春节马上就要到了,随着时间越来越近,人们都开始备年货了,年货品种那么多,然而质量又参差不齐,我们该如何挑选呢?
新郑时报 李显文 整理

准备年货的注意了 这些东西谨慎购买

干果类

瓜子

市面上的瓜子口味多样,奶油、绿茶、五香、话梅……层出不穷,不同口味的瓜子外表颜色也不一样,绿色、白色、红色等,味道浓郁的好吃,但含有的化学添加剂也不少,多吃对人体不利。买瓜子的时候最好买原味的,这种瓜子皮上的白色条纹分明,瓜子壳凹痕明显,摸起来不会很滑腻,吃的时候有瓜子的清香,油而不腻。

花生

花生最容易受潮发霉,产生危害人体的黄曲霉菌,食用过多会引起头晕、呕吐。买之前可以先尝一下味道,哈喇味、霉味很重的花生一定不要买,且一次性不要买太多,防止受潮变质。

核桃

干核桃含有丰富的氨基酸,常吃有助于养颜抗衰老,但有些商家为了卖相好看,会提前用双氧水或氨水浸泡核桃,让核桃皮变得更白,更有光泽感,这种经过化学原料处理过的核桃,吃多会引发呼吸系统疾病,导致抵抗力下降,新鲜核桃的表面有黑色的斑点、明显的纹路,闻起来有轻微木香,而被过分处理过的核桃表皮会特别光滑,有化学制剂刺鼻的味道,千万别买。

干货类

香菇

相比新鲜香菇,脱水香菇能存放更久,随取随用,适合买来作为年货,过节时招待客人很方便,真正晒干脱水的优质香菇,形状完好无缺,颜色呈深褐色,摸起来不发湿,完全干燥,而且保留了新鲜香菇独有的香气,这种香菇泡发后,用来煲汤、炒菜最健康。

海带

优质干海带的表面都会有一层白霜,颜色呈灰绿色,用手摸海带表面不会发黏。

银耳

劣质银耳一般分两种,一种是被硫黄熏过的,银耳看起来色泽泛白、透亮晶莹,闻起来有刺鼻的味道,另一种是受潮霉变,摸起来发黏滑腻,生霉后银耳颜色会加深,甚至发黑,一定不要买。优质银耳的颜色一般是微黄色,根蒂部位没有杂质,泡发后的银耳花大而松散,韧性强,肉质饱满有嚼劲。

腊月的九种习俗 你都知道吗?

12月26日是农历十二月初一,正式进入腊月,俗话说:过了腊八就是年,进入腊月就意味着到了农历年。腊是干肉的意思,引申为年终岁末用肉敬拜众神的祭祀。因为这个月主要和祭祀有关,所以,在我国的传统民俗中,腊月的讲究与禁忌很多。新郑时报 李显文 整理

腊八

腊月初八流行喝粥。腊八粥用多种食材熬制而成,又称七宝五味腊八粥。古代用吃腊八粥的方式来庆祝丰收,一直流传至今。

腊月二十三

小年,是过年的开端,传说这一天,灶王爷要上天禀报这一家人的德行,让玉帝赏善罚恶。所以人们在这一天准备好供品送灶神上天,其中最重要的是糖果,又甜又黏,让灶王上天之后嘴巴被黏住,说不了坏话。

吃了祭灶的糖瓜,拜了灶老爷,就要热火朝天地投入迎新年的忙碌中了。

腊月二十四

“腊月二十四,掸尘扫房子”。因为“尘”与“陈”谐音,在腊月里扫尘有“除陈布新”的含义。腊月扫尘,就是把家里一切的“穷运”、“晦气”都扫出去,以期盼来年运势更好。

腊月二十五

旧俗认为灶神上天(腊月二十三)后,天帝玉皇于腊月二十五亲自下界,查人间善恶,并定来年祸福,所以家家祭之以祈福,称为“接玉皇”。这一天起居、言语都要谨慎,争取好表现,以博取玉皇欢心,降福来年。

腊月二十六

腊月二十六,杀猪割年肉。在过去,人们生活艰苦,只有在过节的时候才能吃到猪肉。人们在这一天,开始杀自己养的猪,筹备过年的肉食。

腊月二十七

“腊月二十七,宰鸡赶大集”,过年迎来送往,要招待很多亲戚朋友,所以除了猪肉之外,还有准备鱼肉、鸭肉。二十七也是年货节,大家准备好年货,吃穿用,一应俱全,所以这一天,各地的集市都十分红火。

腊月二十八

二十八,把面发。正月初一到十五是不能蒸馒头的。所以二十八这一天要准备好接近半个月的主食。

腊月二十九

这一天叫“小除夕”。一般是来往拜访,这叫别岁,亲戚邻里之间互相交换糕点,交流感情,人们还在户外焚香,叫“天香”。

大年三十

这一天所有人都要回家吃团圆饭。摆设天地供桌、辞岁、守岁、迎岁……这天的鞭炮不绝于耳,人们企盼自己在新的一年里,可以有更好的运气和福气。