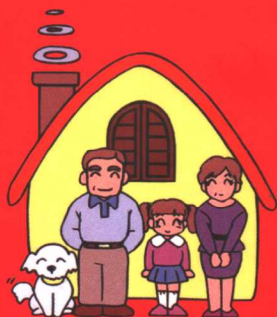




日常生活 金点子

● 孙利平 主编



金盾出版社

日常生活金点子

主	编	孙利平		
编	委	陶尚芸	胡艳新	周芳
		刘伯军	王力	谢森
		何曼	宋姗姗	郝爱平
		黄成军		

金盾出版社

内容提要

这是一本专门介绍日常生活小窍门的大众科普读物。书中紧贴当今家庭的现代生活实际,对人们在日常生活中经常遇到的形形色色的难题,简单明了而又具体明确地传授了解决这些难题的小常识、小经验、小技巧。全书按衣食住行等日常生活的主要内容,分为13篇,共有1000多个条目。本书内容丰富,科学实用,时代性、针对性、可操作性强,是广大家庭的良师益友,居家过日子的必备参考书。

图书在版编目(CIP)数据

日常生活金点子/孙利平主编. —北京:金盾出版社,2006.9
ISBN 7-5082-4149-5

I. 日… II. 孙… III. 生活—知识 IV. TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 077022 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京百花彩印有限公司

正文印刷:北京2207工厂

装订:第七装订厂

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:16.75 字数:327千字

2006年9月第1版第1次印刷

印数:1—11000册 定价:25.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前言

在我们日常生活中,几乎每天都会遇到一些令人烦恼的难题。比如:选购猪肉时怎样识别注水肉?水壶里积了一层水垢怎样去除?衣服上沾了一片墨迹如何清洗?冰箱里有异味怎样消除?圆珠笔出油不畅怎么办?眼睛里进了砂粒如何处理?如此等等,不一而足。这些问题虽然不大,却往往给人带来麻烦与不便,尤其是对于缺乏生活实践经验的年轻人,更是束手无策。

其实,有许多看起来很麻烦的问题,解决起来并不难,只要我们了解一些有关的小常识,掌握一点“雕虫小技”,问题便可马上迎刃而解。为此,本社曾于1991年出版发行过一本《生活小窍门1400例》,其目的就是为了在这方面教给大家一些行之有效的好办法和小窍门,帮助众人解决一些经常遇到的小难题。此书先后印刷20次,累计印数达140多万册,常销不衰,深受广大读者欢迎。

近几年来,随着经济的快速发展和科技的不断进步,广大群众的生活条件获得进一步改善,人们的生活方式也在逐渐改变,日常生活中出现了许多新事物、新用品,同时也给我们带来了过去没有碰到的许多新难题。为了适应时代的这一变化发展,更好地满足广大读者的需要,帮助大家排忧解难,我们此次重新编写了一本《日常生活金点子》。书中淘汰了一些陈旧过时的条目,增加了大量新鲜时尚的内容。我们相信,新编的这本生活小窍门,将更符合当今人们的生活需要,更具针对性,更加实用。

本书根据现代人们日常生活的主要内容,分为常用食品、服

装饰品、家居环境、交通工具、日常用品、文化用品、家用电器、工作学习、休闲旅游、种花养鱼、医疗保健、美容减肥、家庭理财等 13 篇,共编列了 1000 多个条目。这些条目所介绍的各种小常识、小技巧、小经验、小办法,几乎囊括了现代家庭生活的方方面面,内容丰富新颖,方法科学实用,一看就懂,一学就会。本书集知识性、实用性于一体,是一本家庭必备的简明实用生活手册。

在此,有一点需要向广大读者说明,本书主要用于解决家庭日常生活中随时遇到的一些小问题,它不能代替对某些商品的技术检测与维修。读者在运用这些小窍门解决遇到的难题时,要因时因地制宜,特别是有关医疗保健方面的一些简易疗法和应急措施,读者在应用过程中一定要根据具体情况小心处理,并注意观察,若处理不了,则应及时去医院就诊,以免耽误治疗。

