

初春草莓来报到

选草莓要记住这几件事

早春,市场上草莓逐渐多起来。进入吃草莓的旺季,看起来色泽诱人,吃起来酸甜适口的草莓,你知道如何选如何吃吗?先来了解这些事儿。

选草莓大小不决定口感

中国农业大学食品学院果蔬贮藏教研室主任冯双庆介绍,因为草莓品种的不同,大小自然就会存在差异。

比如,大家经常吃的“章姬”,又俗称“奶油草莓”,它的果实整齐呈长圆锥形,大的 4~5 厘米,果色鲜红艳丽,浓甜美味。另一种草莓——“红颜”,果实短圆锥形,个子相对扁小,但果色也艳丽香甜适口。

消费者可根据自己的喜好而选择,所以由于品种不同而大小的差异对口感不会影响太大。

但是,同一品种的草莓,如果个子没有长到适当大小,口感确实是会比较差的。

在购买草莓时,要挑选着色面达到四分之三的草莓,味道会更好。

存先放盒再装袋冷藏

冯双庆建议,挑选草莓的时候,一定要选择没有损坏的草莓,可以采用扁平的塑料盒装草莓,保护草莓不被压烂,装盒子的时候要轻拿轻放。

为了防止失水,可以找一个塑料袋套在外面,然后把袋口密封好,放到冰箱里面冷藏室冷藏,可存放 7 天。

洗带孔盆中小水流冲洗

冯双庆表示,清洗草莓时要格外的注意,将刚买回的草莓(带着草莓的萼片)放到带有网眼的容器中,用自来水不断冲洗,因为草莓表皮很娇弱,所以水流要细,流动的水可避免农药残等污物渗入果实中。

洗草莓尽量避免用手搓揉,冲洗过的草莓可择去萼片,用 3%~5%淡盐水浸泡 3 分钟后,即可食用。

此外,冯教授还提醒大家,草莓不能一次性吃太多,特别是脾胃虚弱的人。若一次吃不完,可将草莓不清洗放在冰箱的冷藏室,随吃随洗。

草莓酱自己做最好

国家二级公共营养师高睡睡建议,草莓直接洗净吃最好,如果孩子喜欢吃草莓酱,建议家长自己做,少买超市的加工产品。

将草莓洗净去蒂、切块,锅内放少量水烧开,草莓分批放进去,煮开。放少量柠檬汁(白醋也可),酸性条件下维生素 C 保存率高。要



边搅拌边把草莓捣软,捣到没有大块就可以了,加糖到自己喜欢的口感,汤汁会变稠。最后勾芡即可。

整个过程大约 15 分钟,煮的时间长了营养损失也大。

熬制时加入柠檬汁不仅有利于保护维生素 C,而且,草莓中的花青素在酸性条件下颜色也会更红。因此,熬好的草莓酱比草莓本身的颜色还要好看。/ 人民日报

网传“六类醉驾行为免刑” 交警用真实案例辟谣

近日,微信朋友圈里一条题为《公安提醒:六类醉驾可以免除刑事处罚》的图文消息被疯狂阅读、转发,网络点击量突破 100000+。文章中称,2017 年 1 月,浙江、上海、江苏出台了关于醉驾案件的最新规定,六类醉酒驾车情形可以免除刑事处罚,包括挪动车位型、睡觉休息型、尚未驶出型、被醉驾追尾型、隔时醉驾型、救治病人型。

执法实践中,这六类醉驾情形真的可以减免处罚吗?记者调查发现,事实并非如此。2 月 28 日,江苏省公安厅交警总队专门就此事进行辟谣,提醒广大驾驶人千万别相信。

网传“六类醉驾”可免刑事处罚

近日,不少网友的微信圈里都流传着这样一篇文章,称六类醉驾可以免除刑事处罚。文章中写道,自从《中华人民共和国刑法修正案(八)》增设了危险驾驶罪,实践中对于情节轻微不需要判处刑罚的法律适用存在较大争议。2017 年 1 月,浙江、上海、江苏出台了醉驾案件的最新规定,可以归纳出以下六种类型属于情节比较轻微。

这六类醉驾行为分别是:挪动车位型、睡觉休息型、尚未驶出型、被醉驾追尾型、隔时醉驾型、救治病人型。文章中,还通过两个法院判例进行举例说明。

记者在微信里搜索发现,类似文章被多家微信公众号转发,点击阅读量更是突破十万次。

面对这则消息,江苏省公安厅交警总队专门通过微信公众号进行辟谣,表示对于酒驾醉驾等违法犯罪行为,交管部门始终保持重拳出击的严管态势。

对于查获的涉嫌醉酒驾驶犯罪行为,将一律立案侦查;对于事实清楚、证据确凿的,将一律移送起诉。同时提醒广大驾驶人,对于网络传播的消息,不清楚的一定要跟交管部门核实,千万别轻信假消息。

