

洛阳·消费



银耳炖雪梨



□见习记者 王雨 文/图

甜中带苦的柚子、甜滋滋的橙子、清凉的雪梨……有了这些水果，寒冷的冬天也可以甜甜的。哪种橙子甜？哪种柚子水分足？家住西工区的姚先生有一套挑水果的“绝招”。

12月9日，洛阳晚报记者跟随姚先生，一起来到家乐福超市，“这里的水果挺好吃，价格也实惠，我家的水果都从这儿买”。

- 柚子是重的好还是轻的好
- 赣南橙和脐橙哪个更好吃
- 丰水梨和皇冠梨有何不同

用“绝招”挑水果 不愁买不到好的！

水果一：柚子

价格：胡柚每斤 1.58 元、黄皮柚子每斤 2.98 元、红心柚子每斤 6.58 元

挑选要领：又重又硬的柚子皮薄水分多，顶部太尖的柚子不要买。

柚子味苦，却是冬季降火气的不二选择，下火的水果，肯定要带点苦味。姚先生来到摆放柚子的货架，

“这个叫胡柚，和橙子长得特别像，但是比橙子个头大”。胡柚是柚子中最苦的，姚先生说，个头较大的黄皮柚子苦味比较淡。

“挑柚子一定要选重的，轻的柚子里全是皮，瓤都是干巴巴的。”姚先生双手捧起一个大柚子，掂了两下，“这个就挺沉，买柚子要

选3斤左右的，少于3斤的一般还没长熟，不好吃。”

除了看重量，还要看形状，姚先生说，顶部特别尖的柚子不能买，“尖尖的地方全是皮”。选柚子时，最好挑选圆润的、扁平的。

“这两种柚子都带点苦味，如果怕苦，可以买红心柚子。”姚先生说。

水果二：橙子

价格：每斤 2.98 元

挑选要领：椭圆形的赣南橙皮薄味儿甜，脐橙的“肚脐”越大越甜。

酸酸甜甜的橙子，是冬季的招牌水果，颜色艳丽、水分充足，早上吃个橙子，定能神清气爽，“我感觉买橙子全凭运气，有的橙子看着好看，切开后皮厚汁少，

挑橙子有啥好方法吗？”洛阳晚报记者询问，姚先生拿起一个椭圆形的橙子说：“这种是赣南橙，特别甜，皮薄水分多。”他说，挑选赣南橙时，要先用手捏一捏，太软的不新鲜，太硬的皮会厚，软硬适中的最好。另外，还要看表皮，那种表皮坑坑洼洼的，皮一般比较

厚，最好选择表皮光滑的。

网络上传言说，橙子分公母，是真的吗？姚先生说，所谓的公母橙子挑选方法，适用于脐橙。“长得特别圆的那种橙子，就是脐橙。”他说，“脐橙的底部一般分为圆圈和圆点两种，圆圈越大的越好吃。相比之下，赣南橙较脐橙好吃。”

水果三：梨

价格：丰水梨每斤 2.98 元、贡梨每斤 3.98 元、皇冠梨每斤 4.98 元

挑选要领：丰水梨适合热汤，贡梨最甜，皇冠梨略带酸味儿。

“冬天干燥，多吃梨对身体好。”姚先生平时喜欢做银耳炖雪梨，选哪种梨炖，也很有讲究，“炖梨要选这种丰水梨。”他拿起一个褐色的梨说，“这种梨很好吃，就是肉质有点粗糙，皮也厚，生吃口

感不太好，但特别适合炖汤。”

如果是生吃，就要选皇冠梨和贡梨，皇冠梨的皮呈淡黄色，而且非常光滑，特别圆，姚先生说，皇冠梨的皮很薄，肉质细腻，带一点酸味儿。“如果想吃甜的，就买贡梨。”他说，贡梨的表皮粗糙些，但是味道特别甜，挑选贡梨也有技巧，贡梨的底部有个窝，窝越深，梨越甜。

