

时尚热点

T恤短裤搭配吸睛抢眼

夏天的服装搭配丰富多样,其中以T恤与短裤的搭配最有活力。简单实穿的T恤,清凉性感的短裤,两个乐天派凑在一起,搭配变得格外精彩,活泼,俏皮,靓丽时尚,青春无敌,让穿搭变得抢眼起来,拒做路人甲。



小T恤,大魅力。各种T恤各种风格,总有一件能在某个时候击中你的心。高弹面料剪裁而成极致修身的版型,收腰效果明显,打造窈窕细腰。水墨花朵晕染开来,写意浪漫。搭配着牛仔短裤来穿,给人的感觉特别靓丽,吸睛指数100%。



作为衣橱基本款,T恤也处在不断的进化中,可以很大众化,也可以玩出不一样的个性来。V领锐利的线条不走寻常路,古典的斜襟在这里焕发了新的活力,配合充满意蕴的印花,复古又时尚,独树一帜的风格却又如此具有吸引力。依然与经典百搭的牛仔褲相搭配,将个性进行到底。



夏天不穿短裤是极度浪费,白白浪费了一展美腿诱惑的时机!当然如果腿型不够完美也不必烦恼,牛仔短裤修身的版型将最易显得肥大的臀腿修饰,提臀显瘦,拉长腿部比例,动人美腿修长迷人,提神养眼。再搭配一件简单清爽的纯棉T恤,整体的装扮简洁明快,却又不乏时尚与性感。



亚麻短裤与纯棉T恤搭配的风格比较文艺,整体轻柔的色彩氛围也是走的安静的小文艺路线,不争不抢,安然清新。天然的亚麻面料穿着是非常舒适的,柔软亲肤,透气吸汗,舒适了自己,羡慕了旁人。

(据穿衣打扮网)

美食美文

寒豆荚

童相兵

四月,家乡的寒豆荚黄熟了,一荚荚倒挂在豆架上。

寒豆就是豌豆,宁海人把豌豆叫寒豆。《本草纲目》里说,“其苗柔弱宛宛,故得豌豆”,豌豆原产地中海和中亚细亚,有粮食、蔬菜、饲料和绿肥等多种用途,而且豌豆适应性强,耐旱力较强,成本又低,生长期较短,深受农民的喜悦。

这倒挂的寒豆荚,成了地里的第一大风景,也成了家乡街谈的话题。以前,村里经常闹春荒,麦子还没有收割,就没有吃的了,这寒豆荚就成了解决春荒最及时的食品,这时,父母会带着我们去地里采摘寒豆。采来的寒豆荚,可以闻到一股清香味。寒豆荚的壳很硬,是不能吃的,专吃壳里的豆粒。父母用剪刀剪掉寒豆荚两头的蒂,说能使盐从口子进去而入味。然后把寒豆荚放在篮子里,在外面的大圳里清洗干净,拎起还带有水的寒豆,倒入大铁锅里,锅底下柴火就开始猛攻了,待烧开再焖一下,寒豆荚就烧熟了。

这时,父母把烧熟的寒豆荚装入碗里,颜色还是绿绿的。我们等不及就先吃起来,用一只手捏住寒豆荚一头,把寒豆荚竖起,嘴巴伸到靠手指的地方,咬住寒豆荚,用手均匀轻轻一拉,寒豆粒就全部到了嘴巴里,吃着嫩的荚,有股鲜味,软糯的口感带着微微的甜意让人大呼过瘾。而吃到老豆,有点粉粉的。就着寒豆,我们吃饭的速度很

快,不一会儿肚子就饱了,在当时没有比寒豆荚更好吃的东西了。

有时候父母会把寒豆荚剥开,取出豆粒,洗一洗,放到锅里,和米一起烧,说是寒豆饭。带着锅巴与寒豆,加点盐一起捣糊就成了一碗寒豆饭。那时候,家家户户种植寒豆,大家都带着畚箕或者篮子去地里来摘,开开心心,非常热闹。我们去地里的时候,也会采摘一点新鲜的寒豆荚,剥掉皮,直接塞进嘴巴,这生吃寒豆粒,有丝丝甜味。当寒豆荚老了,就会收起脱粒,一部分当明年的种子,而留下的已经很少,被吃得差不多了。

更多知道寒豆的情况,是在我考上农业大学的时候,由于读的是农学,很快知道寒豆对人类的贡献最大。孟德尔,一位修道院神父,奥地利生物学家、农学家。1822年,孟德尔出生在一个贫寒的农民家里,父母都是园艺家,他在1856年,从维也纳大学毕业不久,开始了长达8年的豌豆实验。他对7种类型的豌豆如白花、红花、紫花,高茎或矮茎,圆粒或皱粒,灰色种皮或白色种皮等症状分别进行杂交,孟德尔从寒豆中揭示了生物遗传奥秘的基本规律,他是遗传学的奠基人,被誉为现代遗传学之父。

知道了寒豆的来历,每年在寒豆播种的时候,总会去种一点;在寒豆上市的时候也会去买一点烧着吃,因为寒豆不但营养价值高,而且其味道鲜美,荚、粒可以煮、炒和煮汤吃。



味道宁海

洋芋

陈彬

洋芋与小麦、稻谷、玉米、高粱并称为世界五大作物。当然,也是中国的五大作物。

在我国,洋芋到处都可以种植。正因为如此,洋芋在各地的名称也不一样。东北叫土豆,华北谓之曰山药或山药蛋,山西称马铃薯,广东曰荷兰薯,广西的叫法更奇怪,叫番鬼慈姑,江浙叫它洋番芋或洋山芋,而我们宁海人把名称简化了,干脆称之为洋芋。

