

哪些食材只放点盐做就很好吃?



市民王女士问:这几天在家研究做饭,想问的就是哪些食材只放点盐做就很好吃?

市民郑来福回答:好吃的东西是根据自己的口味而决定的,在这里我介绍一下哪些食材加点盐是可以吃的,尽管人的口味不同,好吃的东西也不一样,但是只放点盐就能吃的食材绝对对身体健康有利,这样就可以保留大量食材里的营养物质,少放点盐对身体健康更有益,因为吃盐多了对身体不好。

这些食材很多,比如辣椒、黄瓜、西红柿、菜瓜、茄子等,只要是蔬菜类一般都能加点盐生吃,另外盐还可以杀菌消毒。有些食材还可以蒸熟再加盐吃,比如茄子,蒸熟了加点盐就可以吃。有的不加盐蒸熟也可以直接吃,比如红

萝卜。

这样吃对健康有利,因为蒸熟的食材可以保留其大量的营养成分。但是有些食材必须加盐才能吃,比如菠萝得用淡盐水泡才能吃。因为菠萝里含有一种菠萝蛋白酶,有很强的分解纤维蛋白的作用。这种酶对于口腔黏膜和嘴唇的幼嫩表皮有刺激作用,会产生一种麻刺痛,食盐能抑制菠萝酶的活力,使其口感更好。

网友“落井下砖头”答:其实用高压锅压猪蹄、排骨,都不要放调料,加一点盐就足够了,一样好吃。

网友“HuNu 璐璐”答:海虾和海蟹买来放点水撒把盐放锅里煮,过几小时捞出来就能直接吃了,不用加热不用放任何调料,也巨好吃的。

葡萄酒可以加热饮用吗?



果壳网友问:据说上了年纪的老人喝点葡萄酒是对身体有好处的,但是老人胃不太好,不能喝凉的东西,那加热的葡萄酒是不是还可以保证里面的营养呢?

市民郑来福:葡萄酒可以加热饮用,不改变它的成分,但如果加热到100℃就可以改变它的成分。加热不加热,就要看自己的喜欢。再说葡萄酒说明书没有标明此酒不能加热。家里有一瓶干红葡萄酒,只是在说明了书上注明贮存温度是5℃到25℃。在这样的温度下贮存可以不变质。但是超过或低于这之间

温度,葡萄酒是可以发生变化的。葡萄酒稍微加热只要不超过25℃是不会改变它的成分的。稍微加热对身体有利,合适的温度对胃有保护作用,太热或太冷的东西对胃有损害。

网友“rickrover”答:切忌,葡萄酒加热一定要“隔水煮”不要直接加热,味道会好一些。建议红酒煮姜:顾名思义,红葡萄酒隔水加热微煮,加温到40℃左右(锅边微起)将切好的姜末(最好嫩姜去皮切末)煮5~8分钟(视你对姜味的喜好),这款酒是法国人冬天驱寒的开胃酒。



葡萄酒可以加热饮用吗? 合适的温度对胃有保护作用

怀疑为知识之钥匙,生活的智慧大概就在于逢事都问个为什么,生活中我们总是遇到这样那样的问题,那就来参加“问晚报”吧!我们将和强大的智慧团一起为你寻找答案。交流分享,开动脑筋,了解生活,关注城市,“你问我答”是你在这个城市发问解惑的最佳平台。
郑州晚报记者 柴琳琳



为什么一些商场会把化妆品放在一层?

市民张先生问:常陪女朋友逛街,一直有个想不明白的事,为什么很多商场会把化妆品放在一层,尤其是商场出入口位置?

果壳网友“橡胶万岁”答:单纯说说个人理解,一楼是人流量最大的楼层。任何去往其他楼层的人都会经过一楼,甚至只是为了躲避风雨穿过商场,也会路过一楼,所以需要“即兴”购买的商品应该出现在一楼。

而有目的购买的商品,例如家电,则完全可以放在较高的楼层。因为不论多高,有目的的消费者都会愿意走过去。人流量是零售的重要参数,所以高利润率的产品更可能出现在一楼。作为商场本身,一楼是门面,是档次的体

现。档次低的商品不容易出现在一楼。综上所述,珠宝、首饰、名表(高利润率),化妆品(即兴消费品),鞋帽(高利润率)容易出现在一楼。

需要注意的是,负一楼与一楼是完全不同的定位。负一楼代表的是廉价,这与中国的文化有关。所以负一楼品牌的档次一般都会低于楼上,甚至直接出现在超市。此外,临时柜台不符合上述观点。商场可能会安排应景的临时柜台,例如在8月底为了开学集中出售书包,文具。这类临时柜台仅仅是应景和拉动人流。需要更衣室的服饰销售一般不会出现在一楼,因为换衣服即便在更衣室,依旧是一件很隐私的事情。

为什么杯装的酸奶通常是100克?



网友问:超市里各种品牌的酸奶几乎都是一杯100克,而且很多成人还会觉得一杯量太少,为什么不再多点,营养足以还是营销策略?

网友“少个螺丝”答:可能由于酸奶在国外通常是作为一顿饭的一部分而出现在餐桌上,比如最后的甜点就可以是一个酸奶。这时候人已经基本上吃饱了,因此一杯100~120克酸奶的量就刚刚好。如果再多了,可能就会让人吃不下去了。因此通常杯

状包装的酸奶,甚至白奶酪,通常都是100克左右。

在国内销售的酸奶,可能就借鉴了国外的包装方式,于是就保留了这种一杯100克左右的包装了。要是有人吃一杯太少,还可以再来一杯。总比吃了半杯吃不下剩下要好。至于营养方面,建议一天摄入相当于300~500克牛奶的乳制品,一杯酸奶占1/3~1/4,剩下的可以通过第二杯酸奶,或者牛奶奶酪等补充。

下期问题早知道

- 1.喝原味酸奶能消除口臭吗?
- 2.“无糖食品”到底有没有糖?

参与方式

- 1.拨打《郑州晚报》热线电话96678,通过电话传递你的问题。
- 2.将问题或答案直接发送邮件至邮箱(chailinlin12@163.com),请标清楚是哪一个问题的答案。