



## 菜板发霉了 正确来处理

厨房用的菜板是最容易发霉的物品。那么,怎样正确处理发霉的菜板呢?

发霉的原理是霉菌旺盛生长。微生物无处不在,空气中都会有,而厨具难免会暴露于空气中,所以“菌种”是不可能消除干净的,关键是不给它们茂盛繁殖的条件,

霉菌生长需要的条件是:营养物质,合适的温度,合适的湿度,合适的水分活度,足够的氧气。如果我们能把这些条件掐断、消除,霉菌也就无法生长蔓延了。总之,菜板之所以会经常发霉,是因为您没有正确使用与保养有关。

### 菜板的使用与保养

1、新菜板使用前可用盐卤浸泡数日,使菜板保持湿润不燥、不裂,结实耐用。

2、菜板在使用时,不应专用一端,要四周旋转使用,保持菜板磨损均衡,避免常用一面出现凸凹不平,出现不平时,可用铁刨刨平。

3、菜板用完后,可以先用清洁布蘸盐水刷洗,之后再用热水烫过,就有杀菌消毒的效用,然后用干洁布擦干、罩好,竖起,放通风处,以备再用。

4、注意菜板不可摆放在阳光直射之位置,避免菜板久晒龟裂,风干后应及

时拿回室内。

5、平时使用也要注意保持菜板卫生。

**生熟分开:**由于生菜上有较多的细菌和寄生虫卵,因此,最好备两块菜板。

**保持清洁:**菜板用过后,用硬板刷和清水刷洗,将污物连同木屑一起洗掉。如果留有鱼、肉等腥味,可用溶有食盐的洗米水或洗涤灵洗擦,然后再用温水洗净。

木制菜板用一段时间后,可用菜刀将菜板上的木屑刮削一下,或用木工刨子刨削,使菜板污物彻底清除,并可使菜板保持平整,便于使用。

### 菜板的几个清洁妙招

1、撒盐消毒法:使用菜板后,用刀将菜板的残渣刮干净,然后每隔一个星期撒一层盐进行消毒杀菌防霉,而且又可以防止菜板出现裂痕。

2、姜葱消毒法:菜板用久了,会有异味,这时可以用生姜或生葱将其擦一遍,再用热水冲洗,用刷子刷干净,这样异味就会减弱消失。

3、醋消毒法:切过海鲜或者鱼的菜板,会残留腥味,这时只要撒上醋,晾干后用清水清洗干净,腥味就会消除。

(李鸿林)

## 加湿器使用不当反受其害

流言:冬天室内空气会相对干燥一些,加湿器可以增加室内湿度,长时间的开着对人体健康有益无害,真的是这样吗?

**专家解读:**加湿器可以让空气变得湿润,不再干燥。但是在使用加湿器前,首先要打扫房间卫生,如果室内卫生较差就使用加湿器,房间内空气湿度增加后,附着在灰尘上的病菌在湿润的环境中就会快速繁殖,大大增加房间内病菌的数量。只有在打扫好房间的卫生后再开启加湿器才更有利于身体健康。

据研究数据表明,室内湿度在40%~60%时,人体感觉最舒适,也不会影响健康。过低的湿度使人皮肤发紧、口干舌燥,容易引发支气管炎、流感、鼻炎

等呼吸系统疾病;过高的湿度同样也会影响人体与环境的水分平衡,使人感到憋闷。加湿器最好放置在1米左右高的稳定平面上,尽量远离热源、腐蚀物和家具等,还要避免阳光直射。

专家介绍,加湿器使用时间不要过长,一般用几个小时就可以关掉,无需整天开着。使用时加湿器,最好每隔2小时停一次,因为空气过于潮湿会引发肺炎等疾病。加湿器使用不当,反而会受其害。

(高原)



## 生活妙招

### 书画巧收藏

**展玩字画** 宜两手提轴,顺势展开,动作宜轻缓。切忌用手托画背,以防使画幅折出痕迹。画轴应在卷紧之后,将画带系紧。

**画心用纸** 从收藏的角度论,以安徽泾县宣纸为最好,且皮料胜棉料,棉料胜竹料,厚纸胜薄纸,生纸胜熟纸。

**画心的保管方法** 宜在每画心的下面,衬一层宣纸,然后用圆轴卷起,每10~20幅为一卷,存于书画橱内,不宜托心后存放。珍贵字画不宜存放堆积太久,宜时时展玩。盛夏、梅雨及有煤炉的房间,均不宜悬挂字画。梅雨季节须曝晒书画。书画宜平放于盒、袋、匣、囊、套、函、柜、橱之中,不可竖放,更不可将书画裱件无次序地捆绑或堆放在一起。

**书画收藏的防霉防虫法** 用少量樟脑、冰片等量溶解于80%的酒精中,配成溶液,再将吸水性强的纸泡在其中2~3分钟,取出阴干后,夹在书画内,即可有效地防止书画霉变、虫蛀。

如果画幅不慎沾了油污,可在油渍处放一张湿润宣纸,用熨斗轻轻熨烫几遍,可将下面画幅上的油渍吸出一些。

### 这些方法防手掌脱皮

人的手掌偶尔会出现脱皮的情况,特别是在干燥的秋冬季节。这些方法可防手掌脱皮。

**盐水洗手** 将家里的无碘盐放在手间,加入少量的水稀释,让盐水在手上停留几分钟,早晚各一次,一周后就能够看到明显的效果,手不再脱皮。

**姜汤洗手** 将生姜切片,放入沸水中,等其自然冷却后倒入手中搓洗,每天进行2~4次,十天半个月,就会有明显的疗效。

**米醋搓手** 先将双手洗净,然后在手中倒入少量米醋进行反复揉搓,直到皮肤将醋液全部吸收,每天揉搓3~4次,一周后就会有明显的疗效。

**维C搓手** 取维生素C注射液倒入掌心,双手反复揉搓,待维生素C被皮肤吸收变干后再清洗双手,每天2次,每次使用2毫升注射液,数天就会有非常明显的疗效。

**泡酒姜涂手** 将新鲜的生姜切碎后置于白酒内,浸泡一天后涂到手上,每天1~2次,几天就会有非常明显的疗效。

### 修复瓷器

小瓷器如果碎了,可用蛋清涂满两个断裂面,合缝后揩去四周多余蛋清,半小时断裂部分就可完全粘合,放置一两天后,即使受到较大的外力碰擦,粘合处也不会断裂。