



主持人:淑怡 邮箱:jiashipindao@163.com
博客:http://huixinrelian.blog.163.com



慧心:心理咨询师
信箱:
huixinrelian@163.com
热线:0531-86701327
每周一下午2:30-4:30

夏天如何 让粮食不生虫



上期茶友求助: 小灵来电说,天变热了,家里橱柜里的粮食还有很多,全部放在冰箱里放不开。她想请教下午茶茶友,有什么好方法让粮食安全过夏不生虫?

茶友支招:

天气变热后,我奶奶便在米袋里放几瓣大蒜,奶奶说这样就不会生虫了。

——小丫

用纱布缝几个袋子,装上花椒,然后放在盛粮食的容器里就可以了。我一直用这个方法,效果很好。

——林女士

我婆婆买回粮食后,总是先把粮食放进冰箱冷冻上一天,她说这样可以把虫子或虫卵冻死。取出后装进小口的塑料桶中,她喜欢用1.5升的矿泉水瓶,放在阴凉通风处,就不会生虫了。她主要是用这个方法保存绿豆,因

为夏天绿豆的食用量比较大。其他粮食则不会买太多。

——晓静

我觉得最靠谱的方法就是把粮食放在水箱里。我家水箱里放的基本都是各种杂粮,为了让粮食不生虫,我特意买了一个大水箱。

——梦竹

只要与空气阻隔,就能防止粮食生虫。所以,可以把粮食放在密封性好的容器内,比如大的可乐瓶子里。现在超市可以买到抽真空的包装袋,夏天储存粮食很实用。一袋袋地封闭好,然后存储在密封性好的储物盒里,盒子里放点大蒜、花椒等气味大的食物,效果会更好。

——张然

将大米等粮食放入干净的容器内,用一酒瓶装100-200克白酒,开口埋入米中,瓶口略高于米面,将口密封,可防止大米生虫,切记容器口一定要封严。

——芝芝

海带可以防止大米生霉。在大米中放进干海带,可杀死害虫抑制霉菌。7天后可杀死99%以上的粉蛾和蛾类害虫,并吸收大米3%的水分。每隔10天需要取出受潮的海带,换上干海带。取出的潮湿海带经晾晒后还能继续使用。

——贝尼

超市里能买到食品专用的炭片。放在粮食里有驱虫作用,我用过,效果还不错。不过我觉

得最好的方法就是不存太多粮食,随买随吃。

——李希

淑怡小结:

夏天粮食生虫实在是让人头疼的事情。茶友分享的方法都很实用,也很安全,不妨试试看。我家里有很多密封罐,各种米和豆子都分别装在里面,每样都不会买太多,冰箱有空就放冰箱里,没空就放阴凉干燥处。要想粮食不生虫,主妇要勤快,一是常常自己开火烧饭煮粥,尽快把粮食吃完;二是常常检查粮食的情况,一旦发现生虫立刻着手处理。

——秋叶

秋叶读者:

你好,的确有一部分女性在离婚时主动放弃了孩子,但她们是否因此得到了比单亲妈妈更幸福的婚姻,目前尚无数据来比较。

我认识一位女性,32岁时离婚,当时她考虑到孩子会成为再婚的障碍,所以放弃了女儿的抚养权。转眼10年过去了,她依然是孤独一人。再婚的路并没有因为她放弃了女儿的抚养权而顺风顺水。现在的她非常后悔没有把女儿带在身边。她对我说,“如果女儿在身边,我有她作伴,不会生活得这样寂寞,病了也有个人端水送药。”她说,“我是一个自私的母亲,一个只考虑自己幸福的母亲,现在的寂寞孤独是上天对我的惩罚。”她的这几句话我一直记在心里,也不断在思考,是否所有的母爱都如我们歌颂的那样伟大和无私?

汶川大地震时,有一幕感人肺腑的画面。一个年轻的妈妈用自己的身体护住了身下的小婴儿。我想,这个妈妈或许不会有你这样的犹豫和纠结,为了孩子连命都可以舍弃,更何况一个未知的婚姻?带着你的问题上网,我看到这样的观点,“如果爱自己胜过爱孩子,不要孩子;反之,再苦再难也要和孩子在一起。”毫无疑问,你是爱孩子的,但你似乎更爱自己,怕孩子影响到你未来的幸福,所以,会有这样的犹豫和纠结。不妨静下心来,倾听自己内心的声音,“对我来说,是孩子重要还是再婚重要?”当这一点了然于心时,你自然会作出妥当的选择。

三岁,正是孩子和母亲建立依恋关系的重要时期,从孩子心理健康的发展来看,我的建议是不要和孩子分开。放弃孩子的抚养权和放弃孩子的抚养责任是两回事。有这样一位女性,因丈夫出轨而离婚。因丈夫的年薪是她的十倍,所以在丈夫并不想要孩子的情况下,她依然坚持把孩子判给他。她坚信,孩子跟着父亲,能获得更大的利益,比如,将来他会有能力送孩子出国留学,而自己却做不到。但她放弃的只是法律上的抚养形式。事实上,自离婚后,孩子便一直由她带在身边照料。她说,“作为父母,我们都有责任给孩子最好的。”她现在的丈夫很疼爱她,但这绝不是因为她“没有”孩子,而是她的人格魅力令他欣赏和珍惜。

以目前的婚姻法,大多数女性再婚后,能够再次做妈妈的机会都比较小。秋叶,如果你此生再有机会生第二个宝宝,你会如何选择?有母亲说,这世上有成千上万个男人可以做我的丈夫,但是,孩子却只有一个,无法替代。