这则网传消息千万别当真——

针对网传的醉驾免刑六类行为,江苏省公安厅交警总队专门找来案例,有针对性地逐一辟谣。

挪动车位型

网传:这类驾驶人驾车的目的并非在道路上行驶,而是为了挪动车位。如由他人驾车送回小区停车场,因他人未将车泊好,挪动车位刚擦别人车辆或碰撞上消防栓而案发。

辟谣:2016 年 12 月 2 日子夜,苏州吴江区公安局开发区交警中队接到报警称,运西派出所门口一辆轿车在挪车过程中撞上一辆正常行驶的出租车。交警赶到现场发现,自称私家车驾驶员的赵某和自称车上乘客的男子张某身上都有浓浓的酒味。

经查证,真正驾车人是张某,也就是赵某的外甥,二人酒精检测结果均已达到醉驾标准。随后,吴江警方以危险驾驶罪对此案立案侦查。2017 年 2 月 17 日,二人均已被移送起诉。

睡觉休息型

网传:这类驾驶人在行驶一段距离后主动放弃醉驾,靠边停车睡觉。

辟谣:2016 年 9 月 16 日晚,在扬州市江都大桥,江某酒后驾车过程中困意上涌,直接将车停在路上睡着了。交警到达现场后,敲打窗户几分钟才把江某喊醒。

随后,交警将驾驶员江某带到医院进行血液酒精测试,结果显示江某的酒精含量已经远超醉驾标准,随即以涉嫌危险驾驶罪对江某进行立案调查。2016 年 11 月 25 日,犯罪嫌疑人江某因涉嫌危险驾驶罪,被江都区人民检察院依法提起公诉。

同年 12 月 5 日,江某被法院判处拘役 2 个月,并处罚金 3000 元。而根据《道路交通安全法》的规定,醉酒驾车的江某还将被处以吊销机动车驾驶证,5 年内不得重新申领机动车驾驶证的处罚。

尚未驶出型

网传:驾驶人在道路上准备驾驶尚未驶出时即被交警查获。

辟谣:交警部门表示,如果饮酒者只是有驾车的意图,而没有发生驾驶车辆的实际行为即被制止,将不作为酒驾或者醉驾处罚。

被醉驾追尾型

网传:驾驶人血液酒精含量较低,虽发生

交通事故,但对方亦醉驾且负事故全部责任。

辟谣:目前,江苏交警部门还没有查获过双方均涉嫌醉驾的事故案例,但查获过双方均为酒驾的事故案例,事故双方均被依法处罚。

2016 年 8 月 29 日深夜 11 点 40 分,苏州吴江开发区交警中队接到报警,称云梨路九松路口有两车相撞。民警在现场看到,一辆科鲁兹轿车停在路中间,车内人员已经离开。二三十米外的一处绿化带中,一辆大众尚酷轿车翻倒在草坪上。

民警调取监控录像发现,两辆车当时是一前一后行驶,科鲁兹左转弯时后面的尚酷车速飞快,直接从左侧撞上科鲁兹,然后翻了好几个头头撞停在绿化带中。经查实,事故双方驾驶人都存在酒驾行为。

最终,科鲁兹驾驶员徐某因无证驾驶被罰 2000 元,记 6 分;尚酷轿车驾驶人毛某因饮酒驾驶被罰 2000 元,记 12 分,暂扣驾驶证 6 个月。

隔时醉驾型

网传:这类驾驶人饮酒后将车停放在饭店门口,间隔数小时或隔夜回饭店取车驾驶,但血液中的酒精含量仍达醉驾标准。

辟谣:2016 年 3 月 31 日上午 8 点半左右,一辆货车行驶至 312 国道镇江段廖家甸卡口附近,因为涉嫌超载被民警拦下。

就在民警了解情况时,闻到货车司机满身的酒气。后经测试,驾驶员张某体内的酒精含量达到每 100 毫升 84 毫克,属于醉酒驾驶。据张某称,自己是前一天晚上喝的酒。最终,驾驶人张某因危险驾驶罪被法院判处拘役一个月,缓刑两个月和 1000 元罚金。

