

NGỌC HÀ



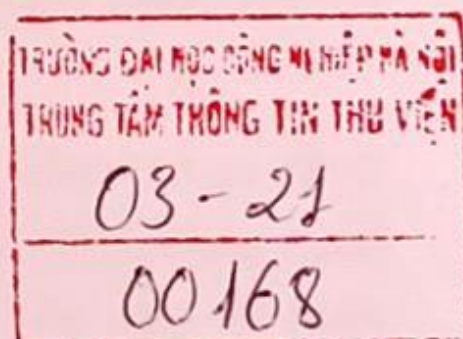
MỆO HAY TRONG CUỘC SỐNG



Ả XUẤT BẢN HỒNG BÀNG

NGỌC HÀ

MỆO HAY TRONG CUỘC SỐNG



NHA XUẤT BẢN HỒNG BÀNG

LỜI NÓI ĐẦU!

Trong cuộc sống hàng ngày có những vấn đề tưởng chừng như giản đơn, nhỏ nhặt nhưng lại khiến bạn lúng túng hay mất khá nhiều công sức và tiền bạc để giải quyết.

Bạn băn khoăn không biết nên chọn mua thực phẩm như thế nào cho an toàn và đảm bảo chất lượng? Bạn không biết cách chế biến ra sao để món ăn được ngon và có lợi cho sức khỏe? Bạn không biết làm thế nào để tẩy vết ố trên quần áo, trên rèm cửa hay khử sạch mùi hôi trong lọ thủy tinh, mùi hôi của tủ nhựa?

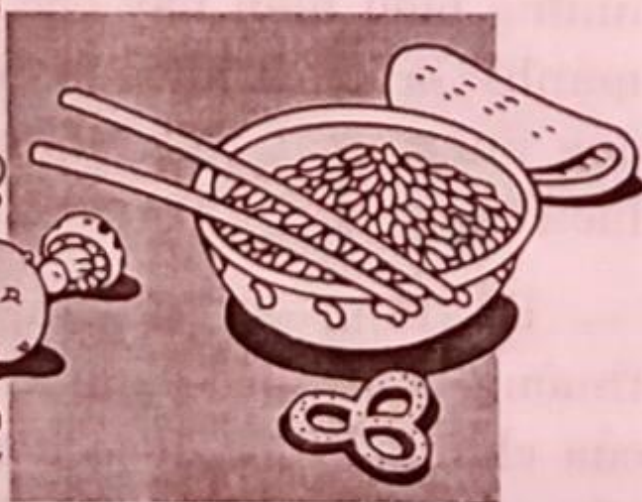
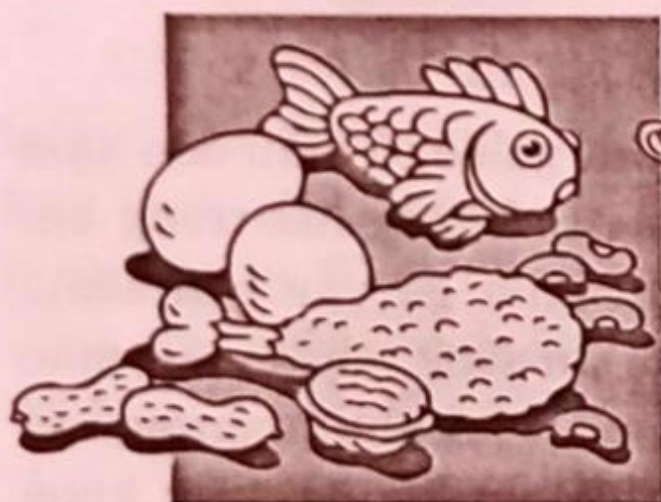
Bạn thường bị những cơn đau răng, nhức đầu hoành hành hay cơ thể bạn thường tiết ra mùi mồ hôi khó chịu? Bạn muốn mua một chiếc ti vi nhưng không biết dựa vào đâu để có sự lựa chọn tốt nhất? Một số vật dụng trong nhà bạn tiêu tốn rất nhiều điện và hàng tháng gia đình bạn phải chi trả một

khoản tiền không nhỏ, bạn không biết làm cách nào để khắc phục điều đó?... Câu trả lời cho những vấn đề trên đều gói gọn trong cuốn **Mẹo hay trong cuộc sống**. Với những kinh nghiệm đã được chắt lọc từ thực tiễn, hy vọng đây sẽ là cuốn cẩm nang thiết thực giúp bạn giải quyết nhanh chóng và hiệu quả mọi vấn đề phát sinh trong cuộc sống hàng ngày.

