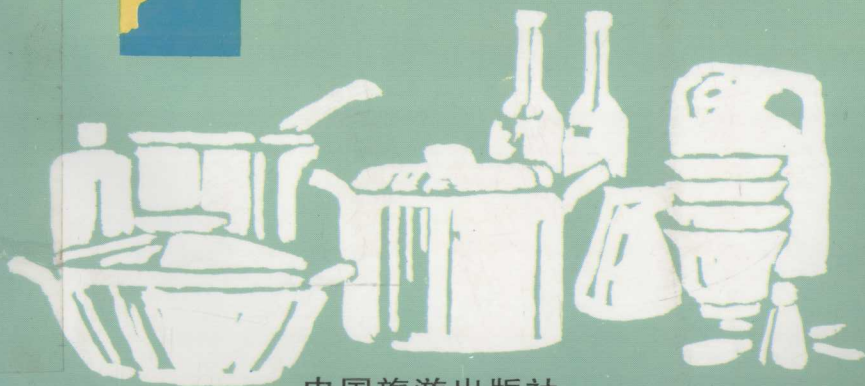


厨房 小窍门 新编

石科文 编著



中国旅游出版社



空军医专610 2 0060225 4

厨房小窍门新编

石科文等 编著

编著者 (以姓氏笔画为序)

王 宁 王庆玉 王桂英 刘 芳 李 佳

冯 冰 范端华 高天云 高志敏 郭永辉

陈 奇 赵定一



090558

中国旅游出版社

(京)新登字031号

责任编辑:潘笑竹

封面设计:吴建群

技术编辑:吴子文

图书在版编目(CIP)数据

厨房小窍门新编/石科文编著. -北京:中国旅游出版社, 1995.5

ISBN 7-5032-0449-4

I. 厨… II. 石… III. 厨房-知识 IV. TS 972.26

中国版本图书馆CIP数据核字(95)第01101号

厨房小窍门新编

中国旅游出版社出版

(北京建内大街甲9号)

新华书店北京发行所发行

北京平谷华光印刷厂印刷

1995年5月第一版

1995年5月第一次印刷

开本:787×1092毫米 1/32 印张:14.375 字数:330千

印数:6000册

定价:13元

写给读者的话

（代前言）

亲爱的读者，感谢您从书架上取下了我，并打开了我的扉页。既然您如此看重我，我也决不会使您失望。

我这样说是否有点“王婆卖瓜，自卖自夸”呢？当然不是。您只要环顾下书架上摆的书就会发现，我的伙伴很多，但是您无论拿我与哪位伙伴比，都可看到我的优点，这就是，人有我有，我有人无，人有我新。

先说人有我有，我有人无。我的条目多，内容全，信息量大。从经济效益上讲，买我回去就等于买两本书回去，您挣钱不易，同样花钱，即使多花一点，当然要买条目多、内容全、使用价值大的书了。

再说人有我新，我的主人在编写我时，尽量把那些陈旧的条目内容删去不用，而将那些近年总结出的新经验、新方法加进去。您是聪明人，买书当然想买内容新、真能带来实惠的书了。

我的另一优点就是通俗易懂，一事一题，一题一议，一看就懂，一懂能用，一用准灵。

当然，我的优点并不只这些，您带回我去后，会逐步发现我更多的优点。

亲爱的朋友，您如果把我带回去，成为我的主人，我将竭诚为您服务。如您暂时还不需要我，那也没关系，我们毕竟认识了，如果那一天您需要我时，请再光顾本出版社、本书店我将随时准备为您服务。

