

我的美食  
我做主



## 苦瓜酿茄子



最近,一见到可以挖洞填料的菜瓜类,我就想蒸点有趣的东西。正好遇上超市里苦瓜和茄子晚间打折,高兴地买了一堆回家,然后惬意地挖呀挖……

### 原料:

苦瓜、茄子、虾皮、枸杞、盐酥花生仁、食用油、盐、鸡精。

### 做法:

- 1.洗净苦瓜和茄子,切段。每段都挖一小洞,注意不要穿孔。苦瓜上端的长柄不要除去,留着当瓜盖子,增添乐趣。
- 2.取一段茄子,按苦瓜段的数量切出若干茄片作填料。将挖洞挖出的茄子碎片填入每个苦瓜洞里,再在每个洞里放一粒盐酥花生仁,接着斜放一片茄子入苦瓜洞,插入两三粒干净的枸杞。每段茄除了各塞入一粒盐酥花生仁外,也插入两三粒干净的枸杞。然后在枸杞周围斜插入一圈虾皮,方向统一以求美观。
- 3.所有的苦瓜洞和茄子洞都滴一滴食用油。若剩下少许虾皮和茄子碎片,则挤入某一苦瓜洞内,并盖上长柄苦瓜盖子。
- 4.将苦瓜段和茄子段移入蒸锅。然后将盐和鸡精混合,用开水调成少许汤水,注入苦瓜洞和茄子洞里。
- 5.装盘上桌。

(据《厦门晚报》王闯九)

## 观赏鱼如何放养



您在水族店选好鱼后,店家会根据您在路途的时间,按一定的用氧量将您选择的鱼用氧气袋充氧包扎好,如果路程较远,天气变化大,一定要求水族店用泡沫保温箱包装起来,避免途中氧气袋中的水温降低或升高,出现问题。

鱼拿回家后不能立刻倒入水族

箱中,不然会因温差过大引起鱼儿感冒或其他不适。正确的方法是,先打开水族箱盖,不要打开氧气袋连同鱼放入水族箱水面15至20分钟,等氧气袋内水温和缸中水温相近时,解开氧气袋使水族箱中水徐徐进入氧气袋中,然后让鱼自己游出来,袋内水如果脏的话,应放鱼后取出来倒掉。

如果条件许可,可以打开氧气袋倒出一半水再加入水族箱中的水重新充氧,待5至10分钟后再放,这样会更好。特别是一些高档鱼或运输时间长的時候,氧气袋中氨氮、亚硝酸盐浓度过高,直接放鱼,鱼会因水质突然改变引起不适。

还需注意的是,如果缸中已有观赏鱼,在放鱼前要把原来的鱼喂饱,避免它们欺负或者攻击新鱼。另外,一定要等两天以后才能喂食,刚买的鱼在运输过程中会有应激反应,生理功能紊乱,喂食过早容易引起消化不良等病症。

(据《湛江晚报》张强)



林大爷今年75岁,作为家中的老大,自父母过世后就成为了弟弟妹妹的主心骨,大家有什么事情也都一起商量,一直相处得很融洽。如今,因为房产继承的问题,他们兄弟姐妹之间有了隔阂,让林大爷很为难。

### 林大爷:

我有两个弟弟和两个妹妹,最小的弟弟今年54岁,因为小时候患上小儿麻痹症留下了后遗症,所以一直没结婚也没办法工作,只能跟着父母生活,基本就是靠父母供养,其他几个兄弟姐妹的条件也都一般。之前父母养着弟弟,其他人也不能说什么,如今父母去世了,留下来的这套房子正好是一套不错的学区房,所以其他兄弟姐妹就想把这套房产卖了分钱。

我作为老大,没办法左右其他人的想法。我想着我这个弟弟条件不好,虽然照顾父母他没有办法出钱出力,但一直以来很懂事,生活态度也很积极乐观,很少给大家添麻烦。父母走的时候也最放心不下他,还不如安安心心让他在房子里住着,其他人就不要争这套房产了。但是其他兄弟姐妹想的是,反正弟弟没结婚也没有子女,等他去世了还得处理这套房产,不如提前处理了,再给弟弟换个小房子,其他人把剩下的钱分了,这样把钱用在大家最需要的时候更有意义。

### 国家二级心理咨询师张言:

林大爷在父母过世后担起家族的责任,平衡兄弟姐妹之前的关系,确实不是一件易事。在生活中,我们常见的民间遗产分配方式有多给儿子少给女儿的,但是相应的儿子就要承担给老人养老的责任。在林大爷家中,除了最小的弟弟外,其他兄弟姐妹在照顾老人方面出钱又出力,再加上大家的经济状况一般,所以才会在意遗产分配的事情,这也是人之常情,可以理解。

针对林大爷的困惑,我觉得可以在保障弟弟后半生生活水平的基础上,把卖房剩余的钱分了,这样的话大家都没有什么怨言。至于林大爷如果觉得自己生活过得去,想多照顾一下弟弟,完全可以放弃遗产的继承,把自己的那份补贴给弟弟。每个人对亲情的理解不同,既然无法左右他人,就把自己能做的做到位就可以了。

(本报记者 王璐 整理)