Người biên soạn

Chương 1

MẸO HAY NỘI TRỢ

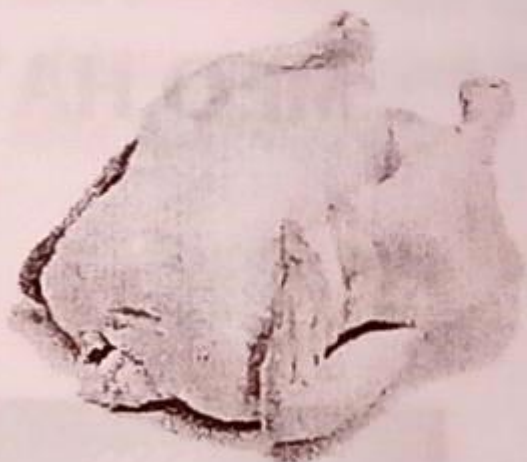


I. MẸO CHỌN MUA THỰC PHẨM

* Chọn mua thực phẩm tươi sống

- Thịt gà

Với thịt gà làm sẵn, nên lựa chọn những con có màu sắc tự nhiên, thớ thịt mịn, có độ đàn hồi cao. Da gà phải kín và lành lặn, không có vết bẩn, mốc hoặc vết lạ gì khác. Nếu mua gà bị chết (gà toi) trước khi mổ, thịt gà sẽ có màu đen xám hơn do máu bị đông lại, chảy ra không hết trong khi làm thịt. Trong trường hợp mua gà vẫn còn sống, nên tránh những con gà bị xù lông, chảy dãi, mào tím tái, mắt lơ lơ hoặc nhắm tịt lại như buồn ngủ vì những biểu hiện này cho thấy gà không được khỏe mạnh. Gà ngon, khỏe mạnh là những con có bộ lông óng mượt, mắt tinh nhanh, mào đỏ tươi, chân bé, lườn căng.



Để tăng lợi nhuận, nhiều người bán hàng thường bơm nước vào gà, vịt làm tăng trọng lượng của chúng. Nước được hòa với hàn the, chất đã bị cấm sử dụng trong chế biến thực phẩm. Dưới đây là cách phân biệt thịt gà, vịt có bơm nước:

Quan sát hai bên đùi và lườn con gà, vịt, nếu thấy căng bóng, thớ thịt dày, to thì không nên mua. Đốc ngược con vật nên, nếu thấy nó biến dạng thì

con đó đã bị bơm nước. Người bán thường chọn hai vị trí đùi và sườn để bơm nước. Bạn cũng có thể dùng tay ấn, thịt bị bơm nước thường bập bùng, nhão. Để tránh mua phải gà vịt đã bơm nước, cần chọn những con không quá mỡ màng, thịt săn chắc hoặc lựa chọn con sống ở chợ và đề nghị họ mổ ngay tại chợ.

- Thịt vịt

Chọn mua con trưởng thành và béo, ức tròn, da cổ và da bụng dày, mọc đủ lông, mỏ nhỏ và hơi cứng, xách thấy nặng tay. Thịt vịt được ngon hơn vịt cái.

Với thịt cần lựa thịt có màu sắc tự nhiên, từ trắng ngà đến vàng tươi, mắt sáng. Thịt cần có da kín, lành lặn, không có vết bẩn, vết bầm, mốc meo hoặc vết lạ. Thịt hồng thường có màu vàng thẫm, vàng tím hoặc vàng tối sẫm, mắt vẫn đục.

- Thịt bò

Sớ thịt phải khô, mịn, màu đỏ hồng. Mỡ bò màu vàng tươi. Thịt bò cái ngon hơn bò đực.



Thịt bò con (từ 4 tháng đến 4 tuổi) rất mềm, mỡ trắng. Thịt phi-lê mềm là thịt ngon nhất trong con bò. Thường dùng làm "bít-tết", nhúng giấm hay xào. Thịt bò con dùng làm thịt tái. Đùi bò có nhiều gân và bắp thịt, dùng hầm xúp, hay kho ăn rất ngon. Bụng bò hay nạm có nhiều mỡ, dùng kho, hầm hay nấu "ra-gu" Xương bò, sườn bò, đuôi bò dùng nấu nước dùng cho ngọt.

