

番茄牛腩 ,冬日里的暖男



这个季节就是要吃些热乎乎的食物 ,让你由内而外感受到温暖的滋味。小编为您推荐一款番茄牛腩汤 ,来抵御这个漫长而寒冷的冬季吧。



- 食材：
- 牛腩(100克)、番茄3个、芹菜杆2根、大葱半根、姜一块、八角一颗、香叶两片、盐适量、生抽少许。
- 步骤：
- 1、将牛腩洗净 ,切成4厘米左右的方块。
 - 2、西红柿切小块 ,去不去皮随意。想去皮就在顶部用刀划一个十字 ,然后放入沸水中滚烫几下 ,就容易脱皮了。
 - 3、芹菜切成丁。
 - 4、大葱切段 ,鲜姜切厚片。
 - 5、牛腩块放入凉水中煮去血沫 ,然后捞出。
 - 6、牛腩块与西红柿一起倒入锅中 ,一颗八角 ,两片香叶一同放入锅中 ,倒入足够量的热水。
 - 7、小火慢炖一个半小时 ,待牛腩松软即可。
 - 8、出锅前十分钟放入切好的芹菜丁和剩下的番茄炖煮十分钟。
- 小贴士：
- 1、冬天的番茄不那么酸 ,可以多放点儿。
 - 2、大部分的番茄先入锅与牛腩同煲 ,可以充分释放番茄素 ,还能促进牛腩成熟。
 - 3、芹菜丁和小部分番茄后放 ,颜色漂亮、成型 ,芹菜可以起到增香的作用 ,换成香菜也可以。
 - 4、可以根据口味加入鸡精之类的调味料 ,加点黑胡椒粉更能增香。

粘 起来的牛排 你吃了没？ 教你几招鉴别合成牛排

近日网上曝出一则消息 ,在澳洲的肉类市场里面流入大量用肉胶做的 合成牛排 ,都是用次品肉块加肉胶拼接的！而且 拼接肉 早已是全球行业内的潜规则。碎肉竟然可以用胶一粘拼接起来做成牛排。这到底是什么样的神奇工艺呢？听小编给你支几招辨别牛肉是否合成的技巧。

看配料

业内人士透露 ,这种肉叫拼接牛肉 ,要区分牛肉是不是拼接的 ,就是要看配料 ,配料里面乱七八糟东西多就不靠谱 ,配料里面只有牛肉那就是原装的。网上100多块钱10片那种牛肉 ,基本都是拼接的。

看形状

牛排都是一样形状 ,圆圆的 ,这一定是合成吗？答案：不一定 ,因为牛排是根据牛肉部位切割 ,每种牛排的部位不同 ,当然切割出来的形状也会不同 ,菲力牛排是里脊切割 ,一般是圆形或者椭圆形。所以 ,单纯从形状不一定判断出来。

看颜色

正常牛排颜色是一致的 ,不会出现几种不同颜色的状况。如果一块牛排 ,有好几种颜色 ,那就可以考虑下是否是合成牛排。正常的牛肉看上去颜色深红 ,表面粗糙且均匀 ,水分适中不会有太多溢于肉质外端 ,边缘处筋比其他肉要多。而假牛肉的颜色是加工出来的 ,不自然 ,且水分较多 ,边缘筋少。

看纹理

这点是判断牛排是否合成的关键 ,正常非合成牛排的纹理是自然的 ,一条连着一根 ,不会出现杂乱无章。如果纹理杂乱无章 ,找不到头绪 ,那就是合成牛排。

看筋路

非合成牛排有自然的筋 ,正常牛排在零下十八摄氏度冷冻下 ,筋路部位出现裂开是正常现象 ,仔细观察裂开部位 ,就会发现 ,肉与筋的部位 ,一丝丝相连接 ,而不是直接全部断开。

闻味道

正常的牛肉用鼻子闻有一股 膻 味 ,会透出一种牛肉的鲜味。假牛肉的这种 膻 味不太自然 ,且会透出各种香精的味道。

食材买多了怎么保鲜？

食材买多了不知道怎样保鲜？今天小编就给大伙安利一些厨房小贴士 ,掌握了它 ,你就变成生活小能手。

1.冻肉的窍门

平时谁家也不可能买一两肉吧 ,一般都是一斤以上 ,可一顿也不可能都吃了吧。直接放冰箱 ,下次吃的时候还得全化 ,这个窍门解决了这一麻烦。将买回来的肉洗净 ,滤滤水分 ,将滤好水分的肉切成自家一顿用肉的量 ,取和肉大小合适的保鲜膜将肉包好 ,放入冰箱冰冻室即可。