编者

目 录

购物防伪小窍门

盖什么章的肉可以买	(1)
怎样鉴别牛肉与马驴肉	(1)
制馅怎样选用牛肉	(2)
清炖怎样选用牛肉	(2)
怎样区分牛肉等级	(3)
怎样区分羊肉等级	(3)
怎样鉴别牛羊肉新鲜度	(3)
怎样鉴别牛羊肉老嫩	(4)
识别绵羊肉与山羊肉法	(4)
怎样根据烹调需要选购羊肉	(4)
识别豆肉法	(5)
识别瘟猪肉法	(5)
识别种猪肉法	(5)
识别注水猪肉法	(6)
怎样识别再冻肉	(6)
鉴别鲜肝法	(6)
鉴别牛羊猪心法	(6)
怎样鉴别好肚的质量	(7)
怎样挑选猪腰	(7)
怎样鉴别火腿品质	(7)

腊肉和咸肉有何区别.....	(8)
腊肉质量鉴别法.....	(8)
怎样识别咸肉质量.....	(8)
怎样挑选灌肠.....	(8)
怎样识别灌肠馅优劣.....	(9)
怎样挑选香肠香肚.....	(10)
烧烤肉质量鉴别法.....	(10)
怎样挑选叉烧肉.....	(10)
怎样知道罐头产地和厂家.....	(11)
怎样知道罐头生产日期.....	(11)
商标脱落后怎样知道罐头内食品是什么食品.....	(11)
鉴别罐头质量法.....	(12)
怎样识别腊鸭老嫩.....	(12)
选购板鸭法.....	(12)
怎样识别腊鸭咸淡.....	(13)
鉴别冻鸭老嫩二法.....	(13)
鉴别鸡老嫩三法.....	(13)
怎样识别注水鸡鸭.....	(13)
识别鸡塞肫法.....	(14)
识别鸭鹅塞肫法.....	(14)
识别活禽与死禽屠宰法.....	(14)
鉴别新鲜禽类法.....	(14)
怎样鉴别健康鸡和病鸡.....	(15)
怎样鉴别变质烧鸡.....	(15)
鉴别鲜蛋法.....	(16)
判断鸡蛋存放日期.....	(16)
什么月份防止买坏蛋.....	(16)

怎样鉴别十种次蛋·····	(17)
对十种次蛋怎样处理·····	(18)
怎样识别鲜蛋与孵蛋·····	(18)
怎样识别散黄蛋与贴皮蛋·····	(18)
怎样挑选优质咸蛋·····	(19)
优质松花蛋鉴别三法·····	(19)
识别皮蛋有毒法·····	(19)
鉴别新鲜牛奶法·····	(19)
识别奶粉质量法·····	(20)
鉴别鲜鱼二法·····	(20)
怎样区别胖头鱼和白鲢鱼·····	(20)
怎样区别大黄鱼和小黄鱼·····	(21)
怎样区别青鱼和草鱼·····	(21)
怎样识别受化学物质污染的鱼·····	(22)
吃河豚鱼有何危险·····	(22)
怎样识别河豚鱼·····	(22)
识别江河鱼与湖塘鱼法·····	(23)
怎样识别死鳝加工的鳝鱼丝·····	(23)
怎样鉴别甲鱼质量·····	(24)
判断甲鱼雌雄法·····	(24)
死甲鱼可出售吗·····	(24)
怎样识别龟、鳖·····	(24)
鲜蟹鉴别法·····	(25)
怎样识别河蟹与海蟹·····	(25)
怎样区别河蟹雌雄·····	(26)
怎样鉴别对虾质量·····	(26)
虾米鉴别法·····	(26)

