轻松去除厨房油烟味

天天做饭炒菜后,厨房难免会留下阵阵的油烟味,让人十分懊恼!该如何消除油烟味呢?

通风:经常打开窗户,让空气更加流通。

保持清洁:厨房的油渍最多,做完饭后要及时把这些油渍擦干净,这样可防止油烟味吸附在厨房用具上。

柠檬:把柠檬切成小片放入锅中煮,要多放水,打开锅盖煮沸几次,让柠檬清新的味道取代油烟味道。

绿茶:把绿茶和水放入锅中一起煮,绿茶的芳香可以达到去除油烟味的效果。

醋:在锅中倒入醋,然后加热,让醋慢慢蒸发,也可消除油烟味。

火候:炒菜时火候要稍微调小点。大火烹煮,油会热得特别快,产生的油烟也特别多。

选购油:买油时千万不要贪图便宜,买到质量不好的油。记得要看油的保存期,还要看看里面有没有沉淀物,看整瓶油是不是特别清澈。一般好的油起油烟都不会那么大,也没有什么异味。

摆放植物:可以选择生命力强、体积小、并且可以净化空气的植物,如吊兰、绿萝、仙人球、芦荟等放在厨房。

文/萨 仁

别忽视烹调前的准备工作

◎主妇手册

要炒出一盘色香味俱全的菜肴,虽然烹调功夫不可或缺,但烹调之前的准备也不能忽略。

烹调之前的准备,就是材料的预备,像蔬果、肉类等的清洗、切剁等,尤其一些食材,在清洗过程中若不稍加注意,那就会破坏食材原有的质地,甚至会破坏食材含有的营养、纤维等等。

今天就来和大家分享一些食材预备的小技巧:

●盐让木耳快速变软

泡发木耳需要很长时间,若要缩短时间,可以在温水中放入木耳,然后再加入盐,浸泡半个小时就可以让木耳快速变软。

●炒肉最后才加盐

有研究显示,对于肉制品来说,盐是一种氧化强化剂。水溶性氯化物加剧脂肪氧化,而脂肪氧化过程中会产生一些对人体有害的物质。在肉类烹调时如果先加盐,脂肪氧化会更严重。因此,最好在快出锅时才加盐。

●肉汤加橘皮减轻油腻感

煮肉汤或排骨汤时,放入几块新鲜橘皮,不仅味道鲜美,还可减少油腻感。

●羊肉去膻味

将萝卜块和羊肉一起下锅,半小时后取出萝卜块;放几块橘子皮更佳;每公斤羊肉放绿豆5克,煮沸10分钟后,将水和绿豆一起倒出;放半包山楂片;将带壳的核桃两三个洗净打孔放入;1公斤羊肉加咖喱粉10克;1公斤羊肉加剖开的甘蔗200克;1公斤水烧开,加羊肉1公斤、醋50克,煮沸后捞出,再重新加水加调料煮。

●煮牛肉

为了使牛肉炖得快,炖得烂,加一小撮茶叶(*约为泡一壶茶的量,用纱布包好*)同煮,肉很快就烂且味道鲜美。

●炖鸡

将整鸡洗净切块,倒入热油锅内翻炒,待水分炒干时,倒入适量香醋,再迅速翻炒,至鸡块发出爆响声时,立即加热水(*没过鸡块*),再用旺火烧十分钟,即可放入调料,移小火上再炖20分钟,淋上香油即可出锅;应在汤炖好后,温度降至80~90摄氏度时或食用前加盐。因为鸡肉中含水分较高,炖鸡先加盐,鸡肉在盐水中浸泡,组织细胞内水分向外渗透,蛋白质产生凝固作用,会使鸡肉明显收缩变紧,影响营养向汤内溶解,且煮熟后的鸡肉趋向硬、老,口感粗糙。

文/米 拉

怎样完整地取出盒装豆腐?

