

生活 实验室

帮办

热线电话: 66778866 (24小时)

● 记者:郑凤玲 电话:18638358919
● 编辑:焦琳 电话:18739080601
(9:00~12:00 15:00~18:00)

有啥不方便 大家帮你办

冬瓜5分钟、牛肉丸10分钟……

网传“火锅烫菜时间表”靠谱吗?

核心提示

□记者 赵夏楠

冬瓜5分钟、平菇6分钟、鸭血10分钟以上……近日,微博上一则“火锅烫菜时间表”为吃货们提供了方便,也引起网友们的热议。

今日立冬,天将越来越冷,热腾腾的火锅必将成为吃货们的心头好,可这份“火锅烫菜时间表”是否靠谱?有没有科学依据?记者为您一探究竟。

无骨凤爪15分钟	鱼头15分钟	鲈鱼15分钟
肥肠10分钟以上	鸭血10分钟以上	鸡肾5分钟
老肉片(厚)10分钟	牛肉丸10分钟	牛百叶5分钟
三线肉(厚)10分钟	平菇6分钟	河虾5分钟
那花5分钟	茼蒿5分钟	海带5分钟
冬瓜5分钟	海白菜5分钟	笋子5分钟
香菜丸子4分钟	黄喉2-3分钟	豆皮2-3分钟
萝卜3分钟	豆芽3分钟	花菜3分钟
豆干2-3分钟	鱿鱼2分钟	藕片1-3分钟
鹌鹑蛋1分钟	香菜最多1分钟	黄瓜直接吃
午餐肉可直接吃	番茄可直接吃	酥肉可直接吃

火锅烫菜时间表 (微博截图)

白马集团生活区将纳入市政集中供暖

市热力公司正在该生活区施工,如有疑问可拨64855158进行咨询



□记者 许晓洁

距离11月15日越来越接近,人们对供暖问题的关注也越来越多。牵涉到供暖工程施工的小区居民更是把心提到了嗓子眼。

由于白马集团要搬迁,往年由白马集团内部热源供暖的白马集团生活区,今年将由市热力公司供暖。相关工程施工何时完成?今年冬天,该生活区能否正常供暖?白马集团生活区的居民们非常关心这些问题。

昨日,记者来到白马集团生活区。一听说记者来采访供暖问题,不少居民都希望记者帮忙打听,今年冬天该生活区能不能正常供暖?

市民符先生说,往年,生活区都由白马集团的热源供暖,今年改由市热力公司供暖。现在,相关工程的施工仍在继续,不知今年冬天他和家人能不能用上暖气?

市民左女士说,她年纪大了,怕冷,现在都穿着棉袄,她期待暖气早点来。

市热力公司工作人员说,因白马集团要搬迁,其生活区104栋家属楼申请今年纳入市政集中供暖。

市热力公司接到任务后,进行了供热基本情况摸底,并确定了供热方案以及供热工程设计等工作。

为减少扰民,市热力公司采取分段施工的方式,开挖一段路,铺设一段管道,恢复路面平整后再开挖下一段。为尽量减少施工给交通带来的压力,他们采用白天开挖地沟,晚上下班的工作方法,并派人协助疏导交通。

市热力公司工作人员说,要将白马集团生活区纳入市政集中供暖,需要铺设热力主管网620米。施工现场附近车流量大、地下管线复杂,给施工带来了不少困难。目前,他们已经铺设500多米主管网,力争在11月15日前完成施工。市热力公司的服务热线为64855158,如有疑问请拨打电话咨询。

有部分市民反映往年家里暖气片不热、管道漏水、室温不达标等问题。为此,我们联系了有相关资质和维修经验的市祺祥暖通公司,如有需要可拨打62788657和13373772097联系该公司,该公司提供上门维修服务(如需材料,用户自理)。

