

老酸奶拌水果沙拉,好吃!

登录我能网,与美食能人分享老酸奶新吃法

近几个月来,各品牌老酸奶在国内乳品市场异军突起。“我同事极力推荐,而我尝了之后也觉得口感还不错,所以我们就一直买这个。”昨天中午,新街口一家超市的乳品柜台旁,严小姐和同事一人拿着一碗“卫岗藏方老酸奶”去收银台结账。乳品柜台的超市员工告诉记者,相对便宜

实惠的家庭装普通酸奶来说,购买老酸奶更多的是年轻人,“都是在附近上班的白领,中午饭后出来逛逛顺便买一碗,就当做冷饮吃了,而且有助于消化。”

用勺舀着吃的老酸奶“革新”了拿着吸管的普通酸奶。而随着老酸奶的风靡,也有不少潮人们自创了老酸奶的新吃法。

我能网网友“奇奇妈”发帖介绍了她自创的卫岗老酸奶吃法:“我发现用卫岗老酸奶拌水果沙拉很不错,由于老酸奶比普通酸奶粘稠,所以更容易附着在水果表面。可以选择木瓜、草莓、苹果、香蕉,可以是什锦的,也可以是一样或两样混合。拌在一起口感非常爽滑,非常适合这个季节品尝。”她

还上传了用卫岗藏方老酸奶为原料自创的香蕉沙拉图片。

天气渐渐热起来,在这个季节来一碗“神秘滋味”的老酸奶一定很惬意,除了用勺舀着吃你还有什么创新?赶紧登录我能网(www.wonengw.com)与大家一起分享,同时还有机会获得夏季清凉饮料一箱。

我能便民

错峰洗空调 省时又省力

96060为你提供空调清洗专业服务

“去年刚搬新家就被调到了外地工作,上周回来后,一开空调房间里就特别干燥,而且在室内呆久了还有些头晕,可空调买来后没用几次啊。”昨日,网友“蓝色金陵”向我能网便民服务热线求助。业内人士指出,随着气温升高,当前是清洗空调的最佳时机,避开即将到来的清洗高峰,会省时又省力,且能确保一次清洗到位。

我能网维修能人“jwtt”说,空调在工作时产生异味或室内干燥,大多是因为空调内部积攒了大量的灰尘、污垢和细菌,这些有害物质会在送风过程中扩散到空气中,使人感到头晕、胸闷、恶心,甚至导致呼吸道疾病。市民一般认为使用较长时间的空调才会被污物堵塞,其实灰尘是无孔不入的,像“蓝色金陵”家这样长时间没有使用的空调内部也会停满许多脏东西,导致空调功能异常。

夏季空调使用旺季即将来临,经历了一个冬天许多家庭的空调内部已经堆积起了厚厚的污物,它们时刻威胁着人们的健康。业内人士提醒,预计5月将迎来今年首轮空调清洗高峰,市民要有意识地避开五、六月份的高峰期,提前给空调“洗洗澡”。

现代快报便民服务为了应对空调清洗高峰期的到来,已提前组织了一批专业的空调清洗、维修、移机服务人员随时待命,确保第一时间为您的空调进行夏日前的专业“减负”。如果您的空调需要清洗、维修或是移机,可随时致电96060预约服务,我们将派专业人员上门为您提供优质服务。

另据悉,《我能网便民生活必备手册》正在进行免费发放,大家都表示手册内价值510元的代金券和生活宝典很实用。现在预约便民服务,即可获得由现代快报我能网限量免费发放的《我能网便民生活必备手册》1本,享受更多实惠。

本版稿件由我能网提供
撰文 钱坤 易敏

瘦身、美白、减压、排毒一站搞定

我能网召集“春季美容大王”享受免费美丽服务

夏天快到了,面对镜子中的自己,是否因黯淡的肤色、臃肿的身材而丧失自信?别着急,我能网试用平台已经找到了贴心的产品,为您免费提供一季的美丽。

尝试“秀域古方减肥”做回窈窕的你

“4月不减肥,5月没人追,6月脂肪堆……”近日微博上疯传的春季减肥打油诗着实让MM们感到了减肥的紧迫性。为了帮助爱美MM在夏日来临前摆脱臃肿,我能网联手南京秀域健康美容机构,推出古方减肥套餐免费体验活动。

