

 家庭案头丛书

# 妙用大全

Miaoyong Daquan  
Jiashi Liaoli  
Jinnang Miaoji  
Baqiantiao

## ——家事料理

### 锦囊妙计8000条

周范林◎主编



- 调料饮品篇
- 粮油干果篇
- 蔬菜水果篇
- 草药花卉篇
- 日用物品篇
- 废物妙用篇

# 妙用大全

——家事料理锦囊妙计 8000 条

编 著：周范林

参编人员：袁晓春 周 洁 童 琦  
张勇华 董 芹 朱新娣  
汤丽英 袁 婷 童 沁

东南大学出版社

· 南京 ·

## 内 容 简 介

这是一本专门介绍一般家庭常见物品和食品以及废物妙用的全书,是一本很实用的工具书。从调料饮品篇、粮油干果篇、畜禽水产篇、蔬菜水果篇、草药花卉篇、日用物品篇和废物妙用篇等七个部分,详细地介绍了400多种日用物品和食品在日常生活中的妙用,并以生活小窍门的方式展现在读者面前。书后还附有本书介绍的内容——《家事料理锦囊妙计8000条》的索引,分别为:食物加工与保鲜篇、衣物保养与去污篇、用品保养与去污篇、潇洒靓丽与休闲篇、养生保健与抗衰篇和其他生活小窍门篇,检索阅读非常方便。

### 图书在版编目(CIP)数据

妙用大全:家事料理锦囊妙计8000条 / 周范林编  
著. —南京:东南大学出版社,2013.1  
ISBN 978-7-5641-4069-4

I. ①妙… II. ①周… III. ①生活—知识  
IV. ①TS976.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第318786号

---

### 妙用大全:家事料理锦囊妙计8000条

出版发行:东南大学出版社  
社 址:南京市四牌楼2号 邮编:210096  
出 版 人:江建中  
责任编辑:史建农  
网 址:<http://www.seupress.com>  
电子邮箱:[press@seupress.com](mailto:press@seupress.com)  
经 销:全国各地新华书店  
印 刷:南京工大印务有限公司印刷  
开 本:787mm×1092mm 1/16  
印 张:24.75  
字 数:620千字  
版 次:2013年1月第1版  
印 次:2013年1月第1次印刷  
书 号:ISBN 978-7-5641-4069-4  
定 价:49.00元

---

本社图书若有印装质量问题,请直接与营销部联系。电话:025-83791830

## 目 录

调料饮品篇 .....	1	粮油干果篇 .....	63
食醋的妙用 .....	1	大米的妙用 .....	63
食盐的妙用 .....	14	小米的妙用 .....	64
食糖的妙用 .....	25	糯米的妙用 .....	65
酱油的妙用 .....	28	玉米的妙用 .....	65
豆酱的妙用 .....	29	薏米的妙用 .....	66
豆豉的妙用 .....	29	高粱的妙用 .....	66
生姜的妙用 .....	29	小麦的妙用 .....	66
大葱的妙用 .....	34	大麦的妙用 .....	67
味精的妙用 .....	35	荞麦的妙用 .....	67
花椒的妙用 .....	36	黄豆的妙用 .....	68
胡椒的妙用 .....	37	黑豆的妙用 .....	68
小茴香妙用 .....	38	绿豆的妙用 .....	70
八角妙用 .....	38	赤豆的妙用 .....	71
桂皮的妙用 .....	38	蚕豆的妙用 .....	72
丁香的妙用 .....	39	豌豆的妙用 .....	72
芥末的妙用 .....	39	面粉的妙用 .....	72
苏打的妙用 .....	40	淀粉的妙用 .....	74
咖喱粉妙用 .....	43	面包的妙用 .....	75
茶叶的妙用 .....	43	植物油妙用 .....	75
开水的妙用 .....	47	色拉油妙用 .....	78
汽水的妙用 .....	48	橄榄油妙用 .....	78
牛奶的妙用 .....	48	动物油妙用 .....	79
羊奶的妙用 .....	52	黄油的妙用 .....	80
人乳的妙用 .....	52	花生的妙用 .....	80
蜂蜜的妙用 .....	52	莲子的妙用 .....	81
蜂王浆妙用 .....	54	芝麻的妙用 .....	82
咖啡的妙用 .....	54	核桃的妙用 .....	83
啤酒的妙用 .....	55	桂圆的妙用 .....	85
米酒的妙用 .....	57	松子的妙用 .....	86
葡萄酒妙用 .....	58	榛子的妙用 .....	86
白酒的妙用 .....	59	榧子的妙用 .....	86

