方式萃取出来的油,不仅没有原有的营养,只剩下三酸甘油酯,称

调和油不是好油

油品好坏取决于新鲜度和精炼程度,弹性很大,就像我们可能会用橄榄油料理,起锅时再淋些芝麻油提味,油脂是食材,可以混合使用。

动物性饱和油不好

经过精炼的不饱和植物油,未必会比动物油更健

冷压萃取的油才是好油

冷压种子油,是指将加温烘焙过的种子降温,或是用较低的温度恒温烘焙,再进入后续的榨油过程。事实上,部分号称冷压的植物油,会在压榨出油之后,再用脱蜡、水洗,以加强产品稳定性、延长油品寿命,所以只看油品是否以冷压榨取,并不是选择好油唯一的选择。 文/李丹

羽绒服洗后快干有妙法

冬天温度太低,厚衣服很难晾干。教你一招速干法,连烘干机都不用,就能轻松晾干羽绒服和毛衣!

步骤详解

1. 准备一个家里常用的真空袋,比如平时经常装棉被的密封塑料袋,大小以能放下重衣物为宜。
2. 把羽绒服洗净脱水

后进行简单处理,放入真空袋里。

3. 真空袋不要全部密封,最好在两侧各留一个8厘米的开口,把中间密封好。

4. 把吹风机调到低速中风后从真空袋的一个开口中进去,对着里面一直吹,而热风裹挟着湿气会从另一个开口中出来。

5. 在吹风时最好把衣物翻转几次,使其均匀受热。这相当于一个热循环,加速衣物干燥。20分钟后,羽绒服就变干爽啦!

小提示:冬天常见的厚衣服都可以用这一招搞定哦!此方法对毛衣尤其有效,想要速干衣服的你不妨试试看!

文/晓梦

红包变成新春挂饰

◎变废为宝——

春节快到了,你还在为给家里买什么挂饰而发愁吗?其实,一叠红包就能帮你!把去年留下来的旧红包利用起来,或者买上一叠价廉物美的红包,DIY漂亮的鞭炮挂件,亲朋好友一定会对你赞不绝口!

所需材料:红包封袋、

红纸、打孔机、订书机、红线、吊穗、金色胶带。

制作方法:

1. 把红包封袋裁成两个相同大小的长方形纸片,从长的一侧卷成圆筒,把圆筒两端用金色胶带粘贴好,根据爆竹大小,大概做20~40个鞭炮圆筒。
2. 在圆筒的一端用打孔机打一个小洞,用红线将



圆筒依次串好,顶端做好装饰,底部挂好吊穗即可。如果没有打孔机,可以用锥子来代替。 文/毛毛

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

招聘

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

呼市环城水系招聘数名特卫和保洁,2600元。3679985

政德医院高薪聘院长一名, 中医住院医生数名。13150810091

高薪诚聘中医大夫
电话18347125890

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

房产销售

超低价售呼市5800m²办公楼位于大学东街115号13911949465

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

出租转让

转如意河附近3百多m²盈利中快餐店15326035556

招生培训

医师*护士*医学中级*副高*消防*注会*硕士*二建辅导咨询13071208198张

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

咨询代理

2017抢占财富商机

“寿百康”一次性水晶餐具,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,影视巨星青卓倾情代言!

2017新品·爆品订货会面向全国诚招代理免费铺货 免费热线:400-0536-668

资质代办(全区)
西盟13674740675 北盟8047554711

高价回收

电瓶电脑电缆变压器废旧物等13134711174

公告声明

●稀士高新区金财易木门经销部遗失营业执照正副本(号150291600005927)声明作废。

●内蒙古远大置业有限公司商品房认购协议书丢失,合同编号为:002012、002013、002044。声明作废。

●武川县县凤饭店遗失

营业执照正副本,号流水号15000045091,保险单正本流水号150110600063053 声明作废。

●孟令云,王新华与内蒙古雅世春华置业有限公司签订的网签商品房买卖合同原件丢失3份,合同编号为:YS(2011)00041141,房屋代码为:545370,声明作废。

