

## 风信子培育与繁殖

风信子,又名五彩水仙,为百合科多年生的草本球根花卉。鳞茎球形或扁圆形,外膜苞片紫色或白色;叶簇生于鳞茎的顶部,4~6枚,呈宽条带状,肥厚肉质,长15~30厘米,宽2.5厘米,绿色有光泽;花葶从叶丛中生出,高15~45厘米,中空,为

顶端着生的总状花序;小花10~30朵,6瓣、钟形,花瓣向背面翻卷,密生于花轴之上。依品种不同,花色有红、黄、蓝、白、紫等。花姿豪华艳丽,翠绿的叶片衬托着圆筒形花穗,开满密集的小花,散发出甜甜的香气(花期从12月~5月),深受人们喜爱。

风信子喜冬暖夏凉、空气湿润、阳光充足的生长环境,适宜在排水良好、疏松、肥沃的砂质土壤中生长。

风信子是秋季种植的球根花卉。一般采用露地栽培、盆栽、水栽等方法。露地栽培前,土壤需进行消毒(可喷施代森锌铵),

而后将土壤深翻30厘米左右,并施以饼肥、过磷酸钙或骨粉等作基肥。种植深度10厘米,株行距15x20厘米,覆土厚度以超过鳞茎的顶端2厘米为宜,种后浇透水,冬季用薄膜覆盖,藉以提高

地温,延长生育期,促其早日开花。现蕾前后各追施一次液体速效肥。到6月中下旬,将鳞茎及时挖出,过迟鳞茎易在高温、高湿的土壤里腐烂,挖起后可将它贮藏在凉爽、干燥、通风的场所,如发现病球,应立即剔除。

风信子盆栽,在北方9~10月,种下肥大的球茎,到3~4月方开花、江南地区则于11月中旬进行,2~3月开花;广东地区在11月种下肥大的球茎,春节前后开花。

在开完花后,茎叶逐渐全部枯黄,而后将球根挖出,冷藏保存,以备下次栽培之用。

风信子水培法(可提前一个月开花)与水仙略有不同,方法是:用特制的

架子,将鳞茎的位置固定,放入玻璃或塑料容器中,而后注水到接近鳞茎的底部(放在瓶口5厘米处)浸在水中(水中放块木炭,以防臭),置于阳光处,注意切勿弄湿鳞茎。以后每周换水一次,等根向下长,伸入水中时,将水位略降低一些。为使它的根系生长良好,可用黑布裹住容器,让根系在黑暗中生长,并置于10℃的凉爽地方,不必施肥,直到水中的根系长成,花芽出现(在20℃左右的温度下,给予充足的光照,50~60天即可开花)。花谢后,连根取出,种入盆中,等到叶枯时,挖出养好,明年可以再种。

(嘉定区市政园林管理所供稿)

## 香辣什果鸡柳

·微波炉食品·

材料:鸡脯1只,青苹果、啤梨各1/2个,青椒、红椒各1只,干葱2根,油2汤匙。

调味料:糖半茶匙,粟粉1/4茶匙,生抽、老抽各1茶匙,水1茶匙,胡椒粉少许。

芡汁料:辣椒酱半茶匙,麻油1茶匙,糖2茶匙,水2汤匙。

烹调步骤:1.鸡脯起肉切丝,加调味料拌匀。2.青苹果、啤梨去皮,去籽,切粗丝。3.青椒、红椒洗净切丝。4.干葱去衣,切碎。5.鸡脯肉置盛器上,高火煮30秒。6.把已切丝的材料和芡汁拌匀,盖上保鲜纸,留一开口处疏气,高火煮1分钟即成。(黄兴)

美食苑栏目由  
上海希望花园酒店  
协办  
订座电话:59108299

## 核桃仁炒鸡丁

原料:鸡脯肉250克,核桃仁100克。

调料:鸡蛋清一个,料酒20克,精盐3克,味精2克,食油500克(实耗60克),蒜、葱、姜、干淀粉、水淀粉各适量。

制作方法:1.将鸡脯肉洗净沥水,切成小丁状盛放碗内,加入精盐、料酒、味精、蛋清、干淀粉拌和上浆。核桃仁用开水泡后,用牙签剔去外膜;姜切末;蒜剁成泥;葱切成葱花待用。2.将炒锅置小火加热,倒入食油烧至三成热时,核桃仁下锅炸成浅黄色,捞起沥油。3.原锅改用中火加热,倒入食油烧至五成热,鸡丁倒入,随即划散,鸡丁呈白色断生即起锅沥尽油。4.原锅留少许油加热,投入蒜泥、葱花、姜末,稍煸出香味,加入鲜汤和精盐、味精、料酒,倒入鸡丁烧沸,用水淀粉勾芡,再倒入核桃仁炒和,淋上少许熟油即可出锅装盆。(黄兴)



走进时尚

拥有一头柔顺、飘逸的秀发是时尚女性心目中的梦想,但有许多女性却因天生的某些原因,只能“望发兴叹”。现在,对于这些天生卷发或毛躁过硬头发的女性来说,能“铲除”头发的烦恼,换来美丽、服帖的直发不再是梦想,因为有了——一种美发新科技——“负离子直发”。

“负离子直发”技术烫直发效果明显,它

有其一定技术性和技巧:

首先,须用专业的除杂质

泡沫清洗头发,目的是将

头发上一些难溶于水的

杂质彻底去除;然后,喷

上头发平行素,主要用来

保护或修补多孔性的发

尾;其次,涂上负离子软

化膏,再用负离子直发夹

一层层夹直头发;最后,再

涂上负离子定型膏。

经上述步骤处理后,毛

燥、开叉的发质可被修复,且

易于梳理。想象一下,阳光下一

头亮丽、柔顺的青丝在微

风中飘逸,如同一帘闪烁跳

跃的瀑布,何等心旷神怡!