栗子的妙用 .....	86	黄鱼的妙用 .....	121
白果的妙用 .....	87	带鱼的妙用 .....	121
红枣的妙用 .....	88	鲨鱼的妙用 .....	122
酸枣仁妙用 .....	89	海参的妙用 .....	122
葵花子妙用 .....	89	鱼肚的妙用 .....	123
杏仁的妙用 .....	90	牡蛎的妙用 .....	123
<b>畜禽水产篇</b> .....	82	海蜇的妙用 .....	123
猪肉的妙用 .....	92	海带的妙用 .....	124
猪下水妙用 .....	95	甲鱼的妙用 .....	125
牛肉的妙用 .....	97	乌龟的妙用 .....	125
牛下水妙用 .....	98	河蟹的妙用 .....	126
羊肉的妙用 .....	99	鲜虾的妙用 .....	126
羊下水妙用 .....	101	河蚌的妙用 .....	127
兔肉的妙用 .....	102	蛤蜊的妙用 .....	127
狗肉的妙用 .....	103	田螺的妙用 .....	127
鸡肉的妙用 .....	103	紫菜的妙用 .....	128
鸡下水妙用 .....	106	淡菜的妙用 .....	128
鸡蛋的妙用 .....	107	动物骨妙用 .....	129
鸭肉的妙用 .....	112	动物血妙用 .....	130
鸭蛋的妙用 .....	113	动物胆妙用 .....	131
鹅肉的妙用 .....	113	<b>蔬菜水果篇</b> .....	134
鹅下水妙用 .....	114	黄瓜的妙用 .....	134
鸽子肉妙用 .....	114	冬瓜的妙用 .....	135
鸽蛋的妙用 .....	114	南瓜的妙用 .....	137
鹌鹑的妙用 .....	115	丝瓜的妙用 .....	138
鲫鱼的妙用 .....	115	甜瓜的妙用 .....	139
鲤鱼的妙用 .....	116	苦瓜的妙用 .....	140
鲢鱼的妙用 .....	117	菜瓜的妙用 .....	141
鳙鱼的妙用 .....	117	木瓜的妙用 .....	141
草鱼的妙用 .....	118	番茄的妙用 .....	142
鳊鱼的妙用 .....	118	辣椒的妙用 .....	143
鲈鱼的妙用 .....	118	茄子的妙用 .....	145
黑鱼的妙用 .....	118	白菜的妙用 .....	146
鳝鱼的妙用 .....	119	油菜的妙用 .....	147
鳗鱼的妙用 .....	120	菠菜的妙用 .....	147
泥鳅的妙用 .....	120	韭菜的妙用 .....	147
鲮鱼的妙用 .....	121	芹菜的妙用 .....	150
墨鱼的妙用 .....	121	卷心菜妙用 .....	151

空心菜妙用 .....	152	柠檬的妙用 .....	191
雪菜的妙用 .....	152	橄榄的妙用 .....	195
芥菜的妙用 .....	153	荔枝的妙用 .....	196
芥菜花妙用 .....	153	葡萄的妙用 .....	196
芥菜的妙用 .....	153	石榴的妙用 .....	197
香菜的妙用 .....	154	柚子的妙用 .....	197
大蒜的妙用 .....	154	椰子的妙用 .....	198
豌豆苗妙用 .....	159	柿子的妙用 .....	198
豆芽的妙用 .....	159	桃子的妙用 .....	199
草头的妙用 .....	160	杏子的妙用 .....	200
马兰头妙用 .....	160	李子的妙用 .....	200
白扁豆妙用 .....	161	橙子的妙用 .....	200
豇豆的妙用 .....	162	菠萝的妙用 .....	200
莴笋的妙用 .....	162	山楂的妙用 .....	201
茭白的妙用 .....	163	芒果的妙用 .....	202
竹笋的妙用 .....	163	无花果妙用 .....	203
土豆的妙用 .....	163	猕猴桃妙用 .....	203
洋葱的妙用 .....	165	樱桃的妙用 .....	204
萝卜的妙用 .....	168	枇杷的妙用 .....	204
胡萝卜妙用 .....	172	青梅的妙用 .....	204
山药的妙用 .....	173	草莓的妙用 .....	205
百合的妙用 .....	174	杨梅的妙用 .....	205
红薯的妙用 .....	175	乌梅的妙用 .....	206
芋头的妙用 .....	176	西瓜的妙用 .....	207
鲜藕的妙用 .....	176	甘蔗的妙用 .....	208
荸荠的妙用 .....	177		
慈姑的妙用 .....	178	<b>草药花卉篇</b> .....	210
菱角的妙用 .....	178	枸杞的妙用 .....	210
金针菜妙用 .....	179	桑葚的妙用 .....	211
蘑菇的妙用 .....	180	芦荟的妙用 .....	211
黑木耳妙用 .....	180	仙人掌妙用 .....	212
银耳的妙用 .....	181	美人蕉妙用 .....	213
豆腐的妙用 .....	182	月季花妙用 .....	214
米汤的妙用 .....	185	玫瑰花妙用 .....	215
蓖麻的妙用 .....	186	蔷薇花妙用 .....	215
苹果的妙用 .....	186	鸡冠花妙用 .....	216
梨子的妙用 .....	188	芙蓉花妙用 .....	216
香蕉的妙用 .....	189	石榴花妙用 .....	216
橘子的妙用 .....	190	风仙花妙用 .....	217

玉兰花妙用	217
金银花妙用	218
桂花的妙用	218
兰花的妙用	218
菊花的妙用	219
梅花的妙用	220
茉莉花妙用	221
红花的妙用	221
杏花的妙用	221
槐花的妙用	221
葵花的妙用	222
芍药的妙用	222
何首乌妙用	222
荷花的妙用	223
荷叶的妙用	223
竹叶的妙用	224
枇杷叶妙用	224
桃花的妙用	224
桃树叶妙用	225
车前草妙用	225
蒲公英妙用	226
马齿苋妙用	227
野苋菜妙用	227
茵陈的妙用	228
艾叶的妙用	228
薄荷叶妙用	229
五倍子妙用	229
三七的妙用	230
芦根的妙用	230
蜈蚣的妙用	230
蚯蚓的妙用	230
维生素妙用	231
心痛定妙用	233
黄连素妙用	233
双黄连妙用	234
六神丸妙用	234
乌鸡白凤丸妙用	235
地黄丸妙用	236
龟龄集妙用	237

仁丹的妙用	237
白药的妙用	237
十滴水妙用	239
眼药水妙用	239
双氧水妙用	240
膏药的妙用	240
阿司匹林的妙用	242
注射剂妙用	242