我的想法是,先别急着做决定,尤其在情绪不稳定时。家人朋友的建议只是参考,选择的权利始终在你手中,因为任何人都无法也无权代替你来生活。

无论如何选择,慧心以一个母亲的角色希望你能把孩子带在身边,陪伴孩子长大。你给予孩子的关怀和陪伴,对孩子日后性格乃至人格的形成都将意义深远。祝福深深。

慧心

紫灵来电说,初夏的太阳火辣辣的,照在身上脸上炙热无比,她想请教下午茶的朋友,初夏如何保护肌肤不受紫外线的伤害?欢迎大家热心参与讨论,也欢迎提供下午茶聊天话题。

邮箱:jiashipindao@163.com 博客:http://huixinrelian.blog.163.com

下期话题

初夏,给肌肤撑一把保护伞

♥家有儿女♥

“聪明妈妈”是孩子最大的幸福

文/赵荣发

美国的“虎妈”走红网络,也成为诸多媒体关注的焦点。人们对这位“性格妈妈”教育孩子的方式有着不同的看法,但有一个观点却是相通的——作为“孩子的第一任老师”,父母学会如何教育孩子,有着至关重要的意义,其中,妈妈的作用或许更大。

我的手头就有两个比较典型的事例。

小女儿丁叶的妈妈是个医生,他们的家就在城区的一个新村里。上小学报名的第一天,她妈妈带她去学校,临出门时,妈妈叮嘱丁叶:“好好记着路,以后上学,放学就要自己走了。”丁叶很惊讶地看着妈妈:“啊?全靠我自己啊!”妈妈说:“对。学校离我们家不过一站路,你只要记住沿着人行步道,过马路时走斑马线就可以了。这点小事情,妈妈相信你一定能行。”

妈妈的“狠心”还表现在其他方面。有一次,丁叶在家里做完作业收拾书包时,一不小心将数学书漏在了书柜上。妈妈看到后提醒她,她却急于看动画片,嘴里连声答应,事后却又忘了。第二天,丁叶到了学校后想起了这件事,赶快打电话到妈妈的单位,要她帮忙把书本送到学校里来,没想到被妈妈一口拒绝了:“不行,妈妈马上要查房了,不能随便请假。再说,昨晚我提醒过你了,你没动,这是你的责任,后果也要你自己承担。”结果,丁叶当天上午数学课前,只得得到另一个班的同学那里借了一本书,才算没出洋相。



上学靠自己,衣食也得自立。丁叶很小时,就学会了擦皮鞋、扫地、洗碗。从小学四年级起,她就经常自己洗校服,爸爸妈妈不在家时,自己煮面条、做蛋炒饭吃。

丁叶现在已经是一所重点高中的学生会副主席,在说到父母对自己的教育时,她特别提到了妈妈:“是妈妈让我从小学会了独立自主,使我获益匪浅。”

与丁叶妈妈相比,陈阿姨则算得上是个苦命人。她早年丧夫,几年前,随着企业改制,陈阿姨成为一个“下岗工人”。当时,她的一对双胞胎儿子正在读初二,原本拮据的家庭显得更加困难。

陈阿姨的脸上却始终找不到沮丧的阴云。她对两个孩子说:“天不会塌下来的,妈妈会重新找到工作,你们只管认真读书就是了。”从此,陈阿姨想方设法寻找各种工作,她到一家商店站过柜台,也在小区里扫过地,后来做起

了家政。她同时兼了几份钟点工,有一段时间,每天要做三四户人家,回到家里时常常已是疲惫不堪。两个孩子看在眼里,疼在心里,于是经常抢在母亲前面,洗菜烧饭洗衣服。每当孩子们为自己盛饭添菜时,陈阿姨憔悴的脸上便露出了笑容。她对两个孩子说:“有你们这份孝心,我再苦再累也是值得的。”

听了母亲的话,兄弟俩读书更加刻苦认真了。如今,这两兄弟都考上了大学,在一次小区“假日学校”举行的座谈会上,他俩对着大家说:“母亲的坚强和乐观,是我们健康成长的最好营养。”

好妈妈是多样的,但是,无论家庭是富裕还是贫穷,也不管出身是高贵还是贫贱,让孩子懂得吃苦耐劳,学会自立、自强,则是相似的。一个漂亮的妈妈固然是孩子的骄傲,而一个擅于教育之道的“聪明妈妈”,则更是孩子最大的幸福。



鸡蛋放到 常温再打

许多人打鸡蛋,都是直接将鸡蛋从冰箱里拿出来就打,其实并不对。正确的方法是,将鸡蛋从冰箱里拿出来放到室温后(或者在温水中放一会儿),再敲开蛋壳开始搅打。因为温度较低时,蛋白质的起泡性会大大降低,从而影响打鸡蛋的效果。另外,做蛋糕或需要利用鸡蛋的起泡性带来蓬松感的菜肴也要同样注意。

炒菜用油与放 盐时间有讲究

用花生油炒菜:如果用花生油炒菜,应先放盐再放菜。因为花生油中可能含有黄曲霉菌,盐中的碘化物能除掉这种有害物质。

用大豆油、菜子油炒菜:如果用大豆油或菜子油炒菜,应在菜肴出锅前放盐,这样可以减少菜肴中维生素的损失。

用动物油炒菜:如果用动物油炒菜,可以先放一小部分盐,以去除荤油中残留的有机氯农药,剩下的盐可在菜肴将熟时放入,这样菜肴会更加可口。