据秀域减肥顾问介绍,这种古方减肥技术源自我国传统医学,从内调入手,通过改变人的自身机理来遏制发胖源头,五行磁罐、点穴、耳穴调理方法可以针对不同体质顾客制定个性化的减肥方案,再配以合理饮食能事半功倍,而秀域的封穴技术可以帮助抑制体重反弹。

寻找复古减肥法体验者的活

动已全新上线。网友们只要结合自身实际,在活动主题跟帖聊聊“减肥那点事儿”,就能成功报名。我们将择优挑选出10位体验者,每位体验者都将获赠价值500元的秀域古方减肥卡。

誓做“春季美容大王”唤醒最娇嫩的你

“专柜卖产品的MM给我我试用的时候感觉还不错,回家后自己怎么拍都感受不到那种滋润效果。”网友“荡秋千的甜甜”说。我能网美容能人“雨后彩虹”解释,好的美容产品必须配以恰当的手法才会发挥其效用,精准的按摩可以充分打开毛孔,促进营养成分的吸收,还能通过活络、舒缓疲劳。

想成为“春季美容大王”吗?现在,“春季美容双店体验”已在我能网试用火爆上线,它涵盖了郑明明售后服务中心提供的面部春季补水、精油推拿专业服务和神草美容养生馆的美容养生护理服务。据了解,郑明明售后服务中心是郑明明产品的延伸服务,成功

申请到免费试用的网友只要带上郑明明的专柜产品,就能享受到在郑明明专柜任职五年甚至更久的优秀美容师的专业服务。而神草美容养生服务则以天然、绿色、环保的产品,结合传统中医经络、穴位按摩和西方芳疗手法,帮助美女们排除体内毒素,补充体内能量,增强自身免疫力。心动的网友们可要赶紧行动了,跟帖聊聊自己的美容经历和经验,你就有可能获赠价值408元的郑明明专业美容服务或价值500元的神草美容完美健康卡。30个名额虚席以待,快快点击鼠标参与吧。

网友申请试用方式:登录我能网(www.wonengw.com)→我能网试用→申请试用

试用品提供商合作方式:1.网络:注册登录我能网(www.wonengw.com)→我能网试用→试用品提供商报名入口;2.电话:

固话:96060、(025)84783474、(025)84783472、(025)84783327
手机:18602550340、13913991148
试用能人QQ群:139432004

我能情报

活动一览

(报名通道:96060;我能网)

活动主题	时间
《高中语文作文审题技巧》免费试听	4月16日9:00
《牛奶知识讲座》	4月16日14:30
我能网富——第36期财富见面会	4月17日13:30
好孕妈咪大课堂 II 食之有道	4月23日14:30

试用一览

(申领通道:我能网)

产品名称	申领日期
胜杰茗茶—南京雨花茶	4.11-4.18
欧珀茶臻白抗斑眼弹新品三件套200元	4.12-4.19
轩轵氏畅快人生	4.14-4.21
神草美容服务500元	4.15-4.22
500元秀域古方减肥卡	4.16-4.24

