

教你一招

不少人都知道,牙刷要定期更换,但一双筷子使用几年却是常有的事。不少家庭一双筷子短则用上一两年,长则更久。只要筷子没有变形没有折断,人们往往认为,那就没有必要换。但是专家提醒,筷子使用期不宜超过半年,否则可能会引发健康问题。除了筷子,砧板、陶瓷餐具也存在“超期服役”的情况,它们看似“长寿”,其实不然。

现代快报记者 吴双

这些厨房用具没有想象的那么“长寿”

筷子颜色发生变化,就需要更换了

记者走访了不少超市,一般厨房用具很少标明使用期限。那是不是意味着,这些生活日用品可以无限期使用呢?

其实不然。普通筷子使用3-6个月,本身的颜色会随着时间和使用的频率变深或变浅。此外,还会导致筷子表面的可食用漆遭受磨损。只要筷子与购买时相比发生变化,特别是颜色,就需要立即更换。

据了解,筷子颜色发生变化,表示材质本身性质一定发生变化。而颜色变化通常是使用过程中食物、洗涤剂及空

气、橱柜内残留物附着导致的。

专家建议,大家在使用筷子时,每天都要观察下,筷子表面是否附着斑点,特别是霉斑。竹制品与木制品两种产品是霉斑最喜欢的生存环境,且只要环境不干燥,物质本身湿度含量达到一定程度,仅需一天时间即可生成。

消化科顾医生提醒,如果筷子上出现非竹子或木头本色的斑点,表示该筷子很可能已经发霉变质,不可继续使用;筷子显得潮湿或出现弯曲、变形,则表示已受潮或搁置时间太长,很可能已

经过了保质期;闻一闻,如果有明显的酸味,是受污染或过期的标志,不可继续使用。

在日常生活中,人们习惯将筷子清洗干净后,便放置在筷子筒或橱柜内。“这种操作方式首先是有误区的,因为筷子没有被完全晾晒,湿度很大导致其容易发霉,从而对身体健康带来影响。”顾医生建议,每周将筷子放入沸水中煮半小时后,放置在空气中晾晒干燥再使用,这样可以达到消毒的作用,且能有效、便捷地清除筷子上的霉菌。

砧板使用不要超过5年

木质砧板经常使用后,会有凹凸不平的刀痕甚至开裂,这些部位容易堆积食物残渣,又阴暗潮湿,非常适合细菌的生存繁殖。一不注意清洁,就导致细菌大量滋生。

砧板细菌数和平时放置方式有关,一般竖着放比平放细菌要少。干燥的砧板细菌生长相对较少。

不同家庭的砧板细菌生长种类有一定的差异,这和不同家庭的饮食习惯、砧板使用习惯也有一定关系。比如经常吃海鲜和肉类的,砧板的细菌数相

对比经常食用蔬菜的要多些。

科普专家表示,原本只是单个的菌遇到了适合的环境,就会繁殖出更多的数量,有三个条件是:温度、有机物、残留的水分。细菌最爱35℃左右、潮湿、含有营养成分(如糖、蛋白质)的环境,放置时间越长,生长越多。因此,如果同时提供三种环境条件,细菌自然容易滋生,尤其是使用过的砧板,不仅潮湿,而且有各种营养物质残留,更容易滋生细菌。

砧板卫生状况糟的原因是人们没

有正确清洁它。很多人习惯用开水烫砧板,其实这样做并不保险。可先用洗洁精和清水把砧板洗净,再往上面撒一勺盐,用洗碗海绵蘸一点点水后,反复擦拭表面大约30秒钟,然后用冷水冲洗干净。随后再将白醋和水以1:2的比例调好后喷在砧板上,不要冲洗,放到通风的地方自然风干即可,能起到很好的杀菌消毒作用。砧板最好两三年更换一次,使用不要超过5年。一旦发现砧板上有较深的刀痕、颜色变深,就应该立即换掉。