编 者

2006 年 6 月





常用食品篇

一、食品选购

- | | |
|------------------|--------------------|
| 1. 如何选购优质大米 / 1 | 16. 怎样挑选新鲜猪腰 / 9 |
| 2. 如何选购芡实 / 2 | 17. 如何挑选猪肝 / 9 |
| 3. 面粉选购注意事项 / 2 | 18. 挑选新鲜的猪心 / 9 |
| 4. 鉴定挂面的质量 / 3 | 19. 分辨山羊肉和绵羊肉 / 10 |
| 5. 检测粉丝的优劣 / 3 | 20. 鉴定咸肉的质量 / 10 |
| 6. 怎样挑选米粉 / 4 | 21. 怎样挑选腊肉 / 10 |
| 7. 鉴别面筋种类与质量 / 4 | 22. 如何挑选灌肠制品 / 11 |
| 8. 如何挑选好面包 / 5 | 23. 怎样选购合适的肉松 / 11 |
| 9. 多角度鉴别中秋月饼 / 5 | 24. 怎样选购各类熟食 / 12 |
| 10. 怎样选购方便面 / 6 | 25. 如何识别牛肉和马肉 / 12 |
| 11. 如何挑选新元宵 / 7 | 26. 怎样鉴别冻羊肉质量 / 13 |
| 12. 注水肉巧识别 / 7 | 27. 鉴别活宰鸡和冷宰鸡 / 14 |
| 13. 怎样辨别米猪肉 / 8 | 28. 怎样挑选乌骨鸡 / 14 |
| 14. 如何挑选冻猪肉 / 8 | 29. 识别变质的烧鸡 / 14 |
| 15. 选购猪肚的技巧 / 8 | 30. 如何鉴别板鸭的优劣 / 15 |

31. 怎样识别腊鸭老嫩 / 15
32. 选购质量上乘的鹅 / 16
33. 如何挑选鹌鹑 / 16
34. 怎样鉴别新陈蛋 / 16
35. 辨别孵鸡淘汰蛋 / 17
36. 怎样挑选鹌鹑蛋 / 17
37. 如何选购皮蛋 / 18
38. 鹌鹑彩蛋的挑选 / 19
39. 怎样选购咸蛋 / 19
40. 如何选购冰鸡蛋与蛋粉 / 20
41. 识别对虾的新鲜度 / 20
42. 怎样选购皮皮虾 / 20
43. 辨别虾米的优劣 / 21
44. 鉴别虾仁与虾皮质量 / 21
45. 鉴别污染鱼 / 22
46. 雌、雄性鲤鱼的辨别 / 22
47. 怎样选购新鲜的带鱼 / 23
48. 怎样选购鲈鱼 / 23
49. 怎样选购金枪鱼 / 23
50. 识别被农药毒死的鱼 / 24
51. 怎样挑选河湖蟹 / 24
52. 怎样挑选海蟹 / 25
53. 如何选购梭子蟹 / 25
54. 鉴别鲜蟹与劣质蟹 / 26
55. 怎样挑选大闸蟹 / 26
56. 如何识别新鲜的甲鱼 / 27
57. 如何识别龟、鳖 / 27
58. 鱿鱼与鱿鱼干的挑选 / 28
59. 墨鱼和墨鱼干的选购 / 28
60. 如何挑选章鱼 / 29
61. 各类海参的选购 / 29
62. 怎样识别活贝和死贝 / 30
63. 鲍鱼干的选购 / 30
64. 怎样选购优质干贝 / 30
65. 鲍鱼的挑选技巧 / 31
66. 怎样挑选带子 / 31
67. 鉴别咸鱼质量好坏 / 31
68. 鉴别鱼肚的质量 / 32
69. 鱼皮的鉴别与挑选 / 33
70. 怎样选购鱼翅 / 33
71. 如何选购海蜇皮、海蜇头 / 33
72. 如何挑选优质海蜇 / 34
73. 如何识别河豚 / 34
74. 鉴别鱼干的质量 / 35
75. 怎样选购银鱼与银鱼干 / 35
76. 鉴别鳝丝质量的窍门 / 36
77. 如何挑选藕 / 36
78. 竹笋的分类与鉴别 / 37
79. 怎样挑选笋干和玉兰片 / 37
80. 怎样选购芦笋 / 38
81. 如何选购较甜的白菜 / 38
82. 怎样选购美味茼蒿 / 38

