



● 皮皮妈

现代化的厨房设备谁家都有,不稀奇,而皮皮妈“弃之不用”,在房子的楼阁大平台种菜、搭土灶,这里完全成了一片“田园”,也成了为宝贝皮皮制作生态餐的天堂和教育基地。



皮皮妈咪与皮皮

自己种菜 自制土灶 做“生态餐”



皮皮妈和皮爸花了几千元买了营养土,铺在阁楼上,在上面种植了青菜、西红柿、辣椒、草莓、韭菜等瓜果蔬菜。原本的储藏间被改造成了“生态厨房”,里面是他们一家三口砌起来的一个土灶台,上面是口大铁锅,下面是柴禾。“土灶柴禾配大锅烧出来的饭菜虽然没有电饭锅精致,但是真的是特别香,像极了我们小时候饭菜的味道,烧完饭还有锅巴,皮皮特别爱吃,那种香味太原生态了,米饭入口的感觉回味无穷。我们家每天煮饭、烧菜都用它,看我们家皮皮只有8岁,但却长的特别高,皮肤超级白呢。”

皮皮妈告诉记者,她最拿手的是土灶蒸包子。在屋子里醒面,用现代化器具做美食都弱爆了!“皮皮最爱的是豆沙包,比起外面买的,我做的豆沙包真是一绝。我不仅自己弄,还会教皮皮一起动手制作包子。”做出美味土灶蒸包子的秘诀在于,首先,皮妈发面用“糟头”不用酵母。酵母粉发面快,但是没有嚼劲。待醒面团的时候放入碱,但要掌握好剂量,碱多了包子就发黄,碱少了包子就酸了哦。其次,豆沙要自己熬制。外面买的现成的豆沙有添加剂而且不带皮,皮皮少吃为妙,豆沙有皮才能保持营养。先将红豆泡过,放在这口大土灶锅上面蒸熟、压烂。这样,做出来的豆沙包又紧实,又美味。豆沙都冒出来了,香喷喷的,皮皮迫不及待地咬了一大口,一脸的满足。

Q:发面的“糟头”是什么东西?

A:糟头也叫老面,面起子。就是发面蒸馒头时剩下一小团面,由于里面有很多酵母菌,下次发面的时候作为菌种用。这种用上次发酵的面做菌种发面蒸的馒头就叫老面馒头。与之相对的是用酵母菌(有干、鲜之分),直接发面蒸出的就不能叫“老面”馒头了。老面在保存过程中往往会同时有乳酸菌存在,发的时间稍长就会有独特的酸味出现,故用老面发面蒸馒头时需要加食用碱来中和其酸味。

现代快报记者 昂洁



王春美容院创始人 王春

大儿子:18岁,即将赴加拿大多伦多大学留学;小儿子:6岁,识2000多汉字,熟悉二战历史,地理知识丰富。作为两个孩子的母亲,和老公、婆婆共同生活20多年,肩担有300多个员工的企业,在美容行业创下多个“全国第一”,这个女人很不一样!第一次在咖啡馆见到王春,记者着实吃了一惊:40多岁的女人看起来只有30岁,神采奕奕地冲着你笑,恰如一朵开到正好的花。

美丽是正能量 不把负能量 传给孩子

当王春兴高采烈地把为小儿子琦琦写的70多页的日记给记者看时,暖暖的小幸福在空气中弥漫:今天弹钢琴,琦琦一阵乱弹,很不耐烦。我用动物世界中的狮子举例告诉他说,“你看那头公狮子因为没本领,就没有母狮子喜欢它。你现在弹钢琴是在学技能练本领,将来才会有女孩子喜欢你。”琦琦听完也笑了,“我要当有本领的狮子!”

“工作中的问题绝不带回家中,负能量绝不传给孩子。”事业、家庭几乎占据着王春的“全部”,就算这样,她不会忘了“自己”——爱美、爱读书、不开心的时候就去跑步,在恣意的奔跑中释放负能量。“要学会投资自己,做个‘面子美里也美’的漂亮妈妈,”作为资深美丽专家,王春建议,“护肤品不是越贵越好,适合自己的才是最好的,要定期保养和选择适合自己的护肤品。”年轻时补水、保湿很重要,到了一定时候抗衰老也很重要,她推荐用一些精华素,可以深入到皮肤的底层。面部是身体的一面镜子,堆积的毒素排不出来会造成脸上的各种问题,出汗是很好的身体排毒方式,王春喜欢跑步一直跑到出汗。

“里子方面”,王春至今保持着睡觉前看书充电的习惯,也经常去户外旅游,脱离城市的纷纷扰扰。书籍培养了她智慧的头脑,旅游开拓了她宽广的胸怀。“相由心生”,王春觉得一个人的内在决定了她的外表,保持愉悦的心情和包容的心态,是留住青春的灵丹妙药。“妈妈是最漂亮的女人!”每当小儿子琦琦讲这句话时,王春都觉得特别幸福。

美满的家庭是工作有力的支柱,成功的事业带来美丽与自信,美丽和自信又帮助自己与身边的人更愉快地相处……王春的正能量不断地循环往复!

现代快报记者 周青 实习生 董思文



王春与儿子