



原来兔子不能只吃胡萝卜!

不管是在动画片里还是在童谣中,兔子都是和胡萝卜在一起的。所以,在我们的印象中,兔子最爱吃的食物应该是胡萝卜。然而读者魏女士却提出疑问:为什么家里养的兔子不爱吃胡萝卜,而且胡萝卜吃多了兔子反而生病拉稀了?那么,兔子到底爱不爱吃胡萝卜,又能不能只吃胡萝卜呢?

在魏女士家里,记者给她的宠物兔甜甜准备了一份胡萝卜和一份兔粮。结果,面对两份食物,甜甜先是向胡萝卜走去,闻了闻、看了看后,又转向了一旁的兔粮,吃了起来。看来,宠物兔甜甜对胡萝卜并不感兴趣。难道,兔子真的并不爱吃胡萝卜,还是这只兔子只是一个个案呢?

为了验证真相,近日,记者走进沙县自然乐谷农业发展有限公司的养殖基地。基地的养殖人员告诉记者,他们饲养的兔子吃的都是全天然的草料,如葛根叶、菜叶、嫩鲜叶,偶尔喂食胡萝卜。

养殖场的兔子平时很少吃到胡萝卜,如果特意它们准备胡萝卜,兔子们会不会趋之若鹜呢?养殖人员为记者取出了年龄、体

型不同的黑兔十只。然后我们准备了草料和胡萝卜,接下来就看小兔子们的自由选择了。结果,记者发现,每只兔子都是先把各自的草料吃完后,再去吃胡萝卜。

经过两次实验,胡萝卜并没有表现出绝对的优势,难道说胡萝卜不是兔子的最爱?养殖员告诉记者,“胡萝卜水分太多,对兔子肠胃不好,幼兔不能吃胡萝卜,成年兔子一周也最好不超过三次。”

对此,泉州乡村休闲发展协会专家委员会副秘书长陈锦和认为,即使兔子喜欢吃胡萝卜,也不能只给它吃胡萝卜,还应搭配其他饲料或者草料。否则兔子会生病,这是因为胡萝卜不仅水分多,而且粗纤维含量较少,如果粗纤维达不到兔子的需求量,它的肠道会出现紊乱,表现出来就是拉稀,而小兔子是经不起拉稀的,一般拉稀拉得厉害的话,有的时候就会死亡。

泉州师范学院海洋与食品学院高级实验师陈朝阳则提醒大家,兔子本身就是一种小型食草动物,而草里面的主要成分就是粗纤维,所以兔子对嫩草是有偏



兔子更爱吃嫩草

好的。不过,吃草料要晾干雨水、露水才能拿来喂养兔子,这样兔子才不易生病。不同的动物有不同的饮食需求,小兔子虽然可爱,但要想养好小兔子,还是要对它有足够的了解。

□本报记者 黄盈盈/文 林月治/供图

@ 小曼微生活

关注生活点滴,倡导健康生活。你有疑问我来解答,欢迎 @ 小曼微生活。微博网址为 <http://t.qq.com/hyy088>。

【心脏不“喜欢”盐】根据世界卫生组织的数据显示,如果人们每天将盐(氯化钠)的摄入量降低到5克水平,那么每年大约有250万人可以免于死亡。而大多数人对盐的摄入量都远远超过了这一标准,超出率达80%~140%。研究发现,每天摄入的盐超过13.7克,心力衰竭的速度会翻倍。大量盐的摄入会显著增加心力衰竭的风险,而这种盐摄入量过量导致的心力衰竭与血压无关。

【柔顺剂能防霉】将衣物柔顺剂稀释50~100倍,用抹布把桌子、椅子、墙壁、柜子、书橱门板、门把等擦一擦,发霉情况严重的就稀释50倍,居家预防的就稀释100倍。鞋子换季保养,也可以稀释5~10倍左右,擦一下爱鞋,晾干了再收藏,可以防霉。

【床头不宜靠窗户】在布置床铺时,床头不宜紧靠窗户,当床头靠紧窗户摆放时,从窗户吹入的冷风容易使人受凉生病,床头摆放的书桌、床头柜等也会给开关窗带来不便。有条件的,最好将床长边与窗户所在的墙面平行摆放,使门窗之间的气流不会直吹身体,也便于开关窗户。

创意生活



防溅花洒器

洗碗槽的水龙头常常弄得到处水花四溅,不妨试试这款防溅花洒器。安装后,花洒器可旋转喷水,加大清洗面积,也可以调节水量大小,节约用水的同时带来更高的效率。(参考价格15元左右)