83. 如何选购蒜苗 / 39
84. 怎样选购蒜黄 / 39
85. 韭菜的挑选 / 39
86. 怎样挑选大葱 / 40
87. 如何选购大蒜 / 40
88. 香菜的鉴别与挑选 / 40
89. 挑选不同品种的芥菜 / 40
90. 如何选购枸杞菜叶 / 41
91. 如何识别鲜嫩莴笋 / 41
92. 怎样选择荸荠 / 41
93. 怎样挑选好吃芋头 / 42
94. 如何选购洋葱 / 43
95. 豇豆的挑选方法 / 43
96. 扁豆的选购法 / 43
97. 怎样挑选苦瓜 / 44
98. 怎样识别幼嫩丝瓜和老丝瓜 / 44
99. 怎样辨别辣椒与甜椒 / 44
100. 选购不同种类的茄子 / 45
101. 鉴别西红柿的质量 / 45
102. 怎样挑选胡萝卜 / 46
103. 挑选优质山药 / 46
104. 选购优质黑木耳 / 47
105. 银耳质量的鉴别 / 48
106. 怎样识别毒蘑菇 / 48
107. 如何选购鲜蘑 / 49
108. 识别正宗贡菜的质量 / 50
109. 鉴别黄花菜的质量 / 51
110. 如何挑选国光苹果 / 51
111. 怎样选购富士苹果 / 51
112. 区分梨的四大类别 / 52
113. 识别不同种的橙子 / 53
114. 如何选购金橘 / 53
115. 怎样挑选柠檬 / 54
116. 鉴别西瓜的成熟度 / 54
117. 如何挑选哈密瓜 / 55
118. 怎样选购番木瓜 / 55
119. 如何选购香蕉 / 56
120. 怎样挑选菠萝 / 56
121. 如何选购葡萄 / 57
122. 怎样挑选红提 / 57
123. 如何选购樱桃 / 57
124. 怎样选购杨梅 / 58
125. 挑选草莓的绝招 / 58
126. 梅果的选购方法 / 59
127. 如何挑选李子 / 59
128. 怎样挑选桃子 / 60
129. 选购菠萝蜜有方法 / 60
130. 选购猕猴桃有技巧 / 61
131. 挑选杨桃有窍门 / 61
132. 如何选购枇杷 / 61
133. 怎样选购芒果 / 62
134. 鲜枣的鉴别与选购 / 62
135. 荔枝品种巧识别 / 63
136. 如何选购番石榴 / 63
137. 怎样挑选椰子 / 64

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| 138. 石榴的挑选技巧 / 65 | 147. 鉴别豆泡的优劣 / 70 |
| 139. 如何选购新鲜龙眼 / 65 | 148. 鉴别豆浆的好坏 / 70 |
| 140. 如何判断新茶与陈茶 / 66 | 149. 识别真假机制腐皮 / 71 |
| 141. 怎样选购保健茶 / 66 | 150. 真假八角巧辨别 / 72 |
| 142. 鉴别果酒的质量 / 67 | 151. 鉴别真假燕窝有窍门 / 72 |
| 143. 识别真假矿泉饮料 / 67 | 152. 鉴别不同品质的蜂王浆
/ 73 |
| 144. 如何选购果茶 / 68 | 153. 如何鉴定蜂蜜的质量 / 73 |
| 145. 怎样选购酸奶 / 69 | |
| 146. 鉴别豆腐的质量 / 69 | |

