

开口大的炒栗子最好别买

□本报记者 朱 红

眼下正是栗子上市的季节，很多人虽然很喜欢吃炒栗子，但记者在采访时发现，其实很多人并不知道如何挑选炒栗子，怎样剥栗子？10月17日，记者采访了一位长期卖炒栗子的刘先生，让他为大家分享一些小知识。

10月17日晚上6点多，在市区海河路沟张农贸市场北侧，几个人在围着一个炒栗子摊选购炒栗子，摊主边炒边回答着顾客的问题。

该摊主刘先生卖炒栗子已十多年，前几年他在沙南新天地附近卖，后来家搬到了沙北，就选择在这个市场门口卖。他告诉记者，这几年他挣的基本上都是回头客的钱，大家信得过他。

李先生说，在选购生栗子时，捏起来坚硬、手感较沉的栗子比较饱满，基本是好栗子。“在购买炒栗子时，人们都喜欢个大的、‘咧着大嘴’的栗子，认为这样既能发现栗子坏不坏，而且还好剥，卖相又好。其实，由于没有破坏栗子原有的味道，个小、不开口的栗子的味道更好吃。”刘先生说。

面对顾客的疑惑，刘先生解释，个大的栗子，在翻炒时为了



便于炒熟，入味更快，需要用人工切个口子，但是切开口子后，翻炒时用的沙石就很容易进入栗子

里，变得不卫生。为了味道更好，一些商贩还会偷加糖精进行炒制。所以，顾客在挑选时，最好挑选那些没有裂口的栗子。

怎样才能分辨是人工切口，还是自然裂开呢？刘先生说，其实不切口，在炒制时也会有一部分栗子会自然裂口，但不会每个都裂开。所以如果你看到人家所卖的栗子几乎个个都开着口，说

明就是人工切开的。

“栗子不好剥，我都是用牙咬开的。”和记者一起在听刘先生介绍的另一位顾客说。刘先生说，直接放进嘴里咬开的方法是最不卫生的，第一，栗子表皮可能粘有细小的沙石颗粒，会带入口中；第二，在翻炒过程中，为了增加栗子表皮的色泽以达到卖相好，商家会用糖精和沙石混在一起进行炒制，所以一部分糖精会粘在表皮上，如果用牙直接咬，糖精会直接被吃进肚子里。

“可以用指甲或者小刀在栗子上划一道横线，然后挤压横线两侧，栗子就会裂开了。”刘先生说。

市中心医院高级营养师邓莹沛告诉记者，栗子能补肾活血，是秋季补品，但栗子不好消化，容易滞气，脾胃虚弱、消化不良的人，尤其是产妇、小儿便秘者不宜多吃栗子，糖尿病人在吃的时候要适度。

美食连连看

板栗烧土鸡

材料：土鸡半只、老姜、洋葱、香菜、板栗十多颗、老抽、白糖、油、蒜头、生抽适量。

做法：
1.土鸡把内脏清理并冲洗干净后切块备用。
2.下油热锅，爆香蒜头，倒入土鸡块大火翻炒至变色，加入适量的老抽、白糖均匀上色，加适量的水没过鸡块，倒入板栗、姜片，加适量的生抽烧开后中火焖30分钟至板栗粉糯，撒入洋葱、香菜，大火收汁即可。



在这样秋意浓浓的时节，外出拍照与游玩是再合适不过的了，沙澧两岸秋色斑斓，这里风景是拍照写真的最佳地点，绿草地上的奔跑、落叶丛中的嗅花、和爸爸妈妈孩子的合影……

今明后三天天气

10月20日
 阴有小雨，16℃~19℃。
10月21日
 阴有小雨，15℃~18℃。
10月22日
 阴有小雨，14℃~19℃。
（感谢周兆基提供信息）

分类信息

2cm×4cm 单价50元 4cm×4cm 单价100元
本版对所有信息的手续都严格进行审查，仍不能保证每一条信息的真实性，请客户在使用本版信息时认真核实相关资料，签订有效法律合同，因本版信息导致的一切纠纷自行负责。
业务联系：13781707655 宋丽君 18236226550 朱大丽