怎样挑选鲜河虾.....	(27)
鉴别海蜇皮质量法.....	(27)
怎样鉴别海参质量.....	(27)
怎样鉴别虾皮质量.....	(28)
怎样鉴别鱼肚质量.....	(28)
怎样鉴别鱼翅质量.....	(28)
怎样鉴别燕菜质量.....	(29)
识别用猪皮做的假燕窝.....	(29)
怎样识别燕窝真假.....	(30)
怎样识别活贝与死贝.....	(30)
怎样选购上品鲍鱼干.....	(30)
怎样选购上品干贝.....	(30)
怎样区分鱿鱼和乌贼鱼.....	(31)
怎样鉴别鱿鱼干.....	(31)
熊掌前掌好还是后掌好.....	(31)
鲜蘑鉴别二法.....	(32)
怎样识别有毒蘑菇.....	(32)
怎样用大葱鉴别有毒蘑菇.....	(33)
识别掺假黑木耳三法.....	(33)
挑选银耳三法.....	(33)
香菇鉴别三法.....	(33)
怎样挑选海带.....	(34)
怎样选购鲜笋.....	(34)
长短豆芽哪种营养好.....	(24)
怎样识别化肥生的豆芽.....	(35)
哪种颜色的胡萝卜营养好.....	(35)
买什么颜色的菜营养好.....	(35)

哪些蔬菜受农药污染少.....	(36)
有虫眼的蔬菜可不可买.....	(36)
区别池藕田藕法.....	(37)
怎样挑选莲藕.....	(37)
鉴别茭白法.....	(37)
怎样识别空心萝卜.....	(38)
怎样挑选苦瓜.....	(38)
怎样选购椰子.....	(38)
怎样挑选桂圆.....	(39)
怎样挑选枇杷.....	(39)
怎样知道苹果肉质疏密.....	(39)
怎样挑选葡萄.....	(39)
怎样挑选香蕉.....	(40)
区分香蕉和芭蕉法.....	(40)
怎样选购草莓.....	(40)
怎样知道哈密瓜生熟.....	(41)
选甜西瓜两看一听法.....	(41)
怎样鉴别上下品葡萄干.....	(41)
怎样挑选栗子.....	(42)
怎样鉴别葵花子干湿.....	(42)
鉴别葵花子质量法.....	(42)
大米质量鉴别法.....	(42)
怎样识别玉米面潮湿.....	(43)
怎样挑选优质莲子.....	(43)
区别食糖质量法.....	(43)
怎样鉴别蜂蜜质量.....	(44)
怎样识别用酒精兑制的酒.....	(44)

怎样识别新茶陈茶·····	(45)
怎样鉴别茶叶真假·····	(45)
味精包装上90%代表什么·····	(45)
怎样识别掺假味精·····	(45)
怎样知道香油掺了菜油·····	(46)
怎样识别植物油种类·····	(46)
那样区别掺假食油·····	(47)
怎样挑选优质虾油·····	(47)
怎样识别真假大料·····	(47)
用手心识别白酒优劣法·····	(48)
怎样看酒花判断酒的度数·····	(48)
怎样识别啤酒出厂日期·····	(48)
什么是啤酒的度·····	(49)
什么是扎啤·····	(49)
怎样选买葡萄酒·····	(50)
怎样认读洋酒商标中密码·····	(50)
怎样认读国产白兰地酒龄·····	(51)
不识英文怎样知道洋酒名称含义·····	(51)
怎样识别真假茅台酒·····	(52)
怎样识别泸州老窖特曲·····	(52)
怎样识别真假五粮液·····	(53)
怎样识别以真瓶制的假五粮液·····	(53)
怎样识别古井贡酒真假·····	(54)
怎样识别汾酒真假·····	(54)
怎样识别竹叶青真假·····	(54)
怎样挑选汽水·····	(55)

存放保鲜小窍门

防止大米生虫六法	(56)
怎样灭米虫	(57)
防小麦生虫法	(57)
绿豆生虫有何危害	(57)
防止绿豆生虫二法	(57)
防止大豆走油法	(58)
防止蚕豆变色法	(58)
怎样防止花生米生虫	(58)
蛋糕放硬怎么办	(59)
夏天存放豆腐五法	(59)
饼干放硬了怎么办	(60)
怎样切面包不碎	(60)
存放鲜酵母二法	(60)
怎样存放面肥	(61)
怎样判断酵母是否新鲜	(61)
酸面肥使用法	(61)
怎样存放小磨香油	(61)
防止植物油哈喇味五法	(62)
存放荤油四法	(62)
有哈喇味的油怎么办	(63)
防止食盐返潮变苦二法	(63)
怎样保存加碘盐	(64)
食糖结块发硬还原法	(64)
怎样逐出糖中的蚂蚁	(64)
蜂蜜沉淀融化法	(64)