- Thịt lợn

Thịt ngon màu hồng, thớ thịt săn, da mỏng, ít mỡ. Thịt có đốm trắng, mỡ vàng là thịt lợn gạo, rất độc, đừng nên mua. Giò lợn phía sau ngon hơn, da mỏng, thịt và da dính liền. Nên chọn thịt thăn hay đùi sau (thịt mỏng) khi làm chả lụa. Nên chọn thịt nạc 2/3, mỡ 1/3 (thịt ba chỉ) khi kho với trứng.

Khi mua, người tiêu dùng nên dùng ngón tay ấn vào miếng thịt, nếu trên thịt tạo thành vết lõm nhưng không để lại dấu vết khi nhấc ngón tay ra là miếng thịt tươi. Ngoài ra, các thớ thịt phải đều, màng ngoài khô, không bị nhớt, khối thịt rắn chắc.

- Sườn lợn

Sườn nạc dùng để làm món nướng, xào chua ngọt, kho. Nên chọn các đẻ có dính nhiều nạc và sụn.

Sườn nấu canh: chọn miếng nhiều thịt, nạc lẫn mỡ. Đẻ sườn nhỏ là lợn nhỏ.

Sườn cốt lết: dùng để quay, rán, nướng, cần chọn miếng có quả thăn dày, lẫn ít mỡ mới ngon và mềm.

- Chân giò lợn

Nên mua chân sau, nhỏ xương nhiều thịt, bì lại mỏng. Chọn những chân thịt chắc không bèo nhèo nặng khoảng 500-600g là chân giò lợn còn non. Khi cần làm chân giò nhồi lại phải chọn chân trước mới dễ rút xương. Chân giò to, lợn gầy nấu lâu chín, ăn kém ngon.

- Nội tạng gia súc

Cũng như thịt, nội tạng của gia súc dùng làm thực phẩm cần phải tươi, không tật bệnh. Màu sắc của nội tạng phải tự nhiên, không có đốm xuất huyết, không có mùi lạ, không có ruồi, côn trùng đậu. Khi sờ bằng tay thấy chắc, có độ đàn hồi tốt, không chảy nước, không có nhót và các mạch máu trên nội tạng rõ, màu sắc tươi. Ta có thể phân biệt phủ tạng vật lành mạnh với phủ tạng vật tật bệnh như sau:

Đối với gan. Gan gia súc khỏe mạnh có màu đỏ sẫm hoặc màu tím nhạt. Sờ tay vào thấy mềm và mịn. Dùng ngón tay trở ấn vào mặt gan, gan lõm xuống và giữ nguyên vết lõm khi rút ngón tay ra. Gan của gia súc bệnh thường chuyển màu thành màu gạch non, màu vàng hay màu bạc trắng. Gan vật mắc bệnh truyền nhiễm thường nhũn như bùn, tuyệt đối không được dùng loại gan này, phải hủy bỏ. Gan vật bị ung nhọt đã lành bệnh hay đã trở thành mạn tính thì cứng, nếu cắt nghe sồn sột như cắt vải. Gan vật bị bệnh sán lá thường có lác đặc một vài con kén sán lá (ấu trùng sán lá) cần hớt bỏ, loại chỗ bị nhiễm sán, nhưng phải đun thật kỹ mới dùng được, nếu nhiều kén thì phải hủy toàn bộ, vì ăn vào sẽ lây nhiễm sán lá sang người.

Đối với tim. Tim vật khỏe mạnh thường có màu đỏ sẫm, mặt ngoài nhẵn bóng, mềm mại, màng bao tim dính liền với cơ tim. Tim vật bệnh có màu tím sẫm hoặc nhạt, mềm nhũn, mặt ngoài sần sùi hay tụ máu.

Tim vật bị phù thì giữa màng tim và tim có nước dịch tích tụ. Tim vật mắc bệnh tụ huyết, xung quanh tim có nước vàng, nếu bổ tim ra có máu đông hay lỏng màu vàng hoặc sẫm đen, nhiều khi tim sưng to gấp rưỡi, gấp đôi bình thường. Tim vật bị bệnh gạo có những hạt như hạt gạo màu trắng, chứa ấu trùng sán, nếu ăn nhầm phải sẽ mắc bệnh sán từ vật truyền sang người.

