

逛菜场才知吃花季节又到了 享受美味时也要注意安全

意听风：逛了菜场才发现 现在已经满市场的栀子花了 随处都有浓郁的香气 说明又到了吃花的季节。

主持人：栀子花不仅可以观赏还可以食用。

意听风：栀子花是夏天最好的打开方式 每年栀子花开时就是毕业季 还记得那年艺人何炅推出《栀子花开》,是一首献给毕业生的歌曲。轻轻的音乐淡淡地描述着离别的心情 ,简单的音乐节奏 让人在聆听时能感受到空气中轻盈地飘出栀子花带来的阵阵清香 ,朗朗上口且清新自然的曲调和歌词 ,具有非常浓郁的校园气息。

主持人：你知道 还有哪些花可以吃吗？

意听风：可食用的花还真不少 ,常见的有桃花、玉兰花、油菜花、玫瑰花、茉莉花、金银花、槐花等。这些花可以泡茶、煮粥、煲汤、制作成糕点、炒菜 吃法很多 ,花炒鸡蛋是简单又常见的烹饪方法。

主持人：对于美食爱好者来说 ,花的颜值及鲜美自然值得 花痴 们亲自去采摘、烹饪 ,追求的是与自然亲密接触的乐趣。

意听风：其实吃花在宋代就成了全民喜爱的一种雅致生活。南宋林洪所著的《山家清供》收录了八种花十二道菜。

主持人：你常吃哪几种花？

意听风：我常烧的花是槐花和栀子花。槐花洗净 打一个鸡蛋 撒少许盐 将槐花和鸡蛋一同搅拌 ,倒入锅中翻炒 ,花的芬芳结合鸡蛋的滑嫩 ,既营养又美味鲜香。栀子花可以清炒 ,也可以配上小竹笋 或者腊肉。栀子花吃在口里 有一种韧劲 ,带一些清香 ,再加上腊肉的香味 配上红红的辣椒 ,色香味俱全 ,很是下饭。

主持人：据说 栀子树全身是宝 ,栀子花可观赏、可入药 ,果实可榨油、可泡茶 根茎也可用作中药材。

意听风：是的。不过要提醒大家的是 ,

享受美味的同时也要注意安全 ,要在正规渠道获取食材 ,尤其是野外、公园里的花 ,不要随意采摘 ,要文明赏花。

主持人：有些花长得很像 ,有的能吃 ,有的却可能危及生命。总之 ,鲜花外表大多光鲜亮丽 ,其所含成分及作用各异 ,有的可以放心食用或使用 ,有的尽管无毒 ,但因个人体质不同 ,也容易引起过敏 ,切勿盲目采摘。

意听风：对的。例如具有清热解毒功效的金银花和有毒的断肠草花。还有一些花名字虽然相同 ,食用方法却不一样 ,例如槐花 ,我用来食用的一般为洋槐花 ,不管是做成槐花饼还是槐花饺子、槐花炒鸡蛋都是不错的美味 ,而国槐花中芦丁含量较高 ,不能直接吃 ,得炮制成生槐花、炒槐花和槐花炭 ,主要用于中药入药 ,还有一些可食用的花只能吃其中的一小部分。

主持人：虽然好多花是可以食用的 ,但是也要仔细区分 ,采摘花的时候应该谨慎 ,认真辨别。

随着端午节临近 买了玻璃罐自己腌咸鸭蛋

阳光：随着端午节临近 ,很多商家纷纷卖起了粽子 ,节日氛围日渐浓厚。其实端午美食不仅有粽子 ,还有麦饼筒、五黄等。

主持人：什么是五黄？

阳光：五黄 ,一般是指黄鱼、黄瓜、黄鳝、咸鸭蛋黄、雄黄酒。

主持人：这些都是端午时节的时令食品。

阳光：是的。咸蛋黄因有个黄字 ,也入五黄之内 ,端午吃咸蛋黄 寓意着健康平安。至于雄黄酒 ,民间有饮了雄黄酒 ,百病都远走 的说法。不管是粽子、麦饼筒还是五黄都可以直接购买。不过也有很多

