怎样贮藏冬菜

一　白菜

贮存的白菜需要经过晾晒，取掉黄帮烂叶，然后贮存。

1、空心保存。取南北向，菜根相对，间隔20厘米，挤紧摆成两个单排，这是第一层；第二层起，还要每隔50厘米在两个单排间连接一棵菜；依此码4—6层高，上面的口子敞开。

2、平地摆存。也取南北向，菜根向下，挤紧摆成1米多宽的长方形，四周壅土，再沿中线每隔50厘米拔出一棵菜，拔出的口子作通气口排热湿气。

3、空心堆存。菜根向里，挤紧摆成圆圈，这是第一层；第二层起每层减少两棵菜，码5—6层高，上面的口子敞开。

保管的方法：平常苫盖草帘或塑料薄膜，防风吹日晒；气温在－5°C以下时，要封通气口，加盖草帘防冻。

二　萝卜

贮存的萝卜应选择质量好，新鲜的，削头去尾，然后贮存。

①少量贮存，可用新鲜黄土埋藏或装塑料袋存。②存量大，宜采取半地下窖，窖深50厘米、宽1米多，窖底纵、横向挖通气沟。在通气沟上平摆一层萝卜，在通气沟交点插1米多高的草把子，再把萝卜倒进窖里，堆出地面高约50厘米，四周壅土，上面苫盖草帘或盖土10厘米。窖藏的保管方法，平常保持通气畅通，气温在－5°C以下时，半闭通气口，加苫草帘或增盖土10厘米。

三　注意事项

家庭贮存菜，在向阳处，注意防日晒和高温起热；在背阴处，注意防风吹冰冻；室内，注意离开炉灶和取暖设备。

（西安市秋菜冬贮办公室供稿）

刊头设计　周　末

如何节用液化石油气

通好风

液化石油气完全燃烧时，火焰应呈浅蓝色，但在使用中常会出现冒黄火的现象。这是液化石油气通气不良没有完全燃烧造成的，既浪费了燃料中的很多能量，时间长了也会损害人体健康。这时应该开大风门，增加一次空气量，火焰就可以恢复正常。

调好压

液化石油气在燃烧过程中，有时火焰会飘浮在火眼的上方燃烧。这种现象叫做脱火，是由于液化石油气的压力过大造成的。这不但浪费，而且容易灭火。这时应立刻关闭开关，待压力调节好后再点燃。一般商店供应的减压阀，若有说明已调好压力的，可不必再自己调整。

火勿大

根据测定，用直径二十四厘米的水壶烧开水，用小火烧比用大火烧，可节约百分之十七的液化石油气。这是因为火焰过大，火苗就会窜到外面来，从而造成热量的浪费。

用余热

为了节约使用液化石油气，使一罐液化石油气能够多用些时间，可在平底饭锅外面加一个与锅壁保持五毫米空隙的金属圈，金属圈的高度以三至五厘米为宜。做饭时，先把金属圈放在煤气灶上，然后再把饭锅放在金属圈里面。加了金属圈后由于充分利用了液化石油气燃烧后的余热，可以大大节省液化石油气。根据测定，加金属圈的煤气灶比不加的可节省液化石油气百分之八。若购买商店销售的"余热器"，则更为节省。

选好锅

用煤气灶做饭时，应尽量少用铁锅，多用铝锅；少用尖底铝锅，多用平底铝锅。这是因为铝锅比铁锅导热性能好，省煤气；直径比较大的平底铝锅比尖底铝锅省煤气。

（戈　蓝）

家庭如何贮存鸡蛋

一、谷糠贮藏法。根据鸡蛋的数量，用大小不同的箱子、土缸等，先在底部铺一层谷糠，放一层鸡蛋，再盖一层谷糠，放一层鸡蛋……，这样直到装满，放在阴凉处，避免光照和潮湿，每半个月检查一次，发现坏蛋及时清除。