<b>日用物品篇</b>	244
电冰箱妙用	244
洗衣机妙用	247
吸尘器妙用	247
电熨斗妙用	248
电吹风妙用	249
微波炉妙用	252
电饭锅妙用	254
热得快妙用	254
电烙铁妙用	254
电表的妙用	254
电灯泡妙用	255
压力锅妙用	255
保温瓶妙用	257
羹匙的妙用	257
竹筷的妙用	257
肥皂的妙用	257
洗衣粉妙用	260
洗发液妙用	260
消毒液妙用	260
漂白粉妙用	261
洗洁精妙用	262
牙膏的妙用	263
牙粉的妙用	266
氨水的妙用	266
盐酸的妙用	268
酒精的妙用	268
汽油的妙用	272
煤油的妙用	274
柴油的妙用	275

机油的妙用 .....	275	别针的妙用 .....	302
亚麻油妙用 .....	275	大头针妙用 .....	302
清凉油妙用 .....	276	胶布的妙用 .....	303
薄荷油妙用 .....	277	磁铁的妙用 .....	303
松节油妙用 .....	277	鞭炮的妙用 .....	304
樟脑油妙用 .....	278	火柴的妙用 .....	304
甘油的妙用 .....	278	松香的妙用 .....	304
桐油的妙用 .....	279	铅笔的妙用 .....	305
鞋油的妙用 .....	280	粉笔的妙用 .....	305
风油精妙用 .....	280	胶水的妙用 .....	305
花露水妙用 .....	282	牙签的妙用 .....	305
香水的妙用 .....	283	银饰的妙用 .....	306
冷霜的妙用 .....	284	毛巾的妙用 .....	306
指甲油妙用 .....	284	绳子的妙用 .....	308
凡士林妙用 .....	285	樟脑丸妙用 .....	308
爽身粉妙用 .....	287	硫黄粉妙用 .....	309
滑石粉妙用 .....	287	木炭的妙用 .....	309
石膏的妙用 .....	288	明矾的妙用 .....	309
石灰的妙用 .....	288	铁料的妙用 .....	312
蜡烛的妙用 .....	291	硬币的妙用 .....	312
蜡纸的妙用 .....	293	弹子的妙用 .....	313
胶带纸妙用 .....	293	硼砂粉妙用 .....	313
普通纸妙用 .....	294	水泥的妙用 .....	313
砂纸的妙用 .....	296	黄沙的妙用 .....	313
热水袋妙用 .....	297	沙土的妙用 .....	314
橡皮的妙用 .....	297	墨水的妙用 .....	314
橡皮筋妙用 .....	297	清漆的妙用 .....	314
刷子的妙用 .....	298	避孕套妙用 .....	314
晒衣夹妙用 .....	298	水蒸气妙用 .....	314
手表的妙用 .....	299	热水的妙用 .....	315
手电筒妙用 .....	299	冷水的妙用 .....	318
打气筒妙用 .....	299	冰块의妙用 .....	323
漏斗的妙用 .....	299	雪的妙用 .....	325
棉花的妙用 .....	299	唾液的妙用 .....	325
海绵的妙用 .....	300		
镜子的妙用 .....	300	<b>废物妙用篇</b> .....	327
梳子的妙用 .....	301	西瓜皮妙用 .....	327
浴帽的妙用 .....	301	黄瓜皮妙用 .....	329
搭扣的妙用 .....	302	冬瓜皮妙用 .....	329



苹果皮妙用 .....	330
橘皮的妙用 .....	330
梨皮的妙用 .....	333
香蕉皮妙用 .....	333
柠檬皮妙用 .....	334
柚子皮妙用 .....	335
石榴皮妙用 .....	335
土豆皮妙用 .....	335
丝瓜络妙用 .....	336
瓜蒂的妙用 .....	336
果蒂的妙用 .....	337
藕节的妙用 .....	338
果核的妙用 .....	338
瓜藤的妙用 .....	339
瓜根的妙用 .....	340
菜根的妙用 .....	340
杂骨的妙用 .....	342
鱼鳞的妙用 .....	343
玉米须妙用 .....	343
谷糠的妙用 .....	344
麸皮的妙用 .....	344
废五香妙用 .....	345
蛋壳的妙用 .....	345
螃蟹壳妙用 .....	347
虾壳的妙用 .....	347
花生壳妙用 .....	347
杂壳的妙用 .....	347
豆腐渣妙用 .....	348
咖啡渣妙用 .....	348
药渣的妙用 .....	349

残茶的妙用 .....	349
淘米水妙用 .....	350
废水的妙用 .....	352
煤灰的妙用 .....	353
蚊香灰妙用 .....	353
废烟头妙用 .....	353
废塑料妙用 .....	354
线轴的妙用 .....	355
废拉罐妙用 .....	355
废瓶子妙用 .....	356
瓶盖的妙用 .....	357
废锯条妙用 .....	357
废车胎妙用 .....	358
废牙刷妙用 .....	359
废挂历妙用 .....	359
废图片妙用 .....	359
废笔芯妙用 .....	359
破草帽妙用 .....	360
破袜子妙用 .....	360
旧毛线妙用 .....	360
废麻袋妙用 .....	360
碎头发妙用 .....	361
锯末的妙用 .....	361
稻草的妙用 .....	361
草木灰妙用 .....	362