Đối với bầu dục (thận). Bầu dục vật khỏe mạnh có màu đỏ tươi hoặc màu hồng ngả sang tím, mặt ngoài nhẵn bóng mềm mại. Bầu dục lợn có hình hạt đậu, còn bầu dục bò đặc biệt có nhiều múi, nếu có bệnh thì thường tụ máu màu đỏ sẫm hay tím nhạt.

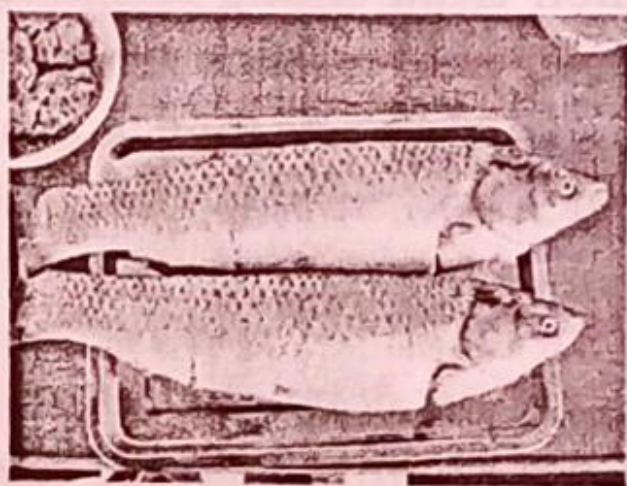
Đối với lá lách (tụy tạng). Lá lách hình dài dẹt, hai đầu tròn, màu đỏ sẫm, hơi xanh, sờ vào thấy xốp. Lách lợn cũng vậy nhưng màu nâu.

Lá lách là một bộ phận cảm ứng dễ dàng với bệnh tật, nên khi con vật mắc bệnh truyền nhiễm lách sẽ sưng to, đọng máu, tím bầm, đổi dạng. Đặc biệt lách vật bị bệnh than sẽ tím bầm nát như bùn, nhiều khi sưng to gấp 5-6 lần bình thường và đen như than.

Đối với dạ dày - ruột. Dạ dày, ruột gia súc khỏe mạnh có màu trắng đồng đều, không có các vết thâm tím, không có ung nhọt, vết loét, không bị căng phồng, đầy hơi, tức khí. Các phủ tạng này vì tiếp xúc trực tiếp với phân, giun, sán,... nên việc chế biến nấu nướng phải hết sức thận trọng, vệ sinh.

- Cá

Con cá mà bạn chọn cần phải có hai mắt sáng và linh hoạt. Trong một số loại cá, mắt cá có thể lồi ra một chút. Trong trường hợp con cá mà bạn định mua có đôi mắt



mờ đục, màu hồng hoặc lõm sâu vào thì tốt nhất đừng mua nó. Đó là dấu hiệu của những con cá đã bị đưa ra khỏi môi trường sống quá lâu rồi.

Một chỉ dẫn khác cho các bà nội trợ là nhìn vào mang cá. Màu đỏ hoặc hồng là màu mang cá tươi và đầy sức sống. Nếu mang con cá bạn chọn không có màu như vậy mà lại có màu tối thì có nghĩa là cá bị ươn. Tương tự, mang cá cũng không được nhớt. Nếu nó nhớt thì đó là dấu hiệu chính xác của một con cá không tươi.

Khi kiểm tra để xác định độ tươi của cá, bạn cần phải kiểm tra thịt của con cá bằng cách ấn nhẹ vào mình nó. Nếu ấn nhẹ vào mà thịt lại bật trở lại về nguyên trạng thì đó là cá tươi. Bản chất của thịt cá là có tính đàn hồi. Theo thời gian bắt cá lên khỏi mặt nước thì khả năng này sẽ giảm. Vì thế đó cũng là một trong những yếu tố giúp bạn xác định cá tươi hay ươn.

Khi bị nhiễm độc, cá thường có hình dạng đầu to, đuôi nhỏ, lơ thơ; có mùi thuốc ở mang cá; cá ít có mùi tanh; khi nấu chín cá thường có vị chát.