财务审计

低价快办审计报告
电话：13937188053

旺铺租售

急售
交通路南段，中医院对面，汇鑫紫御家园，复式五楼（顶层），134.5m²，三室二厅二卫二阳，带燃气太阳能，学区，交通便利，价格面议，欢迎看房，电话18839539668

好房租售

位于市区辽河路与舟山路交叉口东南角，有一独家小院，已装修，家电齐全，200多m²，现对外租（售）。13939568002 18339591280

售 房

烟厂花园旁苹果派15楼（共16层），99.6m²，现已出租（月租1600元），售价48万元。13783078997

房屋出租

会展中心后建业壹号城邦二期，精装修，两室两厅，地暖、空调、厨卫用品齐全，阳光书房，欲出租。
联系电话：18539506766 徐女士

百业信息

出售:沙河南岸亚泰名仕公馆2号楼21楼,三室两厅两卫毛坯房,118.18m²,价格面议。电话:13903957799

厂院出租

有大厂房可办厂或做仓库有三相电，占地三亩。地址：辽河西路；电话：15239558299、13939563258。

招 租

招租
阴阳赵西，双河路有厂房、宿舍，整体出租，占地50亩，交通便利，有三相电，价格面议。电话：15939503492

招 租

市商业中心交通路与人民路交叉口，独立大楼（有电梯、温泉、燃气），临商场、停车场、车站。现一楼8间（原中原银行及珠宝店），三至六楼60个标间（有独立卫生间、空调），对外出租。13783078997

回收物品

高价上门回收陈年老酒，药酒，诚信服务。
电话：15600389840

工商·资质·财务

房建·公路·市政·水利
通信·电力·消防·机电
装饰·园林·劳务·钢构
装修·通信·电梯·环评
快办营业执照·代理记账
电话:18603951908 3222618
地 址:会展中心工商联大厦820室

家政服务

家天下家政公司 工商注册
月嫂育婴 保姆保洁 钟点护工 免费培训
6666991 15139506611

投资咨询

贷款、信用卡
公务员、事业单位、上班族、有房、有车、有社保/保单、企业法人、个体工商户均可办理，1万元~100万元，最快当天放款。电话：13569689939

中玉房地产经纪公司

房产抵押贷款
月息1分5
手续简单 当天放款
坚持诚信经营 办理快捷高效
2312688 3122333
13938025083

厂房租售

源汇区大刘镇有厂房2000m²，临街门面500m²，水电齐全，交通便利，价格面议。

售房 大河花园小高层7楼130m²，10楼91m²，阳光福园22层117m²，7楼90m²，淞江路西段方汇花园6楼108m²，（不含阁楼）低价出售。13507654975

新林玉露

爽润甘醇溢清香
蒸青茶 红茶 茶油 茶粉
地址：泰山路南段全聚德饭庄斜对面（新林玉露）
电话：2156077

保洁服务

洁爽保洁公司
专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗 石材 地毯 专业外墙漆
6188458 13653950591

乐帮家政

月嫂 育婴 保姆 保洁 护工 钟点工
5721157 18639995528

信德保洁 信汇装饰公司

石材翻新 单位保洁 地毯清洗 化粪池清理 旧木地板翻新 抛光 打蜡 外墙清洗
www.lhxdhj.com 电话：15039500115

招聘兼职

高薪诚聘
北京工商管理专修学院因发展需要，高薪诚聘驻漯河区域市场负责人2~3名，具有市场拓展能力，年龄38周岁以上，身体健康，有销售经营者优先。联系人：韩老师 18813013796