聘业务员 30 名 底薪 + 提成 + 五险 + 奖金 58656966 居巢房地产 征集桥北房源 83358813 资质证书号:001648

门面房 高档房	香山湖联排别墅	天润城	天润城	江岸水城	盘龙山庄	大华锦绣华城	乐府江南	浦洲花园	旭日华庭	宁港一村	明发滨江	明发滨江商厦	明发滨江商厦																																																					
1-33 320m² 378 万 私家花园 150m² 地铁三号线 18913968026	10/12 105m² 87.8 万 地铁口近学区房 83352013	11-12/12 138.5m² 98 万 正规楼层满五年无税 58831635	1/9 118-30m² 88.8 万 精装送院子 30m² 阳光好 58831701	2/6 109m² 62 万 轻轨沿线新空三房 83352013	1/11 50m² 89 万 客流量巨大投资潜力 66914229	2/6 105m² 69.8 万 三室两厅新小区环境 58831701	18/18 135m² 93 万 精装景观经典三房 83352013	1/1 55m² 84 万 沿街门面旺铺投资潜力大 58831634	1/5 55+60m² 57 万 连家人流量大市口好 58831635	1/11 40m² 39 万 精装升值空间大 58831635	1/1 43m² 60 万 装修市口好沿街潜力无限 66914223	1/1 80m² 165 万 精装设施位于商业街旺铺 66914225																																																						
1/6 96m² 80.6 万 南北通透采光好地铁房 66914234	2/5 90m² 80 万 地铁口双学区三房 66914236	2/6 86m² 76.5 万 精装修地铁口房率高 66914226	2/11 120m² 93.8 万 双学区地铁口三房 66914232	2/6 91m² 83 万 精品三房学区加地铁 58831701	2/11 110m² 99 万 精装三房采光好拎包入住 58831702	3/6 80m² 72 万 新空位置佳高性价比 66914232	3/6 90m² 76.6 万 新空位置佳紧邻地铁口 66914234	3/7 110m² 95 万 双南一北房型佳交通便利 66914225	4/11 84m² 73 万 新空两房紧靠地铁口学区房 66914232	4/11 83m² 78 万 精装位置佳地铁口学区房 58831702	5/5 81m² 74 万 环境优美地铁口双学区 66914229	6/6 86m² 70.3 万 新空位置佳地铁口房(两证全) 66914234	6/6 83m² 78 万 精装设施全地铁口学区房 58831702	22/30 47m² 37 万 新空房位于商业街生活便利 66914225	2/11 130m² 99.8 万 明发经典户型房型工整正规 66914232	2/34 113m² 90.5 万 地铁房双学区交通便利 66914226	3/11 108 m² 90 万 基本装修地铁口学区房 66914223	3/11 91m² 77.6 万 温馨三房紧靠地铁口学区房 66914226	3/12 92m² 75 万 基本装修在江边交通便利 66914225	8/11 90m² 88.2 万 含税精装修采光好送设施 66914234	20/28 115m² 96 万 精装拎包入住地铁口 58831635	27/34 137m² 108.8 万 双学区地铁口江景不临街 66914229	29/34 98m² 85.2 万 一线江景风光独好地铁口交通便利 66914223	6/11 88m² 79 万 特价地铁口环境优美 66914229	7/11 88m² 84 万 地铁口精装送设施拎包入住 66914226	8/11 87m² 78 万 高档住宅地铁口学区房 58831701	16/24 90m² 78 万 江北黄小小区地铁口 66914236	20/21 128m² 105 万 新空绝佳楼层全江景房 66914234	4/6 63m² 52 万 满五年无税大华旁边 58831701	2/9 75m² 61 万 地铁口温馨两房 58831701	2/11 101m² 78 万 豪装送设施拎包入住 66914225	4/11 86m² 69 万 新空房小区环境好交通便利 66914226	7/9 102m² 77 万 证全精装大两房 58831703	8/11 82m² 78 万 精装采光好拎包入住 66914223	9/11 91m² 78 万 精装小三房地铁口 58831703	1/6 101m² 65 万 证全精装送设施 58831703	3/6 78m² 49 万 得房率高证齐随时看房 58831701	5/6 67m² 51 万 精装拎包入住可带户口 58831702	6/12 118m² 64 万 轻轨沿线新空三房 83352013	6/6 86m² 68.8 万 全新精装加阁楼 58831703	3/11 87m² 69 万 南北通透精装两房 58831703	4/6 136m² 91 万 成熟小区随时看房 58831701	10/11 87m² 70 万 成熟小区房型好 58831701	19/24 131m² 92 万 景观观房地铁口 66914229	2/7 48m² 33.5 万 位置好拎包入住 58831634	4/5 57m² 38 万 精装拎包入住满五年无税 58831635	4/5 62m² 55 万 黄金小小区紧靠地铁口 66914232	3/6 83m² 60 万 房型方正采光好 58831634	3/6 57m² 41 万 简装楼层好采光佳 58831702	4/6 56m² 36 万 精装地理位置好 58831634	2/18 147m² 100 万 超低单价豪装 58831634	1/6 117m² 95 万 新北新街口地段架空三房 66914232	3/6 135m² 105 万 税费各付精装四房 66914236	4/6 63m² 53.5 万 生活交通便利含税 66914223	5/6 101m² 94 万 新空房在主干路上 66914225	6/11 90m² 79.8 万 紧靠地铁口精装两房 66914236	6/11 103m² 92.3 万 高档住宅新空环境优交通便利 66914234	6/11 118m² 76 万 特价巨大大升值潜力 66914229	7/11 132m² 93.8 万 经典楼层阳光佳含税价 66914234	7/18 81m² 70 万 下大桥第一站双南户型 66914236	18/24 77m² 61.8 万 低总价两房环境生活方便 66914232	1/5 64m² 49 万 能入户口满五年无税有院子 58831635	1/6 116m² 90 万 精装三房采光佳 58831702	3/6 88m² 80 万 含税生活交通便利 66914226	3/6 94m² 81 万 环境优雅新空三房 83352013	5/6 68m² 49 万 精装两房随时看房 58831703