水果四：橘子

价格：砂糖橘每斤 5.99 元，贡橘每斤 1.98 元

挑选要领：砂糖橘最甜，贡橘有些酸味。

冬天吃的水果里，肯定少不了橘子，姚先生一家人尤其爱吃橘子，“橘子瓢水分多，橘子皮晒干了还可以泡水喝，好处多多啊。”姚先生特别喜欢吃小橘子，“小橘子的筋少，还特别甜，

不过，也不是所有的小橘子都甜。”姚先生拿起两个小橘子说，皮厚而且不平的橘子是贡橘，味道比较酸，和贡橘几乎是双胞胎的砂糖橘就特别甜。“砂糖橘的皮特别薄，而且非常光滑。”

选橘子的方法和橙子差不多，要挑选软硬适中的，太硬的会酸，太软的已经不新鲜了。

厨艺展示

冬天吃水果，总觉得冰冰的，银耳炖雪梨，绝对是冬季最温暖的水果大餐，喝上一口雪梨汤，温暖又清爽。在干燥的暖气房里，能够喝上这样一杯雪梨汤，整个人会变得清新！

步骤：

1. 抓取适量的百合、银耳，洗净后用清水泡半小时左右。
2. 洗一个丰水梨，然后切成小块。把红枣和枸杞洗净后备用。
3. 在砂锅里加入适量水，把梨块和泡好的百合、银耳、红枣、枸杞一起放入锅中，开大火煮。
4. 大火煮10分钟后，转至小火炖，待银耳将要煮化时，即可关火。

无论您是会过日子的家庭主妇，还是喜欢做饭的家庭“煮夫”，只要您有独到的生活经验想与大家分享，便可通过@洛阳晚报、@晚报说消费、@晚报王雨给我们留言，或拨打66778866、18638368172与我们联系。

凡参与此栏目的读者，均可获得位于富地国际一层的口福居总店（延安路和丽新路交叉口）提供的100元代金券。

消费话题
洛阳中通速递
电话：62350315 62350316
62350318 62312826

洛阳银行县域支行(筹) 招聘启事

根据业务发展需要，经监管部门批准，洛阳银行拟在汝阳县、伊川县、宜阳县筹建县域支行，现公开招聘各类英才，邀您共创美好未来！

一、招聘职位及任职要求

1. 行长助理(1名) 工作地点：汝阳县

(1) 38周岁及以下，全日制本科及以上学历，身体健康，有较强敬业精神，具有良好的个人品质；(2) 具有在商业银行县域支行营销、信贷部门等岗位任中层正职或相当职级5年以上工作经历；(3) 熟悉当地经济环境，具有较强的营销、拓展能力和风险防控能力，有较强的组织、协调和管理能力。

2. 客户经理(若干名) 工作地点：汝阳县

(1) 35周岁及以下，全日制本科及以上学历，身体健康，有较强敬业精神，具有良好的个人品质；(2) 有3年以上银行授信业务工作经历，具有良好的财务分析能力，熟悉银行信贷业务操作流程以及国家相关法律法规政策；(3) 具有较强的营销拓展能力和一定的沟通、协调、管理能力。

3. 综合柜员(9-12名) 工作地点：汝阳县、伊川县和宜阳县

(1) 普通高等院校2013年毕业的应届全日制统招本科(一本)及以上学历，金融、财会专业毕业生；(2) 本科生年龄在24岁

及以下，研究生26岁及以下；(3) 具有良好的形象气质、沟通表达能力、亲和力和吃苦耐劳精神。

应聘以上岗位人员特别优秀的，年龄和学历条件可适当放宽。

二、招聘流程

洛阳银行将对报名简历进行筛选，通过审核的人员参加面试、笔试，按面试笔试成绩确定录取人员。

三、报名办法

1. 网上报名：符合上述条件的应聘者，请将电子版个人简历(注明报名县域支行和应聘岗位)发送至lyyhr@126.com，恕

不接受纸质报名表。

2. 报名截止时间：2013年12月15日。

四、洛宁、嵩县储备人才招聘

为下一步筹备洛宁、嵩县支行，储备县域支行人才，各在当地招聘行长助理1名，综合柜员5-6名，客户经理若干名。人员条件、要求和报名方式同上。

咨询电话：0379-65921993
联系人：田老师 刘老师