超市里卖的盒装内酯豆腐很好吃!但取出来时却很麻烦,每次取出时,豆腐总有破损,难以呈现完整的形状。

该怎么做才能完整地将豆腐从盒子取出呢?不要着急,这里有办法。

1. 先沿着豆腐四周用刀轻轻划一圈,再撕去盒上的塑料膜;

2. 把盘子倒盖在豆腐上面,用手抓稳盘子与豆腐盒,再迅速翻转过来,盒子底部朝上;

3.再慢慢地拉起盒子,这样豆腐就完整地在盘中了。

文/林 悦

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订稿:1169657700

广告刊登热线
0471-6965110 18247145666
地址:呼和浩特市中山东路诚信数码13楼1309室

欢迎扫码刊登
◆好消息◆
足不出户·广告遍天下
《北方新报》分类广告
可微信咨询办理
支持微信付款
扫一扫/惊喜不断
礼品多多/优惠多多

乘车路线:3路、4路、16路、19路、21路、26路、58路、61路、72路、76路、青城1、2号、102路到新华社内蒙古分社站下车即到 郑重声明:本版各类信息,如遇要求交付押金或预付款时,务必小心,谨防受骗!否则后果自负。《北方新报》分类广告经营中心

人才招聘

德艺学院招聘
班主任,要求有学生管理经验13847160092包老师

北方职业技术学院聘
专业带头人:70岁以下,3年以上行业工作经验,0471-2692006李老师

绿化公司招聘工队长
电话15124707239

出租转让

大型仓储库出租
5000m²、3000m²、1300m² 另有120m²小库若干,有意电联13734845158。

转金隅时代城宾馆
37个房间,1500m²高档装修,客源稳定
电话:15354848989

出租
赛罕区东影南路巨华三层商业楼,面积1760m²,价格面议,联系电话15374799910

商业出租国贸对面二层400m²租金面议18947108910

招商加盟

重庆德渔府优惠加盟
味道正宗 刺激
最过瘾的激情椒
麻鱼火锅首次登录内蒙古
加盟咨询热线:18983041119

联营办厂 产品回收
大豆玉米加工蛋白肽,适合个人家庭接产,成本100元/克 回收价298元/克。020-29806258 13710850119 广州天畅生物 白云区嘉禾

POS机招商创业扶持机具免费分润置顶13848515469

房产销售

低价售房万达对面
新家园小区商业房,面积20~180m²,售价12000~20000元。13947194455

售房
南二环市医院旁现房高层,售价3100/m²18414373938

超低价售整栋楼(带院)
位于大学东街115号5800多m²办公楼13911949465

售九台国际200m²带地下车库,有房本13015000991

出售金山电厂西15亩大院售BOB悠乐城广脸13500699038

贷款咨询

身份证贷款
呼市有固定住所
电话:15148011727

营业执照按揭房车工资保单有一项就贷15354869537

代款贝款 3小时放款无抵押无担保13634715882

贷款找我13171044449无抵押无担保信用贷款

银行贷款按揭房·营业执照打卡工资·保单15332818151

纯信用借款 1.2分起
400-648-0471 3254569

贷款,三小时下款
电话:17704881044

极速贷,三小时拿钱
电话:15847111028

全国直投
企业、个人项目投资借款:煤矿、电站、矿产、房产、在建工程、农牧林、加工业、代缴保证金等优质项目。区域不限,轻松解决资金困难。
诚聘商务代表
028-84701202

信用贷款
无担保·无抵押·当天下款
打卡工资·自存流水·免中介费18686036000

工资卡贷款 156 6106 6667

专业网贷·信用贷
费率低下款快18004711675

工作贷退休贷个体、车
房贷3小时出款15124710998

资质代办(全区)西部13674740675东北部18047554711

出售信息

出售果树,葡萄树,呼市新城区塔利村。13734844355

二手车市

免费评估、本地收购
13337100552 15924512788

高价回收

电瓶电脑电缆变压器废旧物等13134711174

公告声明

●张舒志(身份证号:150103193302060510)内蒙古医保本遗失,保险号:05500075,声明作废。

●冯爱英、赵建明购买呼和浩特市富贵房地产开发有限责任公司开发的呼和浩特市玉泉区养鱼池东巷富贵国际花苑15-3-102购房收据遗失,收据号:3057415,金额5446元;收据号:5051316,金额:270000元;收据号:3057996,金额:20000元;收据号:7091012,金额:106423元,声明作废