二、草木灰贮藏法。把鲜蛋放在土缸或瓷坛子里，逐层用草木灰盖好。装满以后加盖盖严，放在阴凉、干燥、避光的地方，每隔10至15天检查一次，一般可保鲜三个月以上。

三、热烫贮藏法。把鲜蛋洗净，用60度左右的热水浸烫10分钟，使蛋清的最外面一层受热凝固，能防止细菌的侵入，使鸡蛋保存两个月以上。

四、石灰水贮藏法。采用生石灰，按一斤石灰兑入二十斤清水的比例，把石灰水搅匀，待澄清后注入瓷坛子内，把新鲜鸡蛋浸入石灰水内，可以保存三至四个月。

五、油脂贮藏法。将鸡蛋洗净凉干，涂一层生豆油或菜籽油，放在缸内，置于阴凉处。这样可防止细菌侵入和鸡蛋内水分蒸发，能保存二至三个月不变质。

（解玉秀）

你会烹调马铃薯吗？

马铃薯营养丰富，除含蛋白质、脂肪、碳水化合物外，还富含维生素C，每100克高达30微克以上，比起寒冬常吃的一些蔬菜、水果来，有过之而无不及。寒冬蔬菜淡季，它就成了餐桌上的主角。马铃薯吃法多样，但必须注意它的烹调方法，才能做得美味可口。

一、削过皮的马铃薯如不马上烧煮，应浸在凉水里，以免发黑；但浸泡太久，也会使其中的营养成分流失。存放久的马铃薯表面有蓝青色的斑点，在煮马铃薯的水中放些醋，斑点即可消失。

二、马铃薯应该用温火煮烧，才能均匀地熟烂；急火煮烧，外层熟烂开裂，里面却仍是生的。粉质马铃薯一煮就烂，即使带皮煮也难保持完整，用于冷拌，可放一些腌菜的盐水或醋同煮，就能保持完整。

三、马铃薯煮熟后，用冷水浇一下，剥皮就很容易。发绿或发芽的马铃薯一定要去皮煮，并把发绿的部分和芽眼挖去，不然吃了容易中毒。

四、炸马铃薯时，油锅要烧热。不要过早地放盐，要等整个马铃薯都炸黄后再放盐。否则会使其汁水流出，影响形状和颜色。

五、做马铃薯泥最好选用粉质的，并在煮熟而尚未冷却时，把它们碾碎。在泥里加些奶油或牛奶，味道就更松软细腻。加牛奶一定要趁热加，凉了加会变成灰颜色。再掺入生鸡蛋、面粉和调味品，做成丸子，入油锅炸至色黄，味美可口。

六、马铃薯去皮后，切成条或片状，油炸至金黄色捞出。锅内放白糖少许，溶化后倒入炸好的条、片，粘糊后出锅，上盘再撒上白糖。这样挂霜的马铃薯洁白晶莹，你一看就想吃。

（幸钰）

手表如何上弦

手表的上弦，也称开发条或上条。一般说，机械手表除自动表外，每天都要上弦。至于什么时间上弦，并无关紧要，问题是，每天要有一个比较固定的时间，如晚上或早晨等，可视不同习惯而定。上弦时，一定要把条上满，因为，发条上满后，它在一天中所输出的力矩变化较小，这样，走时比较准确。上弦时应该注意两点：一、在接近发条上满时，用力要缓慢些，以避免损坏表机零件；二、要单方向旋转表把上弦，以防止机件不必要的磨损。

（佟旭昭）

新旧鞋号换算法

新旧鞋号怎样换算？可参照这个公式：旧鞋号加10再除以2等于新鞋号。如旧鞋39号，则39加10再除以2等于新鞋号二十四又二分之一。

（光中　荐）

用卫生球贮存衣物不好

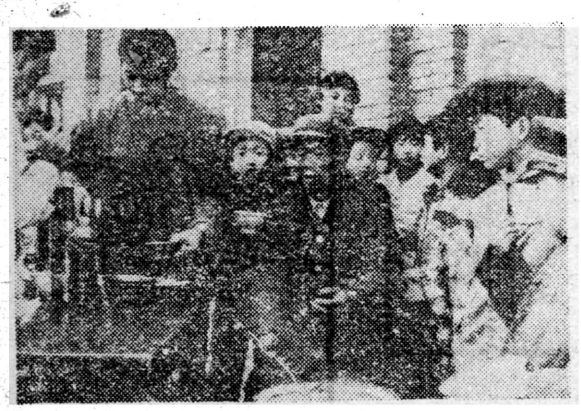
卫生球，又叫樟脑丸、卫生丸、臭弹。其实把卫生球叫樟脑丸是"张冠李戴"。樟脑丸的化学成分是樟脑，是一种萜烯类化合物，从樟树的根、干、枝、叶的蒸汽蒸馏产物中分离而得，或以松节油为原料制成。而卫生球是用萘做的，萘是一种有机化合物，可从炼焦油中提取。这种白色结晶物很容易挥发升华，人如果长期吸入含萘气体，可引起头痛、无力、食欲减退、恶心、皮肤过敏等反映，严重的可出现视力障碍和肝脏损伤，这对儿童危害更大。