●现声明作废安华保险公同商业险保险证流水号130621197007026648,声明作废。

●张利军、王利清遗失回民区南顺城街20号楼4单元6号房本,呼房权证回民区字第2013100862、2013100863号。声明作废。

●新城区四海汽车配件经销部遗失地税税务登记证副本,号:16150022055,商业险发票

内蒙古中国旅行社有限责任公司
CTS 24小时服务热线:100-6644-1200 订票电话:0471-6967924

呼市包机直飞泰国普吉岛休闲游

新增一班团期,机位有限先到先得
期1月17/24/31 3999元起
期2月7/14/21

0471-6967924 6927924
地址:呼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+芽庄8日游	6980元
6.呼市直飞包机 越南普吉+芽庄8日游	8580元
7.重庆、赤水瀑布、四洞沟武陵山大裂谷双卧8日游	2380元
8.春节后云南、海南、福建、张家界夕阳红旅游专列 全面启动!	

我社今冬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 新城区前里木路地政局斜对面军区四千综合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 经营许可证书:L-NMG-CJ00050

内蒙古金雅途国际旅行社

海南海口三亚双飞6天	3980元/人	泰国一地+沙美岛8天	2999元/人
昆明大理丽江西双版纳8天	1380元/人	普吉岛+斯米兰8天	3880元/人
上海南京苏州杭州无锡双飞6天	2680元/人	越南岷港3980元/人	5380元/人
桂林漓江阳朔双飞6天	2180元/人	波爱巴厘岛+厦门8天	4880元/人
厦门鼓浪屿武夷山双飞6天	3280元/人	欧洲德法意瑞四国12天	7999元/人
哈尔滨亚力/雪乡双飞6天	1880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 经营许可证号: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)

寻尸启事

2017年1月12日8时许,在110国道548公里+450米处道路南侧的岔路口发现一名死者,死者为男性,年龄大约在30岁至40岁之间,身高约170厘米,头戴深蓝色棉帽,上身穿蓝色小格子外套,下身穿灰色裤子,脚穿迷彩棉鞋,现寻找死者亲属。如家中有走失人员符合以上特征的,请联系交通管理土左旗大队张警官、付警官。

张警官联系电话:15598200002
付警官联系电话:15661026696
呼市公安局交通管理支队交通管理土左旗大队
2017年1月12日

内蒙古中友国际旅行社

免费集宁皮草城一日游直通车	泰国一地+沙美岛超值8天	3580元/人	
桂林双飞自由8天	越南+柬埔寨8天	6980元/人	
悠游新桂林双飞6天	首尔+济州岛6天	4180元起	
厦门鼓浪屿品质6天	日本呼市直飞6天	5780元起	
昆明大理丽江西双版纳8天	2680元/人	澳大利亚+新西兰+凯恩斯12天	18800元/人
上海苏州杭州无锡南京双飞6天(无自费)	2680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

许可证编号:L-NMG-CJ00070

日本篇 呼和浩特直飞日本名古屋

大阪 京都 东京 富士山名古原双飞6日半自助游
发班日期:2月5日 5699元/人起 2月7/9日 5199元/人起 2月12/14日 5499元/人起
日本本州全岛双飞7日游
发班日期:2月13日 6899元/人起 2月10日 5499元/人起 2月24日 4199元/人起
日本自由行之旅(机票+签证+一晚酒店)
发班日期:每周二、四、日 3699元/人起(六天自由)
每周五发班 3999元/人起(七天自由)

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

许可证编号:L-NMG-CJ00070

泰国篇

全景曼谷 泰国曼谷、芭提雅、沙美岛、蜜月岛双飞8日游
发班日期:1月28日 5980元/人起 2月4日 5480元/人起 2月11/18日 4280元/人起
华贵之旅 曼谷、芭提雅、金沙岛、沙美岛双飞8日游(升级一晚曼谷香格里拉五星酒店住宿)
发班日期:1月24日 5580元/人起 2月14/21日 5580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

许可证编号:L-NMG-CJ00070

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+三水到乌镇+木渎+苏州+杭州双飞6日游(白天无自费) 发班日期:每周三、五、日 2980元/人起
华东五市+三水到乌镇+木渎+苏州+杭州双飞7日游(白天无自费特别赠送上海(环自由游)) 发班日期:每周三、五、日 3080元/人起
纯玩无自费+赠外滩+南京+双卧+三水乡双飞6日游 发班日期:每周三、五、日 3880元/人起(一份全全)

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