参考文献 .....	363
------------	-----

《妙用大全》索引——家事料理锦囊妙计 8 000 条 .....	364
-------------------------------------	-----

## 调料饮品篇



### 食醋的妙用

● **巧除羊肉膻味** 将羊肉洗净切块后放入锅中,按每 500 克羊肉加 500 毫升水、25 毫升醋,煮开后取出羊肉,羊肉的膻味即可除掉。

● **巧除皮蛋涩味** 食用皮蛋(又称松花蛋)时,用姜和食醋配成的汁作皮蛋调料,既可解涩、去腥,还有解毒、杀菌作用,且别有一种鲜美的味道。

● **巧防芥菜变苦** 芥菜(又称芥疙瘩、水芥和春菜)很好吃,但切开后放置半小时左右,就会苦得不能吃。可在烧热的植物油锅内撒一些花椒,立即将花椒及油倒在切好的芥菜丝上,并加些醋拌匀,就没有苦味了。

● **巧除大蒜异味** 用大蒜当调味料,可使食物味美,但大蒜的味道有些人不喜欢。要除其味道,可将大蒜浸泡在醋里,也可在醋中加一些油,一起泡大蒜。这样既能减轻大蒜味,而且浸泡过大蒜的醋又可作为调味汁使用。

● **减轻辣味窍门** 不爱吃辣味的人,如感到食物辣味过重,难以入口时,可在菜肴内加些食醋,就能减轻辣味。

● **除油菜苦涩味** 油菜腌制后若发现有苦涩味时,滴些醋即可消除。

● **巧除葱刺激味** 切葱或剥洋葱时,将 1 杯白醋倒入炒锅中煮沸片刻,即能除洋葱的刺激味。

炒洋葱或大葱之后,产生的浓烈刺激气味长时间不散,此时可将 1 杯白醋倒入锅中煮片刻,气味就能消失。

● **减轻苦瓜苦味** 在炒苦瓜时滴入少许白醋则可减轻苦瓜的苦味。

● **巧除萝卜异味** 将萝卜切碎,按 300 : 1 的比例放入食醋,再进行烹制,可去除其异味。

● **增加菜肴香味** 在烹饪时,加酒后再放点醋,菜肴就会格外香。

凡需要加醋的热菜,在起锅前将醋沿锅边淋入,比直接淋在菜肴上香味更加醇厚浓郁。

● **巧除鱼胆苦味** 宰鱼时不小心弄破鱼胆,可在沾有胆汁的地方滴少许食醋,再用温

水冲洗一下,能除去苦味。

● **除鱼腥味窍门** 在烹调鱼时,如果加一点醋,不仅可以去腥、增鲜,还可以使鱼刺软化释放出钙和磷,有利于人体对营养的吸收。

● **除鱼鳞的窍门** 洗鱼去鳞时,鱼鳞往往不易刮净。如果把鱼放在冷水(每1000毫升水放2汤匙醋)里泡2小时(活鱼泡后再剖杀),或用醋在鱼鳞上擦一下,鱼鳞就很容易刮除干净。

● **巧除鱼的黏液** 鲍鱼以及鳝鱼、鲶鱼等黏液很多,滑来滑去不易抓住,若用醋水洗涂,即可消除其黏液。

● **巧洗家禽内脏** 鸡、鸭、鹅肠的内壁上黏液很多,用清水洗涤难以除去,如果用适量的醋抓洗,很快就能除掉黏液,使其洗得更干净。

● **除家禽毛窍门** 宰老鸡和老鸭前,先给老鸡和老鸭的嘴里灌2匙醋,过5~10分钟,待老鸡和老鸭的毛孔胀松后再宰杀,用热水烫,老鸡和老鸭的毛就容易拔除了。若在烫老鸡和老鸭的水中加2匙醋,使水略带酸性,老鸭和老鸡的毛也容易拔得干净。

● **洗猪内脏窍门** 洗猪肚时,用适量的醋抓洗猪肚1分钟,可将猪肚洗得清白、干净。

将猪肠放在淡盐水和醋的混合液中浸泡片刻,清除脏物后放入淘米水中浸泡片刻,再在清水中轻轻搓洗两遍,猪肠就容易洗净。如在淘米水中放几片柠檬片,还可消除猪肠异味。

● **洗蔬菜的窍门** 在洗生菜的水中加一些醋,便可以清除附在菜叶上的小腻虫。

● **洗木耳的窍门** 有时遇到较脏的木耳,清洗起来十分困难,如清洗不净,食用起来会感到牙碜。可用少许食醋加入清洗木耳的水中,然后轻轻搓洗,能很快去除沙土。

● **泡海带的窍门** 海带质地较硬,食用和消化比较困难。这是因为海带里含有一种“藻朊酸”的缘故。要使海带变软和食后易消化,可在浸泡海带的清水中放一些醋,使“藻朊酸”溶解,待海带变软再煮食。

● **使菜变淡窍门** 烧菜时如因多放了盐而致味道太咸,可放些食醋,便会变淡。

● **使臭咸蛋味美** 在臭咸蛋内放少许醋,能消减臭味,使其味道鲜美。

● **煮蛋的小窍门** 煮蛋时如果蛋壳在水中破裂,立即加一点醋,可防止蛋白流出,而且容易剥壳。

● **煎蛋皮的窍门** 在蛋液中先加入少许醋搅拌再煎,这样煎出的蛋皮既薄而又有韧性。

● **做蛋汤的窍门** 做鸡蛋汤时,如打开的鸡蛋不太新鲜,下入锅里就易散开。这时,可先往沸汤锅里滴少许醋,蛋汁下锅后就能形成漂亮的蛋花。

● **腌咸蛋的窍门** 先将鸡蛋或鸭蛋洗净,再用醋洗2分钟左右,然后将蛋放入盐水里,这样腌一周后即可食用。

● **煮鱼的小窍门** 煮鱼前,把鱼浸在醋和水的溶液中,这样煮出来的鱼有甜而软的滋味。煮鱼时,加适量的醋,可保护维生素C的稳定性,而且还可促进钙的溶出,有利于人体对鱼类钙质的吸收。