救治病人型

网传:驾驶人为送生病的家人去医院急诊或者赶去医院陪家人急诊而醉驾。

辟谣:目前,江苏交警部门尚未查获此类案例。但如果发生此类案件,交警部门将客观调查案件的详细经过,全面收集各类证据信息,依法依规移送起诉,由公诉或审判机关依法裁定是否具有减轻或免于处罚情节。/ 人民网

广东查获多个 侵犯个人信息犯罪团伙 涉及个人信息近1亿条

记者 1 日从广东省公安厅获悉,当地警方近日在公安部的组织协调下,联合 19 个省(区市)公安机关摧毁侵犯公民个人信息犯罪团伙 6 个,捣毁犯罪窝点 14 个,抓获犯罪嫌疑人 138 名,案件涉及公民个人信息近 1 亿条。

广东省公安厅副厅长林伟雄说,2016 年下半年,广州警方对已侦破的侵犯公民个人信息案件进行电子数据分析排查时发现,6 个违法犯罪团伙活动异常。

经查,这些团伙非法贩卖开房、快递、计生、征信、民政、网络支付及通话记录等公民个人信息,利用非法获取的公民个人信息实施追债、电信网络诈骗和虚假登记工商、国税、地税手续等违法犯罪活动,严重侵犯公民个人隐私,威胁人民群众生命财产安全。专案组扩线侦查后发现,该 6 个犯罪团伙庞大的犯罪体系,活动区域包括广东在内遍及全国 20 个省区市,主要通过网络等方式进行信息非法获取、交易,作案手法隐蔽,且经常变换手法。

广东公安机关已开展多次打击个人信息犯罪的专项行动。此次“飓风 1 号”专案收网行动,是今年打击侵犯公民个人信息犯罪的第一仗。目前侵犯公民个人信息犯罪形势仍不容乐观。/ 新华社

挤牙膏前别蘸水

生活当中,我们难免会碰到各种琐碎小难题。掌握一些窍门,略施小计,也许就可以让生活难题迎刃而解了。

盐水洗蘑菇

被誉为“长寿菜”的蘑菇,口感鲜美、细腻嫩滑,有提高免疫力、防癌抗癌等功效。但新鲜的蘑菇很脆嫩,而且伞状菌盖上有黏液,灰尘很容易粘在上面,想洗净不容易。

这里教您一个简单的方法:洗蘑菇前,准备一盆清水,先在水里放点食盐,搅拌一会儿使其溶解。然后,将蘑菇放在水里泡一会儿再洗。如果蘑菇比较脏,泡过后,还可以把水顺着一个方向搅,这样粘在蘑菇上的尘土杂质很快就能被清除了。

需要提醒的是,洗蘑菇前,最好把菌柄底部带有沙土的硬蒂去掉。此外,蘑菇像海绵,可吸水,浸泡时间不宜过长,三五分钟即可。

挤牙膏前别蘸水

大多数人刷牙时,习惯性地先把牙刷蘸湿了再挤牙膏。这种方法并不可取。如果牙刷是湿的,挤上牙膏后,刷牙时会很容易起泡沫,人们就会觉得已经刷了很长时间的牙而过早结束。

日本牙科的刷牙口号是“饭后 30 分钟以内,刷 3 分钟以上。”牙膏本来不是用泡沫来清洁牙齿,而是靠里面的清洁成分和牙刷与牙齿的摩擦。摩擦越细微、时间越长,刷得越干净。牙膏不蘸水,挤上牙膏慢慢刷,渐渐出些细微的泡沫,牙膏的清洁成分才能被发挥到最大。/ 人民网

我国首次启动卫星遥感 监测全国城市违法建设

住建部城乡规划司有关负责人 1 日说,2017 年住建部将进一步加大违法建设治理力度,正式启动卫星遥感监测违法建设全覆盖,全国所有城市及时发现违法行为。

这位负责人说,目前已启动了 297 个地级以上城市的违法建设监测工作,将逐月移交监测结果,2 月底前已完成第一批 20 个城市 3269 个遥感监测图斑的移交工作,以后将持续滚动推进。

这位负责人介绍,住建部将推动城乡规划法与刑法的衔接。近期最高人民法院会同住房城乡建设部发布了因违法建设及相关行为被追究刑事责任典型案例,涉及城乡规划建设实践中较为常见的几种违法犯罪类型。通过以案释法,明确适用刑事法律预防和打击城乡规划领域的犯罪行为,进一步规范城乡规划建设秩序。/ 新华社