有位妇女在医院生了个儿子，家里人很高兴。由于是中年得子，家里小宝宝的衣服已放很久了。可不知为什么，自从孩子回到家后，就不爱吃奶了，并且还出了皮疹。家里人吓坏了，赶快把孩子送往医院，可当孩子一住院，穿上医院的衣服后，病马上就好了。再一回家，病又犯了。这一切引起了医务员和科研人员的重视，化验结界，原来是孩子衣服卫生球施放过量，导致孩子过敏了。

看来，卫生球对人体的确有害，不仅如此，它还可使衣服寿命缩短，化纤牢度下降，白色织物泛黄。目前国际上有些国家已禁止把它用于日常生活了。

那么什么贮存衣服最好呢？是樟脑精块。

（卫　永）



西北有色金属地质机械厂子校，为了使学生冬季课间加餐能吃上热汤热饭，请来了个体户罗全海专为孩子们制作味美价廉的豆腐脑。　俊忠　子龙摄

怎样做泡菜

做泡菜并不难，首先是泡制菜卤。基本原料是盐半斤，白酒2两，糖2两，干辣椒2两，花椒少许和水8～10斤。但各地风味不同，四川泡菜的盐和辣椒稍多，脆酸咸辣；广东泡菜加糖多一点，甜酸微辣。不管哪种风味，菜卤中不能加醋。把这些原料放入盆中，把水浇开冲入，晾凉后即为新卤，口味稍淡；泡过几次，或为老卤，香味就浓了。泡菜卤越陈越香，泡菜成熟也快，保存好老卤是做好泡菜的关键。其次，制好菜卤，倒入泡菜坛，菜坛要擦洗干净，不能沾有生水。放入的菜，先要洗净晾干，不能带水。第三，泡上菜后，盖盖，在坛口沿上浇一点水，使盖把坛口密封起来。新卤泡制时间一星期即可，老卤二至三天即可；热天一至二天就可以吃。第四，拣取泡菜，先要转坛子盖，迅速揭开，防止带入生水，拣菜的筷子要干净，不能有生水、油迹，否则菜卤变质。如果不注意，菜卤长了白膜，加点白糖（一汤匙），酒（1～2两）或1～2棵芹菜，隔一两天即可散去，如菜卤发霉，多加些盐，打开盖，晾几小时，连续晒两三次，就可去掉。

（光中　荐）

「常明灯」不好

有人习惯于晚上睡觉不关灯，这不只是一种浪费，同时，对身体也有害。

光线与心理、人体有着内在的、直接的联系，人体有一种意想不到的方式利用着自然光线。过久的灯光，会扰乱生物体内精巧的自然平衡和身体内控制新陈代谢的「生物钟」，从而使人产生一种压抑心理。久之，会使人心慌意乱、脉搏加快、血压升高，严重者会造成慢性病。

再者，在光线的刺激下，人不能很快入睡，甚至失眠或多梦。患有眼疾的人，灯光下睡觉易流泪，会加重病情，害处更多。

（卢学锋　辑）

怎样洗羽绒服

先将羽绒服在清水中浸透后，再放入温洗衣粉水内洗涤。用软毛刷轻刷，勿揉搓。油污渍可用汽油轻轻擦去，勿绞。去污渍后用清水过净，然后将衣摊平挤压出水分挂在衣架上晾干。勿曝晒，但需干透。

（温书民　荐）

高风亮节　　祝友民

来信照登

编辑同志：

我们买的「日本签字笔」，笔尖太易损坏，用了不几天，就无法再用了。眼睁睁两块多钱就摆了。请问哪里有换这种笔尖的地方？如无，就请大家不要再上当了。小事一桩，敬盼回答。谢谢。

宝鸡渭滨区法院　朱存居

小默幽

甲乙两人在评论一幅油画，画面上只有作者的名字，但没有题目。

甲：你能猜出这幅画画的是傍晚，还是早晨么？

乙：我敢断定这不是早晨。

甲：为什么？

乙：因为我认识这位画家，他从来不起早。

（俊子　辑）