健康咨询

失眠专家问喜洋
中国睡眠研究会会员
地址：太行山路与颍河路交叉口东北角 电话：6155120

心理咨询

专业解决青少年问题
博瑞智教育：厌学、网瘾、叛逆、早恋等
泰山路实验中学南 3132277 13323678987

婚介信息

喜百合 相亲俱乐部
行业领军知名品牌 消费者信得过单位
白领/海归及成功人士的婚恋交际广场
报名热线：5563566 5563599
15518260966（微信）QQ: 169377058
地址：海河路老郾城二高对面二楼

❤相亲：48566 男,49岁,1.77米,丧偶,部队团级干部,德高望重,家庭观念强,能做一手好菜。觅配偶、年龄、条件相当、温柔善良、有涵养的职业女性。电话 5563599 5563566

❤相亲：48569 男,50岁,1.80,离异,机关干部,诚信宽厚,踏实稳重,帅气。觅1.60米以上,温柔善良、有上进心的职业女性。电话:5563599 5563566

❤相亲：31675 男,38岁,1.77米,离异,机关科级,车房,成熟大方,事业心强。觅身高1.6米以上,温柔贤惠,形象好气质佳,有稳定工作的伴侣。电话:5563599 5563566

❤相亲：27369 女,24岁,1.63米,无婚史,医学本科,医生,肤白秀丽,知书达理,名医世家。觅条件相当、有追求、有上进心的男孩。电话:5563566

养老服务

漯河健安养老院
环境优美,设施齐全、护理专业、医养结合。漯河人民东路,3515院内。15903955850

汽车租赁

114转 顺利汽车租赁
租赁轿车、面包车、商务车、陪练车及婚庆车。
鼎盛大厦左拐角 电话：2129777
2190709 13639510995 13639568683
泰山路烟草宾馆201房间 15139555517

招聘信息

招聘银行职员
工作地点郑州,18岁~26岁应往届大专以上毕业生,男女不限。电话:13069554688

婚介信息

世纪缘 白领相亲会所
2003年成立
告别单身哪家强？世纪缘婚介帮你忙！
地址：市人民路美盛大厦B座十楼
相亲热线:2193193 2121213

●征婚：男(31881)30岁,无婚史,电力系统上班,1.75米,阳光帅气,独生子,家境优越,有上进心。寻28岁以下,1.65米左右,温柔大方、面容姣好的女孩。电话:2116177

●征婚：女(32972)25岁,无婚史,大专,1.65米,自营店面,开朗大方会理财。寻年龄相当、有上进心、有住房、稳重踏实的男孩。电话:2193193

●征婚：男(31849)29岁,无婚史,1.78米,个体有房车,开朗幽默,头脑灵活,有责任心。觅年龄相当、温柔贤惠会持家、不物质的女孩。电话:13383953328

●征婚：女(32976)27岁,无婚史,本科教师,1.63米,肤白靓丽有爱心。寻有稳定收入、有理想、有抱负的上进男孩。电话:18134471288

创世纪情缘婚介

（漯河店）
CCTV-15套 11:56
CCTV-7套 17:27
全国连锁 品牌婚介
中国婚介行业知名品牌

男,30岁,1.73米,独生子,短婚,阳光帅气,铁路系统工作。觅形象气质佳、有修养的女孩为伴。0395-3372977 QQ:18130383543

女,26岁,1.66米,无婚史,本科,文静靓丽,有修养,企业文员。觅成熟稳重、有上进心、事业单位的男孩。0395-3380177 QQ:1813038354

男,41岁,1.74米,丧偶,经商,有车有房,条件优越。觅温柔善良、有爱心的女士。13346862926 QQ:642739137

女,47岁,1.62米,离异,经商,形象气质佳,有一女儿上大学。觅年龄相当、工作稳定、有爱心、责任心的男士为伴。0395-5761314 QQ:2574846676

地址:市人民路与五一路交叉口西50米南中原银行(三楼)
电话:3380177
QQ:642739137
WWW.YHC.UTT.CC