● **煮面条的窍门** 煮切面时,在下面条的同时加入适量的醋,这样不仅可消除面条的碱味,而且可以使面条变得清爽白净。

● **煮土豆的窍门** 久存的土豆,表面会有蓝青色的斑点,煮时加些醋,斑点就会消失。烹调土豆时,加入少许食醋,热酸交融,能有效地分解土豆中的毒素,可避免食土豆中毒。因发青的土豆皮中含有害物,不吃为好。

为了避免土豆煮时发黑,可在煮土豆的水中加 1 汤匙醋。

煮土豆时放点醋可以避免土豆烧焦,而且能使土豆颜色洁白、松软可口,还能去除土豆的怪味。

● **煮牛肉的窍门** 老牛肉不易煮烂,煮牛肉时,如果按每 1 000 克牛肉加 1~2 汤匙醋,牛肉就容易煮烂了。

● **煮海带的窍门** 煮海带时,往锅里稍加几滴醋,会使海带一煮就软下来。

● **煮豆浆的窍门** 煮豆浆时,少加点食醋,能使豆浆起花,美观可口。将少量醋加入煮熟的豆浆中,用勺子上下徐徐搅动,如豆浆不清,再倒入少量食醋进行搅动,直到豆浆全聚成块,起到点豆腐的作用。

● **煮米饭的窍门** 煮米饭时,往水中滴几滴醋,煮出来的米饭会更洁白、香甜。

煮熟的米饭不宜久放,尤其夏季米饭很容易变馊,若在煮饭时,按 1 500 克米加 2~3 毫升醋的比例加入醋,可使米饭易于保存。

● **煮四季豆窍门** 煮冷冻或罐装的四季豆时加少许醋,吃起来味道就觉得新鲜脆嫩。

● **煮排骨的窍门** 煮排骨时加点醋,可使骨头中的钙、磷、铁等矿物质得到溶解,被充分利用,既增加了汤的营养,容易被人体吸收,又能使其味鲜可口。

● **煮米粥的窍门** 在煮大米粥时,加少量食醋,可使粥味美、香甜;在煮甜粥时,放少量食醋,会使粥更甜。

● **炒藕的小窍门** 炒藕或土豆丝时放一些醋,不但能去除涩味,而且能使炒好的菜白净鲜嫩、爽脆,口感极好。

● **炒鸡蛋的窍门** 炒蛋时加入几滴醋,可使蛋松软、味香。

● **炒猪腰片窍门** 用加有少许白醋的水浸泡切好后的猪腰片 10 分钟,腰片会发大,无血水。炒熟后,爽脆可口。

● **炒豆芽的窍门** 不论是炒绿豆芽还是黄豆芽,最好放点醋,醋对菜中的蛋白质有显著的凝固作用,能使豆芽炒后口感脆嫩,在酸性条件下,可减少豆芽中维生素 B<sub>1</sub> 和维生素 B<sub>2</sub> 的损失。

● **炒茄子的窍门** 炒茄子时,在锅里放点醋,可使炒出来的茄子颜色不变黑而且发亮有光泽。

● **炒辣椒的窍门** 炒辣椒时加少许醋,这样可以减轻一些辣味,同时还可以减少辣椒中维生素 C 的损失。

● **炸鱼的小窍门** 油炸鱼时,先在鱼块上滴少量醋,拌匀后焖 3~5 分钟再入油锅内炸,这样炸出的鱼块味道特别香浓好吃。

● **巧使酥鱼骨软** 烧酥鱼时,放一些糖和醋,能使鱼骨、刺和纤维软化,以适合儿童食用。

● **炖老鸡的窍门** 在炖老鸡前,先用凉水加少量醋浸泡 2 小时,再用文火煮炖,肉可变

嫩。此法对老鸭、老鹅也适用。

● **烧芋头的窍门** 烧芋头时加点醋,容易烧酥。

● **烹肉的小窍门** 炒猪肉片或丝时,在锅里放几滴醋,可使肉片或肉丝又嫩又香。

焖肉时,加入适量的醋,既能去异味,又可缩短焖肉的时间。

煮肉时,如果放入少量醋,就能使肉烂得快,而且还能减少腥味。

● **烧猪蹄的窍门** 烧猪蹄时加点醋,既能使猪蹄中的蛋白质分解而易被人体吸收,也可使骨中的胶质分解出磷和钙,增加其营养成分。

● **巧中和馒头碱** 蒸馒头由于碱多发黄,可在蒸馒头的水内加入适量的醋,然后再把馒头蒸 10~15 分钟,馒头即可变白,且无碱味。

● **制作面种窍门** 用一小碗面粉,加水和成较软的面团,放在炉灶边上,过 24 小时,便可看见面团中有许多小孔,这就成了面种。若在和面团时,在面团内加少量的醋,只需 12 小时左右就行了。

如果事先没有发面,而又想吃上松软的馒头,可取 500 克面粉,加醋 50 毫升和温水 350 毫升揉好,过 10 分钟左右,再加 5 克小苏打或碱面,揉至没有酸味时,就可做出馒头,上笼蒸出又白又大的馒头。