二、清洗加工

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1. 巧除大米中的砂粒 / 75 | 17. 猪内脏清洗六法 / 80 |
| 2. 巧做糖馅不流汤 / 75 | 18. 烹前怎样处理猪肝 / 80 |
| 3. 肉馅不易出汤二法 / 75 | 19. 使腰花变白发大的窍门
/ 81 |
| 4. 肉馅掺皮冻可多汁 / 76 | 20. 除羊肉粘毛宜用面团 / 81 |
| 5. 盐可防面粉结团 / 76 | 21. 牛尾的方便切法 / 81 |
| 6. 简用蜂蜜发面法 / 76 | 22. 先灌酒醋易除毛 / 81 |
| 7. 快速发酵四法 / 77 | 23. 巧为整禽脱骨 / 82 |
| 8. 简便剁肉馅法 / 77 | 24. 巧除鸡腥味 / 82 |
| 9. 拌肉馅可加大料水 / 78 | 25. 蛋黄、蛋白的分离方法 / 82 |
| 10. 巧化冻肉馅 / 78 | 26. 巧制全蛋糊 / 83 |
| 11. 拔肉皮上的毛宜用松香
/ 78 | 27. 巧制蛋清糊 / 83 |
| 12. 猪肉丸子松嫩法 / 78 | 28. 巧制水粉糊 / 83 |
| 13. 肥肉除腻的技巧 / 79 | 29. 除蛋壳技巧二法 / 84 |
| 14. 巧切肥肉 / 79 | 30. 蛋清的巧妙用途 / 84 |
| 15. 令炸猪排不缩的技巧 / 79 | 31. 巧给咸鸭蛋调味新招 / 85 |
| 16. 巧洗生肉二法 / 79 | 32. 鸡蛋可使丸子表面又光又 |

圆 / 85

33. 除鱼腥味八法 / 85
34. 切鱼防打滑 / 86
35. 速去鱼鳞的诀窍 / 86
36. 巧去鱼刺的绝招 / 87
37. 除鱼胆污染可用酒或小苏打 / 87
38. 泡发淡菜的窍门 / 87
39. 泡海蜇丝的技巧 / 88
40. 处理墨鱼或鱿鱼干的技巧 / 88
41. 吃鳖的窍门 / 88
42. 怎样去除残留农药 / 88
43. 保持土豆洁白法 / 89
44. 去除冻土豆怪味 / 90
45. 洗菜保洁可用盐 / 90
46. 巧切辣椒和葱 / 90
47. 巧减腌菜咸辣味 / 90
48. 巧除蔬菜苦涩味 / 91
49. 防止莲藕菜变色的妙法

/ 91

50. 巧制萝卜干 / 91
51. 西兰花脆软的诀窍 / 92
52. 泡发木耳的窍门 / 92
53. 加工黄花菜的技巧 / 92
54. 削皮后水果的盐化处理 / 93
55. 冻葡萄吃法 / 93
56. 巧剥橙子皮 / 93
57. 柿子脱涩三法 / 93
58. 西瓜加盐味好 / 94
59. 巧取西瓜汁 / 94
60. 冰镇生西瓜汁有益消暑 / 94
61. 去除板栗皮的技巧 / 94
62. 自制脆枣的技巧 / 95
63. 豆腐防碎宜用盐水 / 95
64. 巧去蚕豆壳 / 95
65. 剥蒜皮快捷一法 / 95
66. 令蒜泥增香的技巧 / 96

三、烹饪制作

1. 巧做米饭不粘锅 / 96
2. 焖烂饭方便法 / 96
3. 自制香茶米饭 / 97
4. 焖饭滴油、食醋 / 97
5. 煮饭加麦饭石色香味俱佳 / 97