2.巧存豆腐

买来的豆腐 ,很容易变质 ,放在冰箱里最多只能存上两三天 ,而且容易发粘。把豆腐放在盐水中煮开 ,放凉后之后连水一起放在保鲜盒里再放进冰箱 ,则至少可以存放一个星期不变质。

3.分鸡蛋的窍门

前两天听朋友说她们同事买了个分蛋器做蛋糕 ,我还说买这个干什么呀？自己用蛋壳就分了呀。只需准备好盘子、干净的空饮料瓶、鸡蛋。将鸡蛋打入盘子中 ,用手按住瓶子 ,对准鸡蛋黄 ,手一松 ,鸡蛋黄就进入瓶子内了 ,倒出来的蛋黄 ,一点都没变形哦 ,如果暂时不用蛋黄 ,可以盖上饮料瓶的盖子 ,直接放进冰箱保存。

4.剥橙皮的窍门

用一个钢勺把橙子蒂部挖掉 ,挖一个比勺子略大的圆 ,然后把勺子贴着橙子皮插进去(勺子的弧度贴合橙子皮的弧度) ,一点一点撬开表皮即可。

记者 吕晓婷

洪荒券领你圣诞畅享美食

下周就是圣诞节啦 ,还在为女票、孩子的礼物发愁吗？不怕 ,送洪荒券啊！
双十一永康日报联合永城30多家优质商家推出洪荒券以来 ,永城朋友圈、商家与消费者之间掀起一股洪荒之潮。
江湖盛传 一册在手 ,永城我有 。这本洪荒券可以说包含吃喝玩乐购 ,推出以后受到了广大吃货、辣妈、潮人们的追捧。
你可以在圣诞节让女朋友去做个免费面部SPA、美甲 ,然后带着她去明珠自助餐厅一起免费享受一顿圣诞大餐。感受你们

独有的圣诞回忆。
你以为福利就这么点？只要购买了洪荒券还能享受到以下这些福利 免费洗牙、免费嫁接睫毛、免费摄影套餐、免费领取围巾、免费课程体验
我们给 利 ,你负责花。2016年洪荒券 ,永康日报感恩回馈 ,不解释 ,赶紧上车赶洪荒热潮。



(扫一扫即可购买)

农夫山泉17.5 橙 ,不止有点甜

冬季寒冷干燥 ,不仅皮肤缺水 ,还容易引发呼吸道和肠道等多种疾病。这时候 ,应该多吃些应季水果 ,补充营养元素 ,提高身体免疫力 ,橙子就是最佳选择。那究竟是多甜的橙子才最好呢？
最近有款叫17.5 的橙子 ,很受大众青睐 ,还成了水果界的 网红 。因为它的糖酸比为17.5 ,正好为标准范围的中间值 ,甜得可口 ,酸得怡人 ,口感最适宜。
想要每个橙子都能达到黄金甜酸比 ,优质的原产地很重要。2007年 ,农夫山泉选择在具有良好种植条件的赣南培育脐橙 ,并与当地农民建立了良好的合作关系。
采摘后的17.5 橙运到工厂后 ,必须在24小时内完成分选 ,精确测算每个疤痕面积 ,

并经过自动称重感应系统智能分级 ,再对每个橙子进行无损红外扫描 ,测定糖酸比。
经过一轮轮的筛选 ,脐橙完成了 竞争上岗 。打开一箱17.5 橙 ,每个橙子都能保证表皮完整度统一、个头均匀 ,外观和口感都是棒棒的。
今年起 ,消费者在市场上买到的每一个17.5 橙 ,都拥有一个唯一的二维码 ,只要扫描二维码 ,消费者就能知道这个橙的产地、生长环境和生长过程。
如今 ,17.5 橙已在永康淘上架 ,扫描右边二维码 ,即可下单哦。



(扫一扫即可购买)