现代快报买报抽奖活动中奖公告

4月15日本报零售报纸抽奖号码在《居家》B33版报脚,经系统自动摇号产生一等奖、二等奖中奖号码公告如下:

- 一等奖 现代快报特供酒一箱 (4瓶装,价值约600元) (5名)**
425207 447608 452008 455488 456546
- 二等奖 食用油一桶 (价值约50元) (200名)**
407780 407875 408548 408800 409550 409669 410401 410742 410951 410977 410981 411095 411793 411846 412280 413008 413237 413687 414783 415559 416048

- | | | | | | | | | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 416484 | 416661 | 416766 | 428249 | 428764 | 428863 | 443234 | 443417 | 443441 | 454811 | 455091 | 455160 |
| 417208 | 417264 | 417319 | 429019 | 429247 | 430188 | 443578 | 443654 | 444009 | 455550 | 455928 | 456061 |
| 417518 | 417523 | 417544 | 430256 | 430665 | 430766 | 444022 | 445315 | 445340 | 456210 | 456766 | 456842 |
| 417629 | 417662 | 417916 | 430823 | 431004 | 431081 | 445344 | 445446 | 445511 | 457094 | 457340 | 457799 |
| 418514 | 418579 | 418702 | 431111 | 431449 | 431676 | 445961 | 446041 | 446911 | 457861 | 458060 | 458623 |
| 419517 | 419737 | 419895 | 431734 | 431812 | 432937 | 447301 | 447495 | 447506 | 458732 | 459537 | 460270 |
| 420069 | 420079 | 420331 | 432990 | 433844 | 433869 | 447612 | 447669 | 447671 | 460323 | 460665 | 460740 |
| 421061 | 421330 | 421742 | 434114 | 434131 | 434602 | 448231 | 448443 | 448444 | 461096 | 462992 | 463160 |
| 421792 | 421976 | 422099 | 434814 | 435165 | 435451 | 448611 | 448767 | 448799 | 463320 | 463921 | |
| 422194 | 422361 | 422478 | 435800 | 435828 | 436032 | 448891 | 448928 | 448980 | | | |
| 422754 | 423204 | 423712 | 436119 | 436121 | 436972 | 449203 | 449215 | 449304 | | | |
| 424131 | 424713 | 424867 | 437001 | 437120 | 437303 | 450081 | 450475 | 450492 | | | |
| 425081 | 425401 | 425422 | 438211 | 438297 | 439271 | 451058 | 451341 | 451655 | | | |
| 426075 | 426231 | 426329 | 439415 | 439543 | 439776 | 451837 | 452406 | 452483 | | | |
| 426345 | 426849 | 427325 | 440459 | 441102 | 441140 | 452990 | 453235 | 453277 | | | |
| 427421 | 427440 | 428084 | 441582 | 441602 | 441748 | 453658 | 453744 | 454181 | | | |
| 428112 | 428123 | 428137 | 441763 | 442173 | 442546 | 454267 | 454400 | 454807 | | | |
- ※中奖者保留基本完整的报纸,作为兑奖凭证,携带身份证前往兑奖;一等奖的兑奖在新街口正洪街东宇大厦13楼1301室(中央商场东门);二等奖的兑奖在各发行站;
※咨询电话:84783697、84783679,敬请关注本报抽奖活动。