6. 夹生饭加白酒再蒸可变软 / 97
7. 焦饭去除糊味三法 / 98
8. 剩米饭巧烹制 / 98
9. 巧煮粳米粥 / 98
10. 使绿豆粥快烂香的方法

/ 99

11. 煮红豆粥的简便方法 / 99
12. 煮粥防溢锅二法 / 99
13. 巧蒸馒头四法 / 99
14. 醋可令黄馒头变白 / 100
15. 炸馒头省油小技巧 / 100
16. 剩馒头的炸制方法 / 101
17. 巧蒸窝头二法 / 101
18. 防饺子黏连四法 / 101
19. 煮挂面的技巧 / 102
20. 仿制刀削面可用微波炉
/ 102
21. 巧烙软香馅饼 / 103
22. 热剩烙饼的技巧 / 103
23. 高压锅烙饼暄软可口 / 103
24. 煮元宵的技巧 / 103
25. 烤白薯用高压锅 / 104
26. 烤制玉米的窍门 / 104
27. 巧用面粉的小方法 / 104
28. 米酒巧去锅巴 / 105
29. 巧除炖肉异味 / 105
30. 使炖肉快熟应放山楂片
/ 106
31. 炒肉加啤酒更鲜嫩 / 106
32. 怎样制烤肉 / 106
33. 使肉汤更香的绝招 / 107
34. 排骨汤放醋好 / 107
35. 炼油的小窍门 / 107

36. 怎样使猪肚增厚 / 108
37. 做咕嚕肉的窍门 / 108
38. 嫩炒牛肉丝二法 / 108
39. 巧做牛肉的方法 / 109
40. 羊肉去膻 / 109
41. 巧用啤酒蒸鸡增美味 / 110
42. 使老鸡肉返嫩法 / 110
43. 巧炖老鸭肉四法 / 110
44. 禽血可使浓汤转清 / 111
45. 巧做蛋饺 / 111
46. 防止煮蛋破裂的技巧 / 111
47. 巧煎荷包蛋 / 112
48. 羊奶膻味去除法 / 112
49. 防牛奶外溢的窍门 / 112
50. 烧鱼与炖鱼的窍门 / 112
51. 蒸鱼的技巧 / 113
52. 巧烹美味带鱼 / 113
53. 防鲜鱼粘锅二法 / 114
54. 干海带的烹制技巧 / 114
55. 制作虾类的窍门 / 114
56. 去虾腥味宜用肉桂 / 115
57. 烹调蔬菜如何保存维生素
/ 115
58. 蔬菜烹饪中的“保钙”技巧
/ 116
59. 土豆放醋更脆 / 117
60. 做土豆菜的技巧 / 117
61. 怎样烧笋菜易入味 / 118

- | | |
|------------------------------|----------------------------|
| 62. 开水点菜效果好 / 118 | 78. 巧用蛋糕上剩奶油 / 123 |
| 63. 炒菜放盐的窍门 / 118 | 79. 快速制作奶昔法 / 123 |
| 64. 熬拔丝糖浆的技巧 / 119 | 80. 温开水泡茶宜加糖 / 123 |
| 65. 菜肴放醋的技巧 / 119 | 81. 巧做乳汁豆腐 / 124 |
| 66. 做蔬菜沙拉可用葡萄酒
/ 119 | 82. 巧烹菠菜豆腐 / 124 |
| 67. 加盐做凉拌西红柿 / 119 | 83. 用酱的窍门 / 124 |
| 68. 巧治汤过咸三法 / 119 | 84. 别具特色的毛豆浆 / 125 |
| 69. 除汤中油腻可用紫菜 / 120 | 85. 快捷简便做豆腐脑法 / 125 |
| 70. 菜过咸处理二法 / 120 | 86. 自制豆腐羹 / 125 |
| 71. 牛奶可使酱汁淡化 / 120 | 87. 炸花生米油米同时下锅好
/ 126 |
| 72. 解酸宜用米酒 / 121 | 88. 以水代油烹调法 / 126 |
| 73. 巧减炒菜辣味法 / 121 | 89. 花生油增香的窍门 / 126 |
| 74. 炒洋葱用面粉、葡萄酒效果
好 / 121 | 90. 去除菜子油怪味的方法
/ 127 |
| 75. 食碱可把绿色蔬菜焯得又
鲜又绿 / 121 | 91. 炒菜省油的技巧 / 127 |
| 76. 巧用啤酒调制鸡尾酒 / 122 | 92. 去除油中异味三法 / 127 |
| 77. 巧用剩香蕉制冰淇淋 / 123 | 93. 色泽红亮的红油的炼制方
法 / 128 |

