

自制柚皮糖

将柚子切成八瓣,柚子的果肉从皮中取出,果肉吃掉,皮也尽量保持完整,不要扔掉。

柚子皮切成小块,然后放入烧好的开水中煮,煮开后换水,一连换3次,以去除皮中的苦味(但如果喜欢柚子皮微苦的风味,也可以少换几次),然后在锅中倒入200克白糖同煮,煮到汤汁起泡、微微黏稠。

然后将柚子皮在白糖中滚一滚,放在干燥的地方晾干,美味的柚皮糖就做好了。用它来泡水喝、当小零食,都有止咳化痰的作用。

蜂蜜柚子茶

蜂蜜柚子茶是人尽皆知的止咳润燥的佳品,但你却不知道,起大作用的不是里面的柚子,而恰恰是里面的柚子皮。

取柚子一个,把柚子在热水中浸泡5分钟,洗净擦干,然后将柚子最外层的黄绿色皮剥下来,少带里面的白色瓢,然后将其加盐腌制一下。

然后将果肉剥出、掰碎,将柚子皮、果肉、冰糖放入干净的锅中大火煮一小时左右,煮到黏稠、金黄透亮即可,以免粘锅。等到黏稠的柚子汤汁冷却,然后加入蜂蜜,放入冰箱里。要喝的时候冲一杯就好了。

凉拌柚子皮

凉拌柚子皮,能够清火、解腻,是家中宴客的时候吃比较油腻的食物的一道解腻佳品。

柚子皮绿色部分削去,白色部分切片,然后加水烧开1~2分钟,晾干后挤出水。另起油锅,将豉豆爆炒一下,然后拌入时蔬、柚子皮、鸡丝,加生抽、白糖、辣椒末、蒜末拌匀,拌好后放入盒中压紧,就可随时取出食用啦。

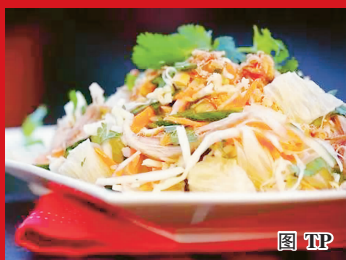


图 TP



现在正是柚子大量上市的季节,自然不能错过如此鲜美的水果。不过,你知道吗?柚子不仅肉可以入药,皮也有很好的止咳化痰的作用。如果冬天出现了咳嗽的现象,可以用柚子皮煮熟后泡水来喝,有很好的止咳化痰效果,也可以自制一些柚皮糖,常吃有润喉的功效。想知道柚子皮还有哪些功用,来看下面的文章。



图 TP

柚子浑身都是宝 不仅能吃还能做花盆



图 TP



图 TP



图 TP

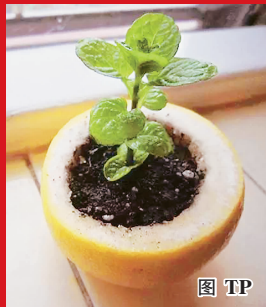


图 TP

治疗冻疮

柚子皮晒干后煮水,可以治疗冻疮。将柚皮水热敷在冻疮的地方,就能很快促进冻疮恢复,而且来年不会复发。

自制洗洁精

外面卖的洗洁精,里面会有一些化学成分,一不小心就有残留。其实,用柚子皮就可以自制洗洁精,清洁无污染。

准备一个大桶,准备一些柚子皮,将皮装入瓶内,然后加入1勺食醋和2勺食用碱。然后加水没过柚子皮。

将水装入玻璃瓶内,摇晃几下,放入冰箱冷藏一周,取出来就是完美的洗洁精了,洗锅洗碗、洗水果都有很强的清洁作用,去油污的作用也非常强!