人习惯于传统习俗或追求仪式感 ,喜欢自己动手做。

主持人：端午节自己动手做的食物 ,最多的应该粽子吧。

阳光：嗯嗯。前几天在网上买的玻璃罐到了 ,下午去超市买了一些鸭蛋 ,准备自己腌咸鸭蛋。

主持人：你自己腌制咸鸭蛋吗？

阳光：是的。咸鸭蛋传统的腌制方法是将新鲜的鸭蛋洗净后 ,码入加水加盐的玻璃罐内 ,封口月余。然后外面裹上搅拌均匀的黄泥或稻草灰。以前我们老家附近的一座山上有很多黄泥 ,大家腌咸鸭蛋都是去那里挖的泥土。而生活在城市 ,黄泥已十分少见 ,不过我在

网上搜了一下教程 ,用盐和白酒也可以腌制。

主持人：为什么是咸鸭蛋而不是咸鸡蛋？

阳光：咸鸡蛋之所以没有咸鸭蛋这么常见 ,我总结了一下 ,主要有以下几点原因。

主持人：什么原因？

阳光：其一是鸭蛋比较腥 ,直接炒着吃或者煮着吃会有腥味 ,而制作成咸鸭蛋后 ,咸鲜味可以盖过腥味 ,吃起来更美味。其二就是鸭蛋的脂肪含量比鸡蛋高 ,腌制更容易出油。另外就是鸭蛋壳比鸡蛋壳更硬 ,在腌制和运输过程中不容易损坏。

虽住儿子家 但很少得到照顾

布布：我们小区昨天一位生病的老婆婆去世了 ,我想说的就是她家的事。阿婆老两口有两个儿子 ,分家的时候 ,他们住在小儿子家 ,不过儿子对他们不好。

主持人：为什么这么说？

布布：老阿婆是突然生病的 ,成了植物人 ,可是老人生病的时候 她小

儿子很少去看她。

主持人：住院的时候是谁照顾 ,医药费是谁付的？

布布：是老阿公和他的大儿子在照顾 ,钱好像是亲戚们出的。阿婆回家后 ,阿公的亲戚凑了些钱给阿婆请了个保姆。阿婆住的房间地方小 ,请了保姆后 ,住不下三个人。小儿子就在小厨房里隔了一个地

方给阿公 ,阿公的床就顶着冰箱。小儿子家房间挺多的 ,自己住二楼一层 ,让老阿公他们住在一楼的后面 ,他宁愿租给别人也不愿给自己的老爸住。为此阿公常常跟人家抱怨。现在 ,阿婆过世了 ,希望儿子能孝顺自己的父亲。

主持人：父母需要的是儿女的关怀。大家都要想父母是多么含辛茹苦将儿女养大的 ,孝顺父母是应该做的。

说说大小事
聊聊烦心事
侃侃新鲜事

138600110

为了少贷款 同学向我借钱 还说不借 就绝交

峰夜：5月16日 ,贵报 Q来Q去 刊出了《点头之交的舞友向我借钱不知道该不该借》一文 ,报道了亲朋好友借钱,会感到特别为难。我也有这样的经历 ,让我有点小纠结。

主持人：谁向你借钱了？

峰夜：我是在上海读的大学 ,前年毕业后回永康 ,在一家公司上班 ,每个月工资也就三四千元 ,是个标准的月光族 。昨天 ,我有个关系比较好的大学女同学 ,突然在微信上发来消息 ,向我借钱。

主持人：借多少？

峰夜：2万元。我说我哪有这么多钱 ,她又说借1万元 ,还说我们永康都是土豪 ,不借就绝交。

主持人：她知道你的收入吗？

峰夜：应该知道的。虽然毕业后没见过面 ,但我们平时还是会在QQ和微信上联系 ,彼此了解对方情况的。她和男朋友是同事 ,在一家网络公司工作 ,她是市场部的 ,他男朋友是程序员 ,有次听她透露 ,两个人月工资加起来有1.5万元左右。

主持人：那还不错 ,他们借钱干什么？

峰夜：说是准备买房子。

主持人：买房子可以向银行贷款。

峰夜：首付已经够了 ,但为了少向银行贷款 ,少付利息 ,所以到处借钱 ,提高首付比例。我听得有点晕 ,我自己房子八字还没有一撇呢 ,而且收入只有他们的五分之一。再说她的银行贷款利息省了 ,那向我借钱 ,我是否应该收取利息呢？民间借贷的利息可比银行高多了。主持人 ,我是不是太小气了。

主持人：我觉得你的想法挺正常的。后来怎么样了？

峰夜：她看我犹豫 ,就就算了 ,然后就不理我了。不过我现在还在为这事纠结 ,希望不会影响到我们的关系。