四、贮存保鲜

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 1. 面包返鲜法 / 128 | 8. 切面保鲜的技巧 / 131 |
| 2. 防止大米生虫的方法 / 129 | 9. 贮藏馒头的窍门 / 131 |
| 3. 陈米返鲜法 / 129 | 10. 糕点的保鲜法 / 131 |
| 4. 米饭返鲜二法 / 129 | 11. 猪肉保鲜四法 / 132 |
| 5. 巧除粮食生虫三法 / 130 | 12. 火腿保存窍门 / 132 |
| 6. 严冬除粮虫 / 130 | 13. 香肠保鲜法 / 132 |
| 7. 长期贮存鲜玉米 / 131 | 14. 长期保存猪油法 / 133 |

15. 巧除猪肉存放时间过长产生的异味 / 133
16. 禽蛋保鲜六法 / 133
17. 保鲜蛋白的窍门 / 134
18. 牛奶保鲜二法 / 134
19. 干奶酪复软的技巧 / 134
20. 巧除豆制品异味 / 134
21. 巧用泡菜水贮存豆腐 / 135
22. 活鱼存养法 / 135
23. 死鱼保鲜法 / 135
24. 使鱼保鲜的绝招 / 136
25. 干海带防粮食生虫发霉法 / 136
26. 带叶蔬菜保鲜的方法 / 136
27. 香菜保鲜的五种窍门 / 137
28. 芹菜保鲜法 / 137
29. 冻扁豆复鲜和保存 / 138
30. 冰冻豌豆保鲜二法 / 138
31. 存放胡萝卜的讲究 / 138
32. 防止萝卜糠心的窍门 / 138
33. 白薯防冻法 / 139
34. 巧治冬瓜斑点 / 139
35. 存贮冬瓜的办法 / 139
36. 切开的冬瓜防烂法 / 139
37. 冬笋的贮藏 / 139
38. 鲜笋保鲜的窍门 / 140
39. 保存鲜姜三法 / 140
40. 大蒜保鲜的方法 / 141
41. 莴笋保鲜的方法 / 141
42. 香椿保鲜三法 / 141
43. 塑料袋贮藏大白菜 / 142
44. 巧存蒜黄、韭菜 / 142
45. 冻洋葱复鲜的技巧 / 142
46. 巧除腌泡菜中的霉花 / 142
47. 荔枝保鲜法 / 143
48. 贮存苹果宜用纸箱或木箱 / 143
49. 保鲜柑橘二法 / 143
50. 秋季存西瓜的技巧 / 144
51. 大枣过夏巧贮存 / 144
52. 贮存板栗四法 / 144
53. 饮料保鲜应“倒立” / 145
54. 结晶蜂蜜复原 / 145
55. 米酒的保鲜法 / 145
56. 绿茶受潮宜用石灰 / 145
57. 保存小磨香油的技巧 / 146
58. 豆腐易存放法 / 146
59. 使结块白糖复原法 / 146
60. 巧防酱油和醋长白膜 / 147
61. 花生米贮藏的技巧 / 147
62. 巧存开罐后的西红柿酱 / 148
63. 使调料鲜香的窍门 / 148
64. 使油炸花生米保脆的窍门 / 148