网传“烫菜时间表”比较靠谱

实验人员:两名记者、市民张先生和市民王女士。

实验材料:冬瓜、平菇、香菜、萝卜、鱼头、牛百叶、厚羊肉片。

实验方法:我们将食物分别下锅,按照表格里的时间开始煮。

约5毫米厚的冬瓜煮5分钟左右,捞起来后瓜瓤过软,靠近瓜皮的部分刚刚好。煮的时间越长,冬瓜就越软,用筷子难以夹住。

平菇煮4分钟左右略有些生,5分钟以后就熟了,时间正好。若时间过长,平菇过软,味道就不那么鲜美了。

香菜煮到1分钟时,有些软,偏爱爽脆的食客可能不喜欢。

萝卜煮到1分钟的时候,辣味仍然较重,且很脆。不过,萝卜属于可以生吃的蔬菜,可依个人口味决定。

因为没有老肉片,我们就用厚的羊肉片来代替,厚羊肉片煮到8分钟左右时,口感较好,比较滑嫩,10分钟左右时,完全煮熟。

牛百叶煮5分钟左右,比较厚的部分还不完全熟,吃起来有些腥。不过,这也可能和选择的牛百叶有关。

鱼头煮到10分钟左右的时候,依附在鱼头外层的肉基本熟了,吃起来没问题,但是鱼头内部的肉还

带点儿腥味,并没有熟透。15分钟的时候,整个鱼头都可以吃了。同时,我们花了近30分钟煮了一个鱼头,夹起来的时候发现,鱼头上的肉有些已经煮化了,融在了锅中。

实验结果:按照表格里的时间,食物基本能煮熟。

市民张先生说,像黄瓜、香菜等可以生吃的食物,没必要煮那么长时间;海鲜类食物煮的时间短些,吃起来会更鲜美。

市民王女士说,因为不常做饭,对于食物何时煮熟的确不太了解,这个表格把时间都列出来了,以后吃火锅时,心里就有数了。

服务员会根据情况提醒顾客煮菜时间

随后,记者走访了我市几家生意红火的火锅店。

大多数店员说,因为顾客的喜好不同,他们一般不会干预食物的下锅时间,但是像虾滑、鱼滑、毛肚等食物,他们会提醒顾客煮的时间

稍微短一些,这样口感会更好。

记者实验“火锅烫菜时间表”时发现,红油锅不如清汤锅沸腾得快,记者想,若红油锅与清汤锅温度不一样,实验结果会不会不同?洛龙区一家火锅店的店员表

示,因为红油锅内会放入一些花椒、辣椒等配料,所以本身比较难煮沸。

洛阳外国语学校教师公伟贵也作出了解释,红油锅和清汤锅均煮沸以后,温度是接近的,食物煮熟用时基本一样,不会有太大影响。

营养专家:肉类要煮熟,蔬菜可轻煮

河南科技大学第二附属医院营养科副科长任静说,吃火锅要以卫生、健康为原则,不要贪恋口感,肉类含有寄生虫、细菌等,因此要煮熟再吃;黄瓜、香菜、生菜等常见蔬菜,煮久了会损害其水溶性维生素,

营养成分会流失,所以建议不要久煮。

任静还建议,许多人吃火锅时,刚从锅里捞出便急于食用。过烫的食物会对胃和食道造成轻微损伤,食物还是晾凉了再吃好。

“不少人吃完火锅后,喜欢喝

火锅汤,认为这种汤涮过肉、菜等食物,营养丰富,其实,这种观点是错误的。”任静说,火锅汤经过长时间熬煮,不仅溶解了食物中的大量嘌呤,还富含油脂,常喝这种汤很容易诱发或加重痛风等疾病。

<h2>出租转让</h2> <p>刊登热线: 63232112 63232113</p>			<h3>厂房、仓库、办公楼招租</h3> <p>龙门大道大杨路路段望城路科技中专西隔壁内有钢结构厂房4000m²,带天车,办公楼1600m²,车间1200m²,水电齐全,另有职工宿舍。13937978017</p>	<h3>16亩独院转让、出租</h3> <p>距市区20公里一偏僻独院有动力电,简易房400m²,适合易燃易爆危险品仓储,开办有污染、噪音工厂或养殖。13526973781 18625792773</p>	<h3>招租</h3> <p>3层楼共63间,1628m²。临街地8亩,工业用地20亩。电话:65810990</p>
<h3>旺铺转让</h3> <p>涧西区天津路景华路交叉口西100米,转让价格面议。联系电话:13303791630</p>	<h3>厂房出租</h3> <p>310国道南,国家牡丹园后,厂房1000余平方米,空地2000余平方米水泥地面,办公室6间水电路三通,有意联系符先生。电话:13938895848</p>	<h3>150万元转让</h3> <p>许昌环境优美的养、种植基地50亩,有鱼塘、果树、优良种子鹅2000只即将产蛋,证照齐全,设备、设施齐全,水泥路面,房子14间,年租金5000元18237407324刘</p>	<h3>大型仓库招租</h3> <p>310国道与国花路交叉口宏进农批隔壁有仓库36000m²,领鲜-18℃冷库6000吨,对外招租。郑13937969355 廉13838434004</p>	<h3>浴池转让</h3> <p>因转行转让位于西工黄金地段的大众浴池,证照齐全,价格面议。电话:15038666662</p>	
<h3>旺铺出租</h3> <p>万达成熟商圈建业世纪华阳旺铺,上下二层共300余平方米,出租或转让,此排有劲霸、苹果等专卖店。电话:13592093723</p>	<h3>厂房出租</h3> <p>高新区周山路三山工业园区有一新建厂房,车间面积580m²,5吨行车,有配套办公室和职工宿舍。交通便利,水电齐全,现招租。13603962166 18637996866</p>	<h3>厂房出租</h3> <p>位于王城大道和连霍高速洛阳出口处,有6亩独院,内有框架结构1500m²,部分车间1房1000m²,水电齐全,交通便利,欲出租。电话:15037900777</p>	<h3>厂房出租</h3> <p>王城大道龙海铁路桥北侧,部队大门口,有厂房约1500m²,办公室600m²,水电齐全,交通便利,实地考察,价格面议。15838512646</p>	<h3>厂房招租</h3> <p>洛阳高新开发区,辛店镇后营村西段,洛宜路边,独院,水电齐全,砖砼结构,上下二层,1700平方米。13015571030 13523798656 刘</p>	
<h3>厂房、办公室出租</h3> <p>洛龙区开元大道,办公室2000m²(20余间,精装修,有办公家具);厂房6000m²(独立临街大门);均可分租,适合公司、工厂等。13849966186 夏</p>	<h3>旺铺出租</h3> <p>老城区十字街繁华地段商业旺铺2800m²招商,一层1380m²,二层1420m²,独立物业,水电齐全。电话:18638896165 闫先生</p>	<h3>厂房场地出租</h3> <p>洛阳市瀍河(310国道)工业园区附近,有厂房场地(可建厂、做仓库使用)需招租,价格面议。18638868386 15978669437</p>	<h3>酒店对外承租</h3> <p>九都路中原菜市场附近营业中酒店,装修中档,设施齐全,接手可营业,现对外承租。电话:13295984800</p>	<h3>欢迎刊登</h3> <p>每周三、周五刊发</p>	

友情提示:本栏目仅为信息提供和使用的双方搭桥,信息内容的真实性、准确性以及由此产生的后果,由信息提供者负责。您使用这些信息时,请注意查验各种相关文件和手续。