●呼和浩特市华翰达会议服务有限公司(纳税人识别号:150103067510072)给中农绿能(扎赉特旗)生物能源科技有限公司、兴安盟扎赉特旗奥德有限公司、兴安盟科右前旗中奥加气站的普通发票遗失,代码:1500162320,号:00227590、00227612、00227603,金额均为1580元,声明作废

●郭晓宇遗失存档协议书,号:200702124声明作废。

●金城百合屋面防水试验报告8#FS16-000525、FS16-000526、FS16-000334、Z-FS13-02635;9#FS16-000335;10#FS16-000336;11#FS16-000337遗失,特此声明作废,

●蒙AZ7639的白色别克凯越原买主,见报后请于五个工作日内办理车辆过户,否则注销车牌号,特此公告。

●雅格娜遗失玉泉区西菜园乡西水磨村房产证,产权证号000987声明作废。

●梁永茂身份证150105196809182513,呼和浩特市玉泉区小黑河镇贾家营村222号遗失户口簿声明作废

●赵颖身份证150152020405212426丢失城乡居民医疗保险本,证号:1014207866丢失补办。

●中国电信集团公司内蒙古自治区呼和浩特电信分公司东风路营业厅(注册号150102000112453),总公司于2017年4月10决议注销此分支机构,特此公告

●韩茹遗失身份证,号152801199309283340声明作废。

●遗失声明:我公司二级建造师柴进在投标过程中因不慎将《二级建造师注册证书》(证号为:蒙215081013634),和《安全生产考核合格证》(证号为:蒙建安B(2011)0002355)丢失,声明作废。丰镇市通达市政工程有限责任公司

●付伟小、刘玉梅遗失呼和浩特万达板式公寓1301购房发票,发票号00158823金额170000元,声明作废。

●已拆迁,佟光注销回民区中山西路64号6-2-18号房本,产权证号:003344。

●方庆英的骨灰存放交钱卡遗失,存塔内6楼东北2号存位5-165,声明作废。

●声明:李转玲声明西菜园乡西水磨村,产权证号0000439此房本从未办理过土地使用证,特此声明。

●内蒙古中环机电设备有限公司遗失公章、财务章、段连云和阎彩霞印鉴章。统一社会信用代码:91150103603006671X,声明作废。

●王军遗失房建二级建造师注册证编号蒙215080907619,号00147619声明作废

●孙兴遗失内蒙古医疗本,号:02930008声明作废。

●房屋产权人邹国蓉位于呼和浩特市回民区光明路统建楼6栋4单元8号房本产权证号:001637,因拆迁特此声明注销。

公告

张战利/王冬梅、杨卯枝、王晓燕,你方在呼和浩特市巨鼎房地产开发有限公司分别购买的房号为:1、30263 2、40359 3、20127的王府井商铺,合同约定你方以银行按揭方式付款,时至今日仍未办理,现本公司以登报方式通知如下:自登报之日起请你方于7日内来呼和浩特市中山西路86号巴黎广场19层销售中心办理按揭相关手续,将按揭所需全部材料备齐并亲自去银行面签,逾期不来办理,将按照购房合同附件三处理。

呼和浩特市巨鼎房地产开发有限公司
2017年4月10日

内蒙古中国旅行社有限责任公司
CTS
呼市直飞台湾环岛8日游 3300元起
呼市直飞泰国普吉岛休闲游 3980元
泰国曼谷芭堤雅8日游 3380元
德国法国意大利瑞士12日游 13299元
0471-6967924 6281101
地址:呼和浩特市新城区艺术厅东街95号

内蒙古中国旅行社有限责任公司
CTS
★日本温泉古都美食7日游★
出团日期:5月14/25日 价格:5580元/人
★美国东西海岸+夏威夷14日游★
出团日期:5月23日 价格:16500元/人
0471-6200687/6956572
地址:呼和浩特市新城区艺术厅东街95号

全国连锁 玉屏国旅
山西 桂林 广西 浙东 湖北 张家界
电话:2537013 2537089 手机:13739916471
地址:呼和浩特市兴安北路幻宁家居号宁楼10楼1015室

全国连锁 玉屏国旅
四川 内北 新疆 江西 安徽 郭亮村
电话:2537013 2537089 手机:13739916471
地址:呼和浩特市兴安北路幻宁家居号宁楼10楼1015室