服装饰品篇

一、衣服清洗

1. 咖啡、茶渍的清除 / 149
2. 巧除果汁渍二法 / 149
3. 巧除葡萄汁方法 / 150
4. 除柿子渍的窍门 / 150
5. 除冰淇淋渍的窍门 / 150
6. 巧除鸡蛋渍 / 151
7. 除蟹黄渍有新招 / 151
8. 巧除衣物口红污渍 / 151
9. 除墨渍二法 / 151
10. 巧除汗渍七法 / 152
11. 巧除血、奶渍 / 153
12. 除尿渍有新招 / 153
13. 衣服生霉的处理法 / 153
14. 除裘衣上油污的窍门 / 154
15. 除滑雪衫上的油污巧用面粉糊 / 154
16. 巧除衣服上的紫药水 / 154
17. 除红药水渍的方法 / 155
18. 除碘酒渍二法 / 155
19. 巧用生姜汁除黄泥渍 / 155
20. 巧除桐油渍 / 155
21. 清理衣物上的油漆 / 155
22. 松树油巧去除 / 156
23. 巧除衣服上污迹 / 156
24. 巧除白色丝绸织物上的黄渍 / 156
25. 巧除羊毛衫上的污渍 / 157
26. 巧除万能胶渍 / 157
27. 巧除白乳胶渍 / 158
28. 巧除口香糖胶渍 / 158
29. 巧除胶水渍 / 158
30. 巧除水彩渍 / 159
31. 巧除树脂斑 / 159
32. 洗涤绸缎被面 / 160
33. 防毛衣缩水的窍门 / 160
34. 兔羊毛衫防掉毛的洗法 / 160
35. 洗毛衣的技巧 / 161
36. 自洗兔毛衫的窍门 / 161
37. 毛线清洁二法 / 161
38. 自洗纯毛西服的方法 / 162
39. 巧洗皮毛衣物 / 163
40. 清洁软皮手套的窍门 / 163
41. 白皮鞋上的污点巧去除 / 163

二、衣物养护

1. 巧令发黑白毛衣变白 / 164
2. 黑色毛织物巧增黑 / 164
3. 巧令松大的毛衣缩小 / 164
4. 除毛衣光亮的窍门 / 165
5. 洗毛衣防褪色法 / 165
6. 防羊毛衫虫蛀 / 165
7. 毛绒倒伏巧还原 / 165
8. 巧治毛衣起毛 / 166
9. 使皮鞋变大的窍门 / 166
10. 洗皮衣的窍门 / 166
11. 洗涤中巧用蛋壳 / 167
12. 巧洗帽边绒毛 / 167
13. 洗涤领带的方法 / 167
14. 自洗羽绒服的方法 / 168
15. 洗涤绒面革服的方法 / 168
16. 牛仔服的洗涤窍门 / 169
17. 巧洗真丝绸料衣服 / 169
18. 巧洗绒制衣裤 / 169
19. 洗好衣料宜用洗洁精 / 170
20. 巧防衣物褪色二法 / 170
21. 防白衣发黄的窍门 / 170
22. 使旧衣复新的方法 / 170
23. 除衣物怪味的妙法 / 171
24. 衣物互染后恢复的窍门 / 172
25. 洗除皱褶的技巧 / 172
26. 巧治皮衣变硬 / 172
27. 防止牛仔裤褪色法 / 173
28. 衣物留香法 / 173
29. 去呢子衣服尘土的窍门 / 173
30. 洗衬衫不皱的妙法 / 173
31. 使旧的白背心变白的方法 / 174
32. 保养皮夹克的技巧 / 174
33. 焕发衣扣光泽有妙招 / 174
34. 巧治西服起泡 / 174
35. 袜口松紧调节二法 / 175
36. 强力胶补脱丝尼龙袜效果好 / 175
37. 巧擦皮鞋十法 / 176
38. 巧为皮鞋除皱 / 177
39. 防球鞋发黄二法 / 177
40. 晒球鞋的技巧 / 177
41. 除鞋中异味二法 / 177
42. 白鞋带保洁法 / 178