陶瓷制品出现裂痕不要继续使用

陶瓷制品通常采用原材料陶泥烧制而成,为了能烧制成器皿形状,通常需要在陶泥里添加一些添加剂。这些添加剂在陶泥内,当产品制作完成后,厂家会在产品表面刷一层可食用漆一类的材料,以便安全使用。

从目前市面上销售的陶瓷制品看,

主要分上釉和无釉两种。无釉产品相比上釉产品更安全。虽然带釉产品,从美观角度看要胜过无釉产品,但是釉本身带有一些金属元素,长期接触对身体多少有些影响。

“由于在陶泥制作过程中会添加部分添加剂,因此在使用时,发现陶瓷制品有裂痕就不要使用。”质检专家表示,有裂痕的产品带保护作用的可食用漆已被破坏,陶泥内的添加剂则可能从裂痕处透出,进入人体内。

果肉多多的榴莲冰激凌 轻松学起来

对于榴莲来说,现在绝对是吃榴莲的好时光。记者从水果摊上了解到,当前正是东南亚国家水果丰收季,榴莲供应量增加,价格下跌。目前,南京的水果超市里,榴莲价格差不多十多块一斤。这么好的消息,让榴莲控们兴奋不已。不过,除了直接吃,我们还能怎么过瘾地享用榴莲?在一家网站上班的吃货林海娟动手做起了榴莲冰激凌。

现代快报记者 戎华

用料:淡奶油200克,榴莲肉,牛奶20克,鸡蛋黄3个,植物油30克,白糖三勺

制作方法:

1. 蛋黄加糖、植物油隔热水煮至黏稠;
2. 倒入牛奶搅拌均匀,晾凉备用;
3. 把榴莲捣成蓉放进蛋黄糊里,搅拌均匀;
4. 将冷藏的淡奶油倒入打发盆里,打发至7成发左右即可;
5. 把打发好的淡奶油倒入到蛋黄糊里,拌匀,即成榴莲冰激凌糊;
6. 将拌好的榴莲冰激凌糊倒在盒子

里,放冰箱冷冻。

这款冰激凌除了味道好之外,还有一个最大的好处就是不用搅拌。对于懒人来说,这个方子无异于吃货福利。既然爱上榴莲,理所当然会爱上榴莲冰激凌,每一口都充满浓郁的香气,超级过瘾,超级满足。

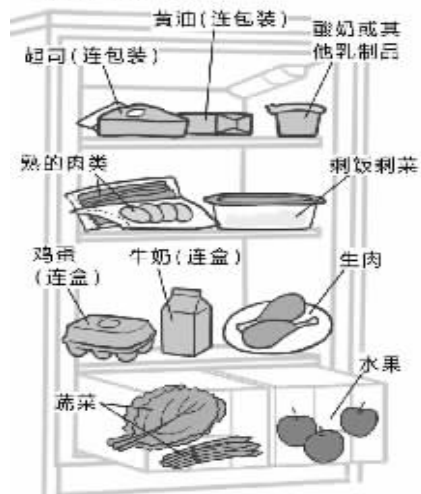


更多内容详见现代快报网
www.xdkb.net
或扫描二维码下载
快报云媒ios版 快报云媒安卓版 快报云媒客户端

每日一图

冰箱的正确使用方法(2)

不要把冷冻室塞得太满。这里需要空间让冷空气流动,满满的冷藏室除了影响制冷效果,还很浪费电。



冰箱油层能创造较为湿润的环境,是为蔬菜准备的地方。但一些水果会释放出天然催熟剂,所以最好与蔬菜分开存放。

大家常犯的一个错误是把鸡蛋放在冰箱门上。冰箱门由于经常开关温度会变高,因此不要把鸡蛋、牛奶一类的食品放在这儿。



冷冻室存放各种熟的面食都是一绝。冷冻条件下是永不会长霉的。取出后用微波炉化冻,柔软新鲜如初。米饭馒头也可以这样保存哦!



高水分食品在冷冻室久存虽然不会坏,但时间长了也会造成品质下降,所以即使速冻食品能够保存12个月,也最好在两个月之内把它吃掉。



漫画 胡晓晶



美食宝典