怎样防止茶叶变色走味.....	(65)
没喝完的啤酒怎样保鲜.....	(65)
怎样防止黄酒变酸.....	(66)
存放活鱼二法.....	(66)
存放鲜鱼五法.....	(66)
存放活泥鳅法.....	(67)
怎样防止咸鱼变质.....	(67)
在旺季存蟹放淡季吃.....	(67)
冻鱼解冻三法.....	(68)
存放干鱼干虾法.....	(68)
存放海蜇法.....	(69)
存放鲜蛋六法.....	(69)
用酒腌蛋法.....	(70)
用黄泥腌蛋法.....	(70)
用盐卤腌蛋法.....	(70)
当天腌蛋当天吃法.....	(71)
快速腌鸭蛋法.....	(71)
怎样腌辣味鸡蛋.....	(71)
腌蛋使可蛋黄出油多法.....	(72)
用腌蛋做赛蟹法.....	(72)
腌蛋防过咸法.....	(72)
怎样制作醉蛋.....	(73)
夏天存放鲜肉十法.....	(73)
冷藏肉类防硬法.....	(74)
除猪肉哈喇味二法.....	(75)
怎样收藏火腿.....	(75)
火腿切开后存放法.....	(75)

火腿出现哈喇味食用法.....	(75)
怎样存放广式香肠.....	(76)
怎样存放熏肠.....	(76)
怎样使香肠鲜艳.....	(76)
怎样收藏腊味食品.....	(76)
怎样存放鸭梨.....	(77)
存放苹果四法.....	(77)
怎样使酸苹果变甜.....	(78)
怎样使冻苹果复鲜.....	(78)
怎样使柿子脱涩变甜.....	(78)
怎样使香蕉变熟.....	(79)
怎样存放西瓜.....	(79)
怎样存放柑桔甘甜味美.....	(79)
桔子干瘪了怎样变鲜.....	(80)
怎样保存荔枝.....	(80)
怎样贮藏柿子.....	(80)
怎样存放红枣.....	(81)
怎样存放栗子.....	(81)
自制水果保鲜片法.....	(81)
怎样存放蔬菜鲜嫩.....	(82)
韭菜怎样保鲜.....	(82)
土豆保鲜法.....	(82)
存放芹菜二法.....	(83)
怎样防止萝卜空心.....	(83)
冬季怎样保管大葱.....	(83)
大葱受冻后怎么复原.....	(83)
存放葱头法.....	(84)

冻了的葱头怎样复鲜.....	(84)
大蒜瓣不要挂在墙上.....	(84)
怎样存放辣椒鲜艳.....	(84)
保管鲜姜三法.....	(85)
切开的茄子土豆怎样防止变黑.....	(85)
用缺氧法存放西红柿.....	(86)
存放香菜二法.....	(86)
存放鲜藕法.....	(86)
存放冬瓜法.....	(87)
切过的冬瓜怎样保鲜.....	(87)
存干菜保持绿色法.....	(87)
怎样保存豆角鲜嫩.....	(88)
存青椒干法.....	(88)
存茄子干法.....	(88)
夏季存榨菜色味不变法.....	(88)
存放鲜笋法.....	(89)
存放冬笋二法.....	(89)
存放鲜蘑三法.....	(89)
自治醉枣法.....	(90)
怎样做西红柿酱.....	(90)
家庭怎样生好豆芽.....	(90)
塑料袋密封法.....	(91)
鉴别塑料袋是否有毒二法.....	(91)

加工保洁小窍门

什么是原料细加工.....	(92)
怎样掌握切刀法.....	(92)