三、衣物熨烫存放

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 1. 熨衣物快捷法 / 178 | 7. 皮革服装巧熨烫 / 180 |
| 2. 巧熨衣裙四法 / 179 | 8. 衣物烫焦处理的办法 / 181 |
| 3. 熨花边的技巧 / 179 | 9. 熨领带的技巧 / 181 |
| 4. 熨衣料的窍门 / 180 | 10. 存放绒面革服的方法 / 182 |
| 5. 毛料衣服巧熨烫 / 180 | 11. 毛料衣服防蛀的窍门 / 182 |
| 6. 熨真丝衣服的技巧 / 180 | |

四、饰品的鉴别与保养

- | | |
|--------------------|----------------------|
| 1. 鉴别水晶品质的妙法 / 183 | 8. 钻饰日久常新的窍门 / 186 |
| 2. 辨别翡翠真伪的五招 / 183 | 9. 金饰品的洗整二法 / 186 |
| 3. 真假玉器巧鉴定 / 184 | 10. 银饰品的清洗技巧 / 187 |
| 4. 祖母绿巧鉴别 / 184 | 11. 宝石戒指巧清洁 / 187 |
| 5. 鉴别宝石价值的技巧 / 185 | 12. 清洁首饰去污垢的技巧 / 187 |
| 6. 真假钻石鉴别的窍门 / 185 | |
| 7. 鉴别金刚钻石的绝招 / 186 | |

家居环境篇

一、居室装修

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 1. 涂料用量巧计算 / 189 | 5. 瓷砖切割、钻洞的技巧 / 191 |
| 2. 除毛刷油漆可用洗涤剂 / 190 | 6. 粘接玻璃拉手的方法 / 191 |
| 3. 张贴墙纸的窍门 / 190 | 7. 使房间显得宽敞的绝招 / 191 |
| 4. 巧在墙上钉钉 / 190 | 8. 巧令居室变明亮的窍门 |

/ 192

- 9. 贴图挂物的方法 / 192
- 10. 巧用肥皂润滑抽屉 / 193
- 11. 巧用蜡烛头润滑铁窗 / 193

- 12. 矮房装修的技巧 / 193
- 13. 巧用厨房空间二法 / 194
- 14. 厨房用灯有讲究 / 194

二、家居卫生

- 1. 厨房地砖表面巧除白 / 195
- 2. 填补木地板可用木屑 / 195
- 3. 巧用钢丝球擦地板砖 / 195
- 4. 消除蛋液污痕法 / 196
- 5. 防止木地板发声的窍门
/ 196
- 6. 巧用食醋除地板油污 / 196
- 7. 肥皂清洁地面法 / 196
- 8. 修补地板裂缝 / 197
- 9. 处理发黑地板的窍门 / 197
- 10. 巧选地毯颜色 / 197
- 11. 铺地毯有讲究 / 198
- 12. 防地毯卷角的技巧 / 198
- 13. 清洁地毯实用窍门 / 198
- 14. 毛毯的洗晒窍门 / 199
- 15. 巧用湿毛巾清扫墙壁天花
板 / 200
- 16. 使瓷砖青春常驻的诀窍
/ 200
- 17. 厨房白瓷砖黄渍巧清除
/ 201
- 18. 墙壁与天花板清洁 / 201
- 19. 去除墙上的圆珠笔迹 / 202
- 20. 清洁纱窗的窍门 / 202
- 21. 巧用吸尘器清洁纱窗 / 202
- 22. 巧用指甲油修补纱窗的小
洞 / 203
- 23. 巧用洗衣粉、烟蒂除玻璃油
污 / 203
- 24. 清洁毛玻璃的简易方法
/ 203
- 25. 铝合金门窗去污 / 204
- 26. 洗甲水可清除玻璃上的贴
纸 / 204
- 27. 卫生间坐便器防臭法 / 204
- 28. 巧除排水沟的恶臭 / 204
- 29. 去除厨房异味的方法 / 205
- 30. 冬季泼水调室温 / 205
- 31. 冬季室内增湿的妙法 / 205
- 32. 冬季巧防尘土入室 / 206
- 33. 居室防潮四法 / 206
- 34. 巧除室内烟味 / 207
- 35. 家庭消毒简易四法 / 207
- 36. 巧制吸湿剂 / 208