

# 送年货 乐淘淘



随着春节临近,家家户户开始置办年货,一些消费者热衷于在各大年货展销会购置年货,有些年轻消费者则倾向于网购年货。为保证各位市民称心如意过新年,本报在此为您介绍一些挑选年货的妙招,让大家在新年里买得放心,吃得开心,穿得舒心。

### 如何挑水果

一到年底,大家走亲访友常常会选购新鲜的水果作为礼物,如何才能从众多鲜果中选出最佳的果品呢?

苹果主要品种为红富士,挑红富士应选看上去一丝一丝的,黄里透红的,这样的苹果一般是黄瓢,又脆又甜,微微有点酸味,味道很正。正宗的红富士苹果放在桌子上是歪的,颜色有些粉红,不是红成一片,也不能特别红。绿里透一点红的苹果千万不能要,这样的苹果味道淡,水分多,甜味差。

红枣表皮褶皱少的新鲜。新鲜的红枣比较饱满,果皮上褶皱较少的一般是当年产的。而且,好的红枣表皮经过擦洗后很光亮。颜色越深的越甜。不少人误以为枣的颜色深浅跟其新鲜度有关,颜色越深的越陈。但其实枣一旦被摘下,其表皮的颜色变化很小。通过表皮的颜色,我们可以判断枣的甜度。颜色越深的,成熟度更高,也就越甜。

橘、柑、橙、柚这几种都是柑橘类水果,外形相近,大致上体积呈递增样。

“高身橙,扁身柑,光身橘。”橘子的皮要亮,不论品种,中间有环形的是母的,比较甜,有点状的是公的;挑皮薄有弹性的,早橘汁多味甜,晚橘粗糙多筋。

橘、橙、柚都要选沉手的,外表要润光滑亮的,相反冬天流行的砂糖橘要选粗糙的。橙子要选底部有圈的,脐橙要选底下有凹下去的洞洞的,会比较甜。

柚子要选紧实的,同样大小的用手掂量,越重越好,皮要又硬又薄,用手按,按不下去的皮薄。蜜柚要选皮光滑的、颜色均匀的,果肉水分充足,甜味高,味道正。

常吃的瓜类水果有西瓜、哈密瓜、木瓜。下面介绍这几种瓜果的挑选方法。西瓜的花纹看起来像是撑开了一样,表面是凹凸不平的,绿色并且色泽较深,用一只手持托起,另一只手轻轻拍打,声音有点空洞,托着的手有震感的是沙瓤的,西瓜不熟,就是声音比较死。

哈密瓜要选网纹粗密的,瓜皮上有疤痕,疤痕越老越甜,疤痕裂开的,虽然看上去难看,但是甜度高,口感好;闻味道,香味浓的是成熟的,香味淡的可以放一阵再



吃;颜色呈金黄色的为好;手感要坚实微软,硬的是生的,太软就是要烂的了;瓜瓢为浅绿色的吃起来发脆,金黄色的吃上去发黏,白色的柔软多汁。

木瓜分两种,青木瓜和熟木瓜。青木瓜要选表皮光滑,亮青色,不能有色斑的,用来煲肉汤。熟木瓜要挑手感很轻的,这样的木瓜果肉比较甜。木瓜也分公母,肚子大的是母的比较甜,并且果肉比较厚。一般要挑鼓肚子的,颜色刚刚发黄,摸起来不要很软。如果表面上有点胶质,那是糖胶,这样的会比较甜。如果买回来马上吃,就要挑黄皮的,但是不要太软,如果要做成汤,要选没有完全成熟的青皮木瓜,如果要做成甜品,就要买红色的夏威夷木瓜,很甜。

### 如何选购安全禽肉

首先要看外观,新鲜禽肉皮肤有光泽,肌肉切面有光亮;变质的体表无光泽。新鲜的禽肉眼球饱满,角膜有光泽;变质的则眼球干缩凹陷,晶体混浊。其次,可以用手试试弹性和黏度。新鲜禽肉外表微干或微湿润,不粘手,经过指压后凹陷能立即恢复;而变质的外表干燥或者粘手,新切面发黏,手按了之后不能恢复原状并留有凹痕。

如果是买活禽现场宰杀,需要仔细挑选。一般说来,健康活禽的两翅紧贴身体,羽毛有光泽,较整齐,肛门处绒毛洁净。而两翅下垂,羽毛蓬松粗乱,肛门灰黑色,沾有白色粪便的多是病禽,不要购买。

### 如何挑选安全鸡蛋

不洁净的蛋壳可能会携带沙门氏菌等病毒。买回来的鸡蛋在存放前最好装入塑料袋内,以免污染冰箱内的其他食物。如果担心清洗会影响保存质量,可以用干布将沾染杂质物较多的蛋壳擦拭干净,再

装袋放入冰箱保存。

不论哪种鸡蛋,等量的蛋白、蛋黄,其营养含量都是差不多的。挑选鸡蛋,并非挑选其营养含量,更多的是挑选新鲜程度高和农残、药残,细菌少的鸡蛋。对于包装好的鸡蛋,首先要购买大品牌放心产品;其次要看生产日期,最好购买7天以内的,这样的鸡蛋能保证新鲜。

### 如何选购食用油

透明度。油脂的透明度可以说明油脂的精炼程度,磷脂水分和杂质的多少,以及有无掺假使杂等。测定鉴明的,先将油脂搅混,然后倒入1个玻璃杯中,静置24小时,透明不混浊,无云雾状的悬浮物为好;有悬浮物次之。

气味。用手指蘸点油,抹到手中,搓后闻气味。无异味或哈喇味的油质量好。

滋味。应具有油脂所特有的滋味,将锅烧热,加油,无焦臭、酸败及其他味者为好;有异味者次之。

另外,在挑选香油的时候也应注意:纯正的小磨香油呈红铜色,清澈,香味扑鼻,若小磨香油掺猪油,加热就发白;掺棉油,加热会溢锅;掺菜籽油,颜色发清;掺冬瓜汤、米汤,颜色发浑,有沉淀。

食用油按来源分,有大豆油、花生油、玉米油、橄榄油、葵花油、菜籽油等还有各种各样的调和油和营养油,难免让消费者眼花缭乱,不知如何选择。植物油也好,动物脂肪也好,都是由“甘油”和“脂肪酸”组合而成。甘油都是一样的,脂肪酸却有“饱和”、“单不饱和”和“多不饱和”之分。这三类脂肪酸各有利弊,各有特点。在天然油脂当中,三类脂肪酸同时都存在,只是比例上有所差别而已。



中国驰名商标

## 热烈祝贺“山东帝豪酒业有限公司”

### 荣获2012中国最佳浓香型白酒生产示范企业 帝豪酒荣获白酒行业最具成长力品牌称号



地址：山东省枣庄市经济开发区汇泉路南

电话：0632-3265999