怎样掌握片刀法.....	(93)
切制原料时怎样按稳.....	(94)
切片怎样做到薄厚一致.....	(94)
爆炒肉片宜切多厚.....	(94)
怎样切丝粗细均匀.....	(95)
怎样切制鸡鱼.....	(95)
怎样切制牛马肉.....	(95)
怎样切制猪肉.....	(96)
怎样切好熟肉.....	(96)
怎样切涮羊肉.....	(96)
什么是打“花刀”.....	(97)
怎样给鱼打花刀.....	(97)
怎样打麦穗花刀.....	(97)
怎样剖鱿鱼卷.....	(98)
怎样切制鱼片.....	(98)
拌腌菜怎样打花刀.....	(98)
切齐煮鸡蛋法.....	(99)
怎样切松花蛋.....	(99)
怎样将蛋黄与蛋清分开.....	(99)
怎样泡发洗净木耳.....	(100)
怎样洗净香菇.....	(100)
老化香菇怎样变嫩.....	(100)
怎样除去蘑菇上泥沙.....	(100)
巧用涨发蘑菇水.....	(101)
使干蘑菇味美二法.....	(101)
使鲜蘑菇味美法.....	(101)
泡发海带嫩脆法.....	(101)

怎样泡发猴头.....	(102)
泡发玉兰片法.....	(102)
怎样泡发干笋.....	(102)
怎样使芥末增香味.....	(103)
泡发海米二法.....	(103)
怎样防止发过的海米变质.....	(103)
怎样泡发海参.....	(104)
泡发海参忌沾染油碱盐.....	(104)
怎样用暖水瓶发海参.....	(104)
怎样把海蜇发脆嫩.....	(105)
泡发鱿鱼干二法.....	(105)
怎样油发鱼肚.....	(105)
怎样用水泡发鱼肚.....	(106)
怎样泡发燕菜.....	(106)
怎样泡发鱼翅.....	(106)
怎样泡发熊掌.....	(107)
怎样泡发海螺干.....	(107)
怎样涨发墨鱼干.....	(108)
怎样泡发干贝.....	(108)
怎样泡发鱼唇.....	(108)
怎样泡发鲍鱼干.....	(109)
怎样油发蹄筋.....	(109)
怎样用水发蹄筋.....	(109)
怎样发制肉皮出品率高.....	(110)
怎样加工整理蟹.....	(110)
蟹螯钳住手怎么办.....	(110)
怎样宰杀甲鱼.....	(110)

甲鱼宰杀后整理法.....	(111)
宰杀鳊鱼三法.....	(111)
做蝶形鱼片怎样宰鳊.....	(111)
蛤蜊脱丁法.....	(112)
怎样抽去鲤鱼筋.....	(112)
怎样去除黄花鱼内脏.....	(112)
怎样给橡皮鱼剥皮.....	(113)
怎样用伪刀剖鱼腹.....	(113)
怎样清洗墨斗鱼.....	(113)
怎样去掉河蚌斧足.....	(113)
怎样使蚌螺吐净泥土.....	(114)
怎样快取虾仁.....	(114)
如何清洗虾体中污物.....	(114)
怎样清洗鱼体粘液.....	(115)
怎样快速剖鱼鳞.....	(115)
带鱼体上银白物是鳞吗.....	(115)
怎样去掉带鱼表面污物.....	(115)
鱼胆有毒吗.....	(116)
消除鱼胆苦味法.....	(116)
用甲鱼胆增鲜法.....	(116)
怎样使咸鱼返鲜.....	(116)
快速宰鸡杀鸭法.....	(117)
宰杀鸡鸭的最佳时间.....	(117)
切除鸡腔上囊法.....	(117)
给鸡开膛三法.....	(117)
怎样快速宰杀鹌鹑.....	(118)
鹌鹑和鸡哪个出肉率高.....	(118)