最好吃的是已经成熟却又没有完全成熟的洋芋,即叶还没有枯黄,约在大量收藏前一周左右的洋芋。这时候的洋芋味鲜,无粘糯,但已有了嚼劲。太早了,洋芋还完全没有成熟,太嫩,水分多,没有嚼劲。太熟了,太结实,鲜味少了。

洋芋好吃皮难去。实际上也并不尽然。刚从地里挖来的洋芋皮是很容易去掉的。小时候,我常领母亲之命,提着装有洋芋的竹篮去到小水井(村里有两眼水井,大的饮用,小的洗食材)边去洋芋皮。先在水里浸一下,使之润湿;再用手不断地在篮里的洋芋上揉搓,借助粗糙的竹篾,刮去洋芋皮;然后,又放进水里,搅动几下,泥土溶于水,洋芋皮浮上了水面;把篮在水下往后拉,离开浮皮后,提起。如果还有洋芋皮没有去掉的话,照前操作。最后,检查一遍,把半起半附的皮捡净。如果还有整只没有去掉皮的小洋芋,只要用大姆指和食指用力捏一下,滚圆的洋芋就会脱皮而出。但是,洋芋收进后,存放的时间越长,皮与肉附粘得就越牢。前操作无效,只能用菜刀或瓷、玻璃等碎片一点一点地刮。去洋芋皮时,千万不要贪美。表面光滑,色泽光亮,皮色微黄,看起来很悦目的洋芋,其皮薄。越是

薄的皮,粘附力越强,越不容易去掉。只有那些粗糙,颜色深浅不一,略带一点黑色,看起来似乎有一条条纹路的洋芋,其皮厚,反而容易去掉。

洋芋的吃法很多,可以整个,可以切片,可以刨丝,也可以做成粉条。具体操作上,或炒,或烤,或炸,当然也可以煮。

洋芋的收获季节正好与麦的收割时间相同。因此,洋芋总是伴随着麦食度过它的一生。吃麦饼或麦糊头时,炒上一盆洋芋,裹起来,麦的清香,洋芋的鲜嫩,肚饱了,嘴巴还是嚼个不停。吃擀面条时,我吃的洋芋绝对要比面条多。

洋芋炒咸菜是最普通的家常菜。不过,炒洋芋的咸菜是用花芥菜腌制成的咸菜。立春之前,把新鲜的花芥菜洗净,在太阳底下晒一些时间,使之稍有干瘪;在缸里铺上一层菜,用双脚踩出水来;撒上一层盐,再铺上菜,继续踩,直至把全部菜都铺完,踩熟。压上大石头,使之发酵,让慢慢地挤出来的卤汁盖住菜和石头。十天半月之后,再“抱”一遍。

“抱”就是把缸里的咸菜一颗颗捞出,切成入锅时的大小,一层层地放进锅里。每放进一层,必须用力压实,再撒盐;再放一层菜,压实,撒盐。最后,用小石头压住,密封。到了芒种前后,洋芋可以吃了,拿出一些“抱”过的咸菜一起烹炒。这时,鲜嫩清口的洋芋和浓香四溢的咸菜掺杂在一起,互补互益,相得益彰。

“抱”过的花芥菜咸菜具有消炎的功能。如果牙痛或喉咙发胀,在咸菜汤里加一个鸡蛋,吃了,很快就会痛止消炎。

近几十年来,花芥菜越来越少,取而代之是雪里蕻腌成的咸菜。

时间放长了,洋芋皮确实很难去掉,只好把带皮的洋芋煮熟吃,而且有四吃。

一是白蘸。剥去洋芋的皮,蘸着酱油吃,节约了油和燃料,既省力,又方便。

二是烩着吃。剥去洋芋皮,放上调料,在锅里炒一炒,入味,香味浓,很讨人喜欢的。

三是做洋芋饼。把洋芋放到砧板上,敲扁,像烙糯米圆一样,把两面煎一煎,再加上调料炒一炒。这样做成的洋芋饼,四周还是原先的深黄,而两面却是棕黄,又有绿葱的点缀,色美;油光耀眼,令人眼馋;吃起来有点松脆的感觉,口感好。

四是烤洋芋。把洋芋放入锅里,加进咸菜卤汁,先用猛火烧煮,再用文火,烧到卤干干燥,洋芋的表皮变成了像八十多岁老人的皮肤,皱纹虬结,且染上了一层白白的盐霜,有的甚至被烤成了空心。这样烤成的洋芋尽管表层有点咸,而里面的肉相对比较淡,咀嚼起来咸淡相济,津液横流,吃起来结实,有韧性,且有浓郁的咸菜香气,回味无穷。



私家小厨

夏至美食——青汤包

赵祎慧

夏至,想起老家这个日子里是吃青汤包的。是说“夏至梅”,到处湿漉漉,霉菌孳生,吃点青汤包,因为青能解毒。不管大家争论这青是不是含有青蒿素,反正这个东西就是有保健养生效果。夏至节的青,一般是择取大叶青来做汤包。现在家家有冰箱,也会在清明时节择取鼠鞠草、艾青等,余水清洗后冷藏,方便随时取用。

夏至前后,正是大叶青旺发的季节,长在山野中一簇簇碧绿鲜嫩。农妇收割回来,清洗后,择取嫩叶,入沸水氽,加些适量的小苏打,使青叶碧绿。出水后静置待冷却,再清水冲洗,再沥干,便可剁细碎掺和在面粉中揉成面团。要想青汤包口感好,除了馅料之外,面皮子相当重要。青中含有水分,和面时,一般少加水。因为青的纤维含量高,所以小麦面粉中都掺和一些糯米粉。