□本报记者 黄盈盈/文/图

生活提醒

清洗海鲜时要“武装”一下

对于大多数人来说,明虾是餐桌上最常见的美味海鲜。但是,市区黄女士的手被明虾刺了一下,竟引起脓毒血症。

医生介绍,可能是明虾中的细菌通过创口进入血液,引起脓毒血症。鱼、虾、螃蟹、贝壳类等海鲜,本身带有许多细菌,比如淋球菌、阴沟杆菌、葡萄球菌,甚至还有海洋创伤弧菌。如果接触海鲜时不小心被刺伤,或是手上有创口,就有伤口感染的可能。对于抵抗力正常的人群,发生严重感染的可能性并不大,但是对于抵抗力差的人,或是有一些基础疾病的人来说,危险系数会变大。

因此,为了防止被海鲜扎伤,清洗海鲜时最好“武装”一下,戴一副手套。万一不小心被海鲜扎伤,要用酒精或碘伏为伤口消毒,注意不要让伤口碰水。此外,海产类食物一定要煮熟再吃,因为高温可以杀死大部分的细菌。

□本报记者 黄盈盈/综合整理

网红饮料“咔哇潮饮”被禁

近两个月来,一款名为“咔哇潮饮”的饮料在年轻人的圈子内“走红”,但经相关部门理化检验,发现其含有“ γ -羟基丁酸”,喝多会对人体造成损害。9月30日,国家食品药品监督管理局针对此事发布通告,“咔哇潮饮”饮料含精神药品,责令相关企业立即停止生产销售,并召回相关食品。

食品研发工程师、泉州市营养

师协会专家傅仰裕介绍,“ γ -羟基丁酸”最初曾被用作镇静剂和麻醉剂,但由于后来发现其不良副作用便停止使用,如今“ γ -羟基丁酸”一般只用于治疗嗜睡症。滥用“ γ -羟基丁酸”会造成暂时性记忆丧失、恶心、呕吐、头痛、反射作用丧失,严重时会导致人失去意识、昏迷及死亡。我国已将“ γ -羟基丁酸”列入一类精神药

物予以管制。国家食品药品监管总局要求,各地加强对食品经营监督检查,特别是加强对娱乐场所和所在地网络交易第三方平台的监管,严肃查处销售“咔哇潮饮”饮料的违法行为。公众发现有生产者、经营者违法生产、销售该饮料的,请向当地食品药品监管部门举报。

□本报记者 黄盈盈

葡萄干泡醋更有营养

“葡萄干被醋浸泡之后,很多营养成分更趋稳定,吸收率提高。”高级厨师、国家三级公共营养师林朝曦介绍,醋泡葡萄干,呈酸性,酸味

入肝,能增强肝脏功能,修复肝脏细胞。具体做法是:将洗净的葡萄干放入密封容器里,将醋倒入容器内,淹过葡萄干为止。只要腌一夜,醋就会沁入葡萄干里面,使葡萄干膨胀。时间越久,醋浸入越多,一天吃一大勺即可。

□本报记者 黄盈盈

鸡蛋壳颜色与营养无关

鸡蛋是生活中常见的食品,人们往往会通过蛋壳的颜色来判断鸡蛋是否有营养。对此,营养专家认为,鸡蛋养分与蛋壳颜色并没有必然联系。

高级厨师、国家三级公共营养师林朝曦介绍,在鸡蛋的形成过程中,影响蛋壳颜色的色素主要是原卟啉(又称卵卟啉)。合成原卟啉

的能力是由遗传因素决定的,所以蛋壳颜色主要受遗传因素的影响。比如,用白壳蛋鸡和褐壳蛋鸡杂交,下出来的蛋就是粉壳的。此外,蛋壳颜色的深浅与产蛋量有关,一般产蛋初期蛋壳较深,然后逐渐变浅。也就是说,对一只母鸡来说,蛋壳颜色深浅是比较固定的。天然食物或商品饲料中获得

的色素并不能被沉积到蛋壳中。当母鸡随着年龄增长而蛋的重量不断增大时,有限色素就会分布到表面积扩大的蛋壳上,导致蛋壳颜色变浅。

所以,林朝曦建议,挑选鸡蛋不要太看重蛋壳颜色,仅凭颜色也很难判断哪种鸡蛋更有营养。

□本报记者 黄盈盈