● **做凉拌菜窍门** 夏天吃凉拌菜,放少许醋不但能软化蔬菜的纤维,有助于消化,还可帮助杀菌,能预防肠道疾病。

● **腌咸菜的窍门** 腌咸菜时加点醋,既能调味,又能杀菌,还可以降低亚硝酸盐的含量。

● **食物防腐窍门** 用醋浸渍食物,不仅可增加食物的风味,还有防腐变质作用。

● **减轻油腻窍门** 吃油多的食物时,加点醋或蘸醋吃,就不会感到腻口。

● **巧使蔬菜返青** 将放焉了的油菜,放入加有 1 汤匙醋的冷水里泡 1 小时,可使其返青变绿。

● **使鲜蘑菇清鲜** 将洗后待烧的鲜蘑菇放入加有少量醋的水里浸泡,就不会变黑发暗了。

● **做面包防变质** 做面包时,加入少许醋,烤出的面包,不会变质。

● **自制色拉窍门** 用大白菜做色拉时,可先将其放在醋中泡两三个小时再做,如在色拉中加几粒葡萄干和一点干酪,味道就会更鲜美。

● **巧做糖醋菜肴** 不论做什么糖醋菜肴,只要按 2 份糖、1 份醋的比例调配,便可收到甜酸适度的效果。

● **制翡翠蒜窍门** 剥去大蒜的外衣,浸泡在醋内,经过 1 个月的时间,蒜瓣变为翠绿时,即成翡翠蒜。其味酸辣可口。

● **制甜菜的窍门** 在做甜菜或煮红色卷心菜时,加少许醋,可使其色泽新鲜。

● **巧防土豆变色** 去皮的土豆应存放在冷水中,并在水中加少许醋,可使土豆不变色,在烹煮时也能减少维生素的损失。

● **鲜肉保鲜窍门** 在鲜肉外面均匀地涂一层醋,或者把鲜肉裹在蘸过醋的干净餐巾里,能延长肉的保鲜时间。因为醋能抑制细菌繁殖。

● **存放柠檬窍门** 在托盘上滴几滴醋,把切开的柠檬倒扣在托盘上,这样柠檬就可留

作下一次再用。

● **巧防水果变色** 苹果和梨削皮后,由于接触了空气会发生氧化反应,变成褐色,用醋水洗一下,可抑制变褐,保持原有色素。

● **巧使衣物色艳** 为了避免使毛织物洗后碱留在衣服上,可以在最后清洗毛织物的水中,加入一些醋,使毛织物中的碱与醋中和,这样能使毛织物颜色鲜艳。

洗涤绸缎等丝织品时,在水中加少量的食醋,能使洗净的丝织品保持原有的光泽。

● **巧防衣服褪色** 容易褪色的衣服,洗时可在水里加些醋泡一下,拿出来洗。这样就能使衣服不易褪色。

● **巧洗化纤衣物** 洗涤尼龙、化纤衣服、窗帘或桌布时,漂洗的水中加些白醋,能够减少其所带的静电,从而使其容易洗净。

● **巧洗红色衣物** 凡红色或紫色的棉织物,若用醋配以清水洗涤,可以使其光泽如新。

● **巧洗羽绒衣服** 洗羽绒衣服后,再在水中加 1 小匙醋,放入漂洗,可中和碱性洗衣粉的溶液,使羽绒衣洗得特别干净。

● **洗丝织品窍门** 洗涤丝织品时,在水里加少许醋,可使其保持原有的光泽。

为防止丝绸头巾掉色,可在最后一次漂洗的水中加几滴醋,然后将其夹在海绵巾中晾干。

● **巧洗拉毛织物** 在冷水中加点醋,把洗净的拉毛围巾放入水中泡 1 分钟,使酸碱中和,以恢复拉毛围巾的柔软和光泽,然后用大毛巾包起,拧去水分,晾干。

● **洗袜子的窍门** 有些人穿过的袜子容易发臭,甚至用清洁剂也洗不掉,如果用醋洗,不但可除臭,也有杀菌作用。

为使丝袜更耐穿不易勾破,洗完丝袜后,可在温水中加点醋,让丝袜浸泡一会儿再晒干。这样既可防止丝袜绽线,又能消除丝袜臭味。

● **漂洗衣物窍门** 用洗衣粉洗棉织衣服,很难漂洗干净,但在漂洗最后一遍时,往水中加一点醋,以中和残存在衣服上的碱性物质,衣服更易漂净。

用 2% 的保险粉(亚硫酸钠)液,加点醋,在温度 60℃ 条件下漂洗锦纶织物最好。

● **巧使餐巾洁白** 洗餐巾时,在水中加适量的醋和碱,可使餐巾洗得洁白。

● **巧除衣上污迹** 衣服上的墨水、圆珠笔污迹,以浸过石油溶剂的布轻擦,再用浸过白醋或药用酒精的布重复擦拭即除。

衣服上沾染了颜色,用醋搓一搓,然后用清水冲洗,就可退色去斑。

● **巧除衣上锈迹** 衣服上沾了酒迹、铁锈迹、水果迹,都可以用少许食醋蘸上搓几下,过一会儿再洗,污迹即会消失。

● **巧除红药水迹** 衣服上沾了红药水或黄色药水迹,可将醋滴于污处,一般即能消除。