天然除味剂

柚子皮还是天然的除味剂,把剥下的柚子皮放进鞋子里、冰箱里,就能除去很多不好的味道,让你的鞋子有天然的香气。

防治小虫子

在垃圾桶里放点柚子皮,能赶走

果蝇和小虫子,还能防止不好的气味蔓延,特别有效。

清洁水龙头

柚子皮擦水龙头,能够快速清除上面的水垢和污渍,还能防止水龙头生锈。

柚子皮做花盆

柚子皮如果能保存完整,还可以当做花盆,种植一些小植物。将柚子皮底部掏一个洞就好啦。柚子皮做的花盆通风透气,相信植物一定能长得很茂盛。

【教你一招】

挑柚子的小妙招

怎么挑出又大又圆又好吃的柚子呢?其实挑柚子也有小妙招,照这几点做,保管你能挑到好吃的。

1.选尖不选圆。柚子要挑越尖越好的,这样才好吃。

2.选大不选小。柚子越大,成熟得会越好,也越好吃(当然也要看品种,这个规则是用于同品种中的)。

3.选黄不选青。同样的柚子,要选颜色黄一点的,不选颜色发青的,那证明还没有成熟。

4.选重不选轻。同样品种的柚子,重一点的柚子会比较轻的更加饱满和水分足,也就更好吃。

5.选底端按不动的柚子,这样的柚子最新鲜。



图 TP

【食物百科】

大闸蟹保存有讲究



图 TP

众所周知,大闸蟹越新鲜吃越好。但亲朋好友拜访送来的螃蟹一次吃不完,应该怎么存放才最好呢?

有的人会觉得螃蟹生长在水里,因此拿回家就要放在水里养着,其实家里水是死水,里面缺氧,容易把螃蟹闷死,比较好的方式是把螃蟹的脚捆起来以减少螃蟹体力消耗,然后用湿毛巾盖住,放到冰箱冷藏室里,3~6℃为佳。每天食用之前先挑选活力不足的大闸蟹,活力足的大闸蟹可以继续保存。不过也不要放太久,因为时间越长,螃蟹消耗越大,口感就不够肥美了。购买的大闸蟹能在三天左右吃完为宜。

如果要带着大闸蟹走亲访友,那么最好

把大闸蟹放在泡沫箱里面,然后放入冰块,盖上盖子,密封,这种方式下可以保存24小时。对于即将要吃的大闸蟹,或者想短途运送大闸蟹的人来说,都是一种不错的方法。

由于螃蟹容易死,有不少人会买回家的河蟹一次性都煮熟煮透。这样的熟螃蟹该如何保存呢?建议可以先用保鲜膜盖好,放在阴凉通风处,可以保鲜6~8个小时。如果天气比较热,则最好放到冰箱冷藏室了,这样中午的螃蟹可以保存到晚上,但不能过夜。想长时间存放熟螃蟹,比如过夜保存,则要把螃蟹放到冷冻室里了。但直接冷冻容易让熟螃蟹流失水分、变得很干不好吃了。冻的时候可以连着煮螃蟹的汤一块冻起来,能保持螃蟹的鲜味。

【新手课堂】

空心菜怎么分辨老和嫩

空心菜清脆爽口、口味独特,是很多人都喜欢的一道蔬菜。

怎么挑选空心菜:

- 1.看叶子颜色及形状:叶子越绿越新鲜。空心菜宜选择整株完整、无须根者、无黄叶或破损水伤的为佳,叶子越绿的越新鲜。叶子越宽大的越新鲜脆嫩。同时,要挑选无黄斑、茎部不太长、无烂叶、萎叶,无虫害的。
- 2.看切口情况:切口无腐烂或变色。茎管底部的切口要无腐烂或变色,如果太干燥或缺乏水分的会比较不新鲜。



图 TP

3.看茎管粗细:茎管细的口感细嫩。口感方面,茎管细的空心菜口感较细嫩;茎管粗的菜口感比较硬脆。空心菜应买梗比较细小的,吃起来嫩一些的。

4.看茎管颜色:偏绿菜梗口感细嫩。茎管的话,还有偏绿菜梗的口感会细嫩;偏白菜梗的口感则比较脆。

5.闻菜的气味:看有无农药残留。买时,凑近闻一下空心菜的气味,防止有农药残留。如果气味太重,大多是刚喷药就上市不久的,这种不宜购买。



千年观前街 一个采芝斋

苏州热线电话:0512-67276198
地址:苏州市观前街91号

全国热线电话:0512-67274512
网址:caizhizhai.tmall.com