(佳容美发厅供稿)

## 怎样选购茶叶



居家小窍门

一般来说,审评时可从茶叶的条索、嫩度、色泽、净度、汤色等几个方面来鉴别。

条形茶的外形叫条索。以紧细、圆直、匀齐、身骨重实的为好。

茶叶的嫩度主要看芽头多少、叶质老嫩和条索的光润度。此外,还要看峰苗的比例。一般红茶以芽头多、有峰苗、叶质细嫩为好。

红茶的色泽有乌润、褐润和灰枯的不同;绿茶的色泽有嫩绿或翠绿、洋绿、青绿、青黄,以及光润和干枯的不同。红茶以乌润为好,绿茶以嫩绿、光润为好。茶叶中以无梗、末和其他夹杂物的为好。

茶叶中含物被开水冲泡出的汁液所呈现的色泽叫汤色。汤色有深浅、亮暗、清浊之分。以汤色明亮、纯净透明、无混杂的为好。红茶以红艳明亮为优,绿茶以嫩绿色为上品。

(亦悦)

## 华东地区部分景点门票价格(供参考)

| 地区 | 景区     | 价格(元) | 地区 | 景区   | 门票 |
|----|--------|-------|----|------|----|
| 杭州 | 西湖三潭印月 | 35    | 无锡 | 灵山大佛 | 50 |
|    | 灵隐寺    | 15    |    | 鼋头渚  | 35 |
|    | 飞来峰    | 20    |    | 蠡园   | 15 |
|    | 虎跑     | 15    |    | 锡惠公园 | 15 |
|    | 岳王庙    | 20    |    | 影视城  | 35 |
| 苏州 | 宋城     | 50    | 南京 | 中山陵  | 25 |
|    | 虎丘     | 20-50 |    | 总统府  | 20 |
|    | 拙政园    | 35    |    | 明孝陵  | 10 |
|    | 留园     | 16    |    | 美龄宫  | 10 |
|    | 西园     | 10    |    | 雨花台  | 15 |
|    | 寒山寺    | 4     |    |      |    |

## 华东地段高速公路过路费(供参考)

| 沪宁高速公路段 | 价格(元)        | 沪杭高速公路段 | 价格(元)         |
|---------|--------------|---------|---------------|
| 华江口     | 大车30<br>小车15 | 莘庄—枫泾   | 小车35          |
| 花桥—苏州东  | 大车40<br>小车30 | 大云主—杭州  | 大车115<br>小车65 |
| 花桥—南京   | 大车200        | 大云主—萧山  | 小车55          |
| 无锡互通—花桥 | 80           | 杭州北—嘉兴  | 大车66          |
| 南京—无锡东  | 小车130        | 七莘—枫泾   | 大车50          |
| 昆山—花桥   | 小车20         |         |               |

## 激发和引导孩子的好胜心

好胜心在孩子的成长过程中发挥着积极的作用。

我们针对孩子好动、活泼、能干、粗心等综合性格特点,从各个方面教育引导孩子。首先让孩子懂得,只有像农民伯伯那样辛勤地耕耘劳作,才会有好的收成,其次,我们用自己的一言一行对孩子进行潜移默化的教育。记得有一次,我因工作太忙,参加电脑初级考试没有做好充分准备,结果考了个不及格,我心里十分难受。女儿见了,懂事地说:“妈妈,你只要再复习复习,一定能考好的。”我听了欣慰地笑了。此外,我们还经常和孩子谈心,使她逐步树立自信心,并时常体会到成功的幸福。我们还为她创造学习机会,有计划地让她参加各种兴趣班并积极参加各种比赛,她的综合能力和素质得到了提高。

在激发和引导孩子的好胜心时,我们比较注意纠正女

儿因好胜心强而产生经不起挫折的心理。有一次期中考试,她语文90分,英语88分,数学80分,回到家里,她不停地哭。看到她伤心、自卑的样子,我们不仅没有批评她,反而和她共同寻找考试失败的原因,在于骄傲自满、粗心大意。当晚她写了一篇日记《期中考试后的感想》,日记中表示自己将不甘落后,在下一次的考试中争取考出好成绩。我们看了她的日记,心里很高兴,孩子没有挫折和困难面前退缩,而是保持一种积极向上的乐观精神,这一点才是至为重要的。(张丽萍)



教子有方

## 走进家庭

第3期

责任编辑  
划板校对沈青  
钱剑萍