衣服上沾染尿迹、血迹和红药水迹,非常难看,可先用海绵轻拍污迹处,以清除浮在织物上的污迹,然后以加水的稀释醋轻擦即能去除。

● **巧除衣上尿迹** 白色衣服上沾染了尿迹,可用 10% 的醋洗,洗后再用清水漂洗。

● **巧除衣上油迹** 吃饭时,如果不小心弄脏了衣服,可以在油污上滴一些醋,然后再蘸水擦拭。

● **除衣上胶水迹** 在有痕迹的衣服背面垫一块吸水布,然后往胶水痕迹上涂些白醋,最后用棉花蘸水擦洗干净。

● **除衣上铜绿迹** 织物上的铜绿迹可用10%的醋酸溶液焯热,并立即用温热的盐水搓拭,然后再用水洗涤,即可除去铜绿迹。

● **巧除衣上霉迹** 未洗净或未熨干的衣服,贮藏久了会产生霉点,可用醋水洗刷干净再熨,衣上霉点即能清除。

● **除衣上水果迹** 衣服上沾有水果汁迹时,用食醋搓洗,或放入加醋的水中闷浸一下再洗,一般即可洗净。

● **除衣上咖啡迹** 衣服上沾上咖啡迹或茶迹,可用同等分量的酒精和白醋混合,然后以浸过这种溶液的布轻轻拍打受污处,最后以吸水性良好的布来轻压,污迹能消失。

● **巧除衣上糖迹** 衣服上沾污巧克力或牛奶等食品的污迹,可用浸过石油溶剂的布轻轻拍打污迹的沿边部位,再喷上稀释醋水,最后用吸水纸吸去后清洗就能消除。

● **除衣上虫便迹** 用棉花蘸上醋液或酒精擦拭,可清除衣服上的虫便污迹。

● **巧除毛料亮迹** 深色毛料衣服因日久摩擦而产生油亮,可用等量清水和醋的混合液,敷在油光处,干后再敷一次,熨烫后油光即能除去。

● **巧除绒衣亮迹** 绒线衣穿久会发亮,如果用醋水喷一下,再用手揉揉,即可除去光亮。

● **巧除衣上汗臭** 要去掉衣服上的汗迹和汗臭味,可先喷少许醋,过一会儿再洗,效果较好。

● **巧除衣物折痕** 裙子和裤子等衣服因嫌短放边后,想要去掉原来的折痕,可先用少许醋把有折痕的地方喷湿,然后用温度适中的熨斗熨平。有的裤子(如华达呢或其他类似的裤子)因穿久了,臀部容易出现亮斑,如按本办法处理,也可使其恢复原来的色泽。

● **熨烫衣物窍门** 熨衣裤时,如果在折线上铺一块浸过醋的布,然后再用熨斗熨,就会非常笔挺。此外,直接用醋沾湿衣裤的折线再烫也可以。

要熨烫的衣服必须先洗刷干净,再喷少许醋烫熨,才能烫平整,否则衣服上的各种污痕经熨烫后更加明显。

● **擦皮鞋的窍门** 如果皮鞋用鞋油擦不亮时,即可在鞋油内滴些醋,使其溶化,再用布擦拭,皮鞋即油光锃亮,而且能保持较长时间。

● **加深皮鞋颜色** 用酒精或氨水擦拭干净黑皮鞋面,然后薄薄地涂一层墨汁,快干时再用浓茶汁加少许醋配成溶液来涂擦,可以固定其颜色。

● **巧清洁大理石** 如果大理石上沾有水果汁、咖啡、饮料及香烟等污点时,用加有少许醋的洗衣粉水就可将其擦掉,擦完后再用清水认真冲洗干净。

● **清洁玉石窍门** 清洁玉石时,可用棉花团蘸点加有少量醋的水擦拭。

● **擦铜器的窍门** 铜器用久了,表面会产生一层脏物,用醋涂一遍,干后再用清水冲洗,能使其恢复光亮。

将160克细末屑、60克滑石粉和24克麦麸子拌匀,加入50毫升食醋拌成浆糊状。将其涂在生锈的铜器上,让风吹干脱落,铜锈也随着一起脱落除掉。

● **擦银器的窍门** 银器上出现了黑斑,可用加热的醋擦拭。

银器用久后,颜色会暗淡,可在其表面涂一层食醋,干后用清水刷洗即能恢复其光亮。

● **巧洁铝制用品** 将生黑斑的铝制品泡在醋水混合液中,10分钟后取出清洗,这样会使其光洁如新。

旧铝制品用醋涂抹,再用水洗,能恢复其光亮。

● **擦不锈钢制品** 由硬水造成的不锈钢制品的白斑和铝制品的脏污,均可用醋擦净。

● **擦玻璃的窍门** 沾染尘垢的玻璃,可用旧软布蘸些温热的醋擦抹,容易擦干净使其发亮。

如果玻璃上有油漆点,可涂少许醋让其湿润一下,即容易擦掉。

● **擦镜子的窍门** 衣橱玻璃镜面受潮后,表面会出现一层水纹或白色雾状的水斑,这是玻璃的一种碱化反应,可用食醋轻轻擦拭,使食醋中的醋酸成分与玻璃表面的游离碱起中和反应,就能恢复镜面的光洁,但衣橱镜上的污垢,不可用水擦,应先用抹布蘸醋擦拭,再用软布轻擦,即可除垢。

