执行主编：刘琳佳 责任编辑：刘雪娇 电话：(0451)84612187 E-mail:lnliuxuejiao@163.com

# 寒夜炉火暖 一盏茶生香

冬三月，闭藏之时。窗外风硬，屋里炉小火微，最宜捧一杯热茶。茶烟袅袅里，不是贪那点苦味，是借草木的温润，把寒气从指尖一点点逼出去。古人说寒夜客来茶当酒，竹炉汤沸火初红，冬日饮茶，重在一个温字、一个慢字。



红茶是壁炉，是冬日的暖阳。全发酵之后，茶多酚转成茶黄素、茶红素，性子由清寒变得甘温。取祁门、正山小种或滇红三五克，白瓷盖碗最相宜，水温九十至九十五摄氏度，润茶五秒，首泡三四十秒出汤。茶汤橙红，入口有蜜香、桂圆香，喉头一滑，胸口先热。若嫌单薄，可投两片生姜同泡，或兑少许温牛奶，便成家常奶茶。晨起畏寒、手脚不暖的人，红茶最贴身。

熟普洱是老灶，温吞却厚道。渥堆发酵多年，茶褐素沉稳，不刺激胃，专解冬令进补后的油腻。取熟普五至七克，沸水快速洗茶两次，盖碗冲泡前十泡快出汤，后段可稍焖；想喝浓些，便用陶壶煮：冷水投茶，大火沸后转小火三分钟，关火焖两分钟。汤色红浓透亮，陈香裹着木香，一顿羊肉火锅后饮半盏，肠胃像被轻轻抚平。配一角新会陈皮同煮，理气祛湿，是南方湿冷天里的黄金搭档。

老白茶是旧友，越陈越温柔。新白茶偏凉，存过三年便转温，存过七年只剩润。取陈化五年以上的寿眉或白牡丹五克，玻璃壶或陶壶皆可。先温水润茶，再加纯净水，大火煮沸转小火慢煮十到十五分钟，汤色琥珀，枣香药香浮起。可丢两颗桂圆、几粒枸杞同煮，润燥养血。暖气房里待久了咽干舌燥，这一壶比白开水懂你。

姜枣茶是民间方，不算严格意义上的茶，却最懂寒冬。生姜三片拍松，红枣五枚去核掰开，入小锅加五百毫升水，大火烧开转小火煮十五分钟，喜甜可搁一小块红糖。姜辛散、枣甘补，晨起温饮一杯，后背微微发汗，寒气从毛孔里退场。阴虚火旺、口疮不断的人要少放姜，改抓几粒枸杞、几片麦冬同煮，便润了三分。

岩茶与陈年乌龙，是给不怕浓的人备的。大红袍、水仙、肉桂，百摄氏度的水，盖碗快出汤，前几泡闻花香，后几泡嚼岩骨。茶性不寒不燥，提神却不凶，适合雪夜独坐、读闲书、听风声。

冬天最长的，不是夜，是茶烟散尽前那点从容。愿你我此冬有茶可暖，有香可闻，有慢下来的理由。 赵芬

## 狗鼻为何总湿润

摸过狗鼻子的人都知道，那鼻头凉凉湿湿，像沾了层薄露。其实这不是汗，也不是鼻涕，而是鼻腔黏膜持续渗出的特殊黏液。狗的嗅觉细胞多达上亿个，比人类灵敏几十倍，湿润表面能牢牢粘住空气中的气味分子，再送进嗅觉系统分析。它舔鼻子，既是补水，也是把气味送进口腔上颚的犁鼻器做二次识别，连主人生气、害怕都能闻出来。

湿鼻子还帮狗降温。狗汗腺少，主要靠喘气和鼻头水分蒸发散热。所以健康狗清醒时鼻头多微湿，睡着不舔了、刚晒完太阳、跑累缺水时，鼻子会暂时变干，活动一会儿就恢复。 张莉齐

## 残酒兑清水 吊兰叶更青

**花草世界**

家里喝剩的啤酒，别急着倒。吊兰皮实，偶尔“喝”一点稀释啤酒水，叶子会更挺、更亮，抽蔓也勤快。但啤酒不是肥，用错了反而烧根招虫。

**第一步，去酒精。**

开瓶敞口放一晚，让酒精和气泡散掉。别用精酿、果味、高糖啤酒，普通淡啤最稳妥，过期没变味的也能用。

**第二步，分两种用法。**

**擦叶最安全** 按1份啤酒兑20份清水，软棉布蘸湿，拧到不滴水，顺叶尖向叶基轻擦正反面。灰尘去掉，叶孔透气，糖分氨基酸慢慢被吸收，几天后叶子像打了薄蜡。擦完隔天用清水软布再拂一遍，避免糖膜粘灰。两周一次足够。

**灌根要保守** 按1份啤酒兑50到100份清水，盆土偏干时沿盆边慢浇，底孔出水就停。别浇茎心，别当正常喝水天天给。生长季每月一次，冬天停手。啤酒里的二氧化碳能松土，微酸性能缓减板结，但它不含完整氮磷钾，不能替了正经肥。

**有几个坑必须躲：**原液直接倒，必烧根；擦叶后不清洗，招蚜虫和霉点；盆土本来就湿还灌，根会闷烂；刚换盆、烂根、休眠的吊兰先别喂。

马田龙

**怡情养性**

## 新手插花 选对花材

插花看似随意，其实花材选得对，作品就成功了一半。对新手来说，与其追求繁复名贵的花材，不如从好养、好搭、有形态感的花开始，既容易上手，又能让花束迅速出效果。

第一类：撑骨架的线状花。新手插花最容易犯的错是“一团乱”，缺少主心骨。建议选剑兰、飞燕草、银芽柳这类线条挺拔的花材，先立起高低错落的结构，作品立刻有呼吸感。银芽柳尤其适合新手，枝条柔韧、耐放，随便一插就有姿态。

第二类：定视觉的焦点花。一个花束需要一两朵“主角”吸引目光。洋桔梗、向日葵、百合都是新手友好型：洋桔梗花瓣层层叠叠，颜色温柔，几乎不会出错；向日葵花头大、色彩亮，一朵就能压住整个作品；百合香气足、花型舒展，注意选花苞刚开的，观赏期更长。

第三类：补层次的填充花。空隙太多会显空，太满又显闷。满天星、小雏菊、尤加利叶是万能填充：满天星轻盈蓬松，能柔化整体轮廓；小雏菊清新可爱，适合田园风；尤加利叶带灰绿色调，既填空又提气质，还能长久保留。

第四类：加分的小心机。想让作品更出彩，可以加一点尤加利果、棉花、干花枝做点缀，质感对比会让花束更有层次。色彩上记住“主色不超过三种”，同色系深浅搭配最稳妥；花材高低要有落差，别插成一个平面。

最后提醒：新手买花优先选耐放、花茎硬挺的品种，比如洋桔梗、向日葵、剑兰，避免花瓣娇嫩易掉的花。插之前把花茎斜剪、去掉水下叶片，勤换水，作品能多美好几天。

选对花材，新手也能插出有模有样的花束。从骨架到焦点再到填充，一层层搭起来，你的作品自然加分。 刘岩

广告