● **擦拭眼镜窍门** 要想清洁眼镜片,又不使其致伤,可在眼镜片上滴一点食醋,就能将镜片擦得洁净明亮。

● **擦家具的窍门** 梅雨季节时,家具上常是湿湿黏黏的,这时可在一盆水中加几滴醋进行擦拭。

新家具通常都贴有标签或封签,如果剥下的技术不好,就会有残纸留在家具上。如果怕将家具表面涂漆剥落的话,可用脱脂棉蘸些醋进行擦拭。

木制家具上若有苍蝇粪迹或其他虫迹,可用棉花蘸些醋擦拭,直至擦净。

木制家具沾染油污,可在清水中加些食醋后擦拭,即能除去油污,家具也光亮如新。

若想将木制家具上的旧印花除去,可在上面涂几层白醋,等醋吸进去后,再轻轻刷一下,就能将印花去掉了。

在清水中加少许醋,用抹布蘸着擦油漆家具,可以使家具增加光泽。

● **巧擦皮革制品** 用醋3份和麻油1份调和,可擦去皮革家具上的油污。

● **除油漆味窍门** 刷过油漆的房间,往往有一股刺鼻的油漆味。可在房间内放一碗醋,2~3天后油漆味就会消失。

为去除家具上的油漆味,可用淘米水加些醋后擦拭。

● **油漆家具窍门** 木制家具在油漆前,先用醋擦拭后再上漆,漆后的家具色泽更艳丽。

● **清洁地毯窍门** 机织割绒地毯上有了污泥迹,可用加有醋的水(1 000毫升水加12毫升醋)擦洗,然后用清水洗净、晾干,刷一刷就好了。

不小心将咖啡或茶水洒到地毯上,可先用干布或面巾纸吸取水分,再将白醋洒在污渍上,用干布拍拭清除。

地毯上如有动植物油迹,可先用棉纱蘸汽油擦拭;如地毯上沾上果汁和啤酒迹,可先用软布蘸湿洗衣粉擦洗,然后两者再用温水加少许食醋清洗干净。

在4 000毫升温水中加入4杯醋,用毛巾浸湿拧干后擦拭地毯,可防止地毯变色或褪色,还能消除宠物的异味。

● **巧擦镀金画框** 用棉花团蘸点醋精小心擦拭镀金画框,可使变旧的画框重放光彩。

● **擦拭浴缸窍门** 有了污垢的浴缸用醋擦拭一遍,然后再用碳酸氢钠抹一次,最后用清水冲洗,所有污垢、斑点会一扫而光。

● **巧除便器污垢** 擦洗瓷坐便器时,如倒入1杯食醋,5分钟后再用清水刷洗,瓷坐便器就会清洁白亮。

● **除洗衣机霉垢** 在洗衣机内装满水,倒入1杯醋后搅拌清洗,直到霉垢去除。如一



次不行,可再加点醋,反复数次就能把霉垢清除干净。

● **巧冲洗排水管** 现代家庭中常常会发生管道由于油腻或污垢而堵塞的现象。可将半杯白醋和一杯苏打粉倒入水管里,密封1分钟,这两种物质发生化学反应会产生大量二氧化碳气体,形成一定的压力,可以除掉水管中的阻塞物,然后再用热水冲洗水管。

● **擦拭熨斗窍门** 在蒸汽熨斗水槽内倒入一大匙食醋,反复摇晃后倒掉,然后再用清水冲洗干净。当蒸汽熨斗水槽里的水垢除去后,再打开蒸汽开关,让水分完全蒸干。

电熨斗上的锈污,可将熨斗加热,在底部涂上少许白醋,然后用粗布擦拭,污垢即能去除。

● **擦油烟机窍门** 油烟机上的油污很多,可将叶轮拆下,浸泡在3~5滴洗洁净和50毫升食醋混合的一盆温水中10~20分钟后,再用洁净抹布擦洗,外壳及其他部件也可用此溶液清洗,对机体无侵蚀,表面仍保持原有光泽。

用抹布蘸食醋擦拭排气扇,可去除油污。

● **清洁纱窗窍门** 将塑料纱窗放在加有适量洗涤剂的温水中,用刷子依次刷洗,最后用清水冲洗两遍。然后在纱窗上喷些醋,再将纱窗装上去。这样,除去尘污就会容易得多了。

● **除双面胶窍门** 去除门板及金属表面上的双面胶是件令人头痛的事,如在洗洁精内加少许食用醋,均匀地涂在双面胶上,过几分钟让其充分浸透后,用干布仔细擦拭,就可完全消除,还门板及金属表面本来面目。

● **除房间里烟气** 房间里充满烟气时,用毛巾蘸稀释了的醋在房间中挥动,可消除其烟气。

● **巧使拉手牢固** 粘贴玻璃拉手时,先在粘拉手处用食醋清洗干净,再用食醋将玻璃拉手洗净,晾干后粘贴,这样较牢固耐用。

● **使用刷子窍门** 普通刷子用过时常常忘了将其洗净,以致无法使用了。这时可将刷子泡在烧开的醋里,直到刷子变软能使用为止。

● **巧使海绵变软** 洗澡用的海绵,用久了会变硬。如果把它放在加有一些醋的温水里浸一浸,晾干后就会和新的一样柔软。

如果是新实的海绵,可先将其放在加有一半醋的水里浸1个晚上,再用温水洗两次,会使其变得特别好用。

● **使墨汁黑而亮** 磨墨时,加适量食醋,也可直接在墨汁中滴几滴醋,这样写出来的字,既有光泽,且墨迹既黑又不易褪色。

● **巧洁煤炉喷头** 用醋精定期清洗煤气炉的喷火头,可防止它被油腻玷污。如果没有这样做,喷火头已沾油腻,可以将其放在醋精里泡一会儿,就能洗干净了。

● **清洁餐具窍门** 为了节省时间和水,在洗锅、碗等餐具时加少许醋,油脂腻垢容易去掉。

用醋与少许食盐的混合液洗刷餐具或茶具,即可清除陈年积垢而干净异常。

对盛过鱼或装过渍酸白菜和蒜的容器,可用食醋加热水洗净瓷盘、瓷器上的污垢。

玻璃餐具上有了污秽油垢,可用少许醋和食盐混合成液洗刷。

● **洗炖锅的窍门** 炖锅用了几次后,锅底就会有黑焦迹出现,所以每过一段时间,就必须好好洗刷一次。清洗时,蘸点醋和洗洁剂一起用力刷,就可以将锅底刷得很干净。