

百问百答丛书

BWBBD

BAIWENBAIDACONGSHU

《百问百答》编写组编

生活窍门

百问百答

四川科学技术出版社



**B** 百问百答丛书

# 生活窍门百问百答

《百问百答丛书》编写组

四川科学技术出版社



百问百答丛书

## 生活窍门百问百答

---

编 著 者 《百问百答丛书》编写组  
责任编辑 侯砚楠 谢增桓  
封面设计 韩健勇  
版面设计 翁宜民  
责任校对 戴 林 康永光  
责任出版 李 琨  
出版发行 四川科学技术出版社  
成都盐道街3号 邮编 610012

开 本 787×1092 毫米 1/32  
印张 13 字数 281 千  
插页 4

印 刷 成都宇川印刷厂  
版 次 1998年6月成都第一版  
印 次 1998年6月第一次印刷  
印 数 1—5000册  
定 价 13.00元

ISBN 7-5364-3910-5/Z·163

---

■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 本书如有缺损、破页、装订错误，请寄回印刷厂调换。

■ 如需购本书，请与本社邮购组联系。  
地址/成都盐道街3号  
邮编/610012

# 让生活更舒心更美好

——写在《百问百答丛书》之前

当温饱问题已成为过去，人们必将开始新的追求。是的，改革开放以来，我们每一位中国人都实实在在地感受到了生活中的变化。那就是，随着科技的进步和社会的发展，人们的生活水平不断得到提高，家庭的生活方式也在发生变革。

物质生活是人们的生存基础。比如，随着时代的进步，现代生活用品进入家庭，在给人们带来方便和快乐的同时，也给人们带来了难题和困惑。这里且不说那些闯入家庭的不断更新的新潮电器有着令人眼花缭乱的“机关”，也不说那些正成为家庭新宠的家庭电脑随时可能不听使唤，就是居家生活中的衣食住用，几乎随时都可能遇到小“难题”需要解决，比如，一件重要衣物不慎弄脏了怎么办？一道好菜不小心多放了盐怎么办？家中有人突然生病却又无法立即请到医生怎么办？如此等等，不一而足。

其实，当代人也许更看重的是衣、食、住、用等物质生

活之外的精神生活，更重视的是工作之余的生活方式。八小时之外，或独自一人闲读几本好书，或三五好友陶醉于琴棋书画之中；亦可二三好友于野外河湖垂钓，亦可合家外出到名山大川旅游；或在庭院阳台，栽种些草木花卉，或于居室之中，养殖些观赏鱼儿。

我们的生活质量应该有一个大大的提高，无论是在物质还是在精神方面都应该如此。要排除物质生活中的种种难题，需要实用的科学技术知识，这点已经是人人皆知的常识。其实人们更应该认识到的是，八小时之外的生活方式也是一门学问，比如，旅游需要一定的文化素养；河湖垂钓是一门技艺；养花、养鱼是一门技术；美容健身更需要科学常识。于是，我们编写了这套与现代生活方方面面相关的《百问百答丛书》。

这是一套综合性的生活实用丛书。这套丛书内容丰富，知识广博，突出了知识性、趣味性、实用性的特点。本丛书将为读者解决日常生活中的种种难题，使大家养成科学的生活方式，给人们的生活带来新的情趣。这，即是我们编写这套丛书的初衷，也是我们要努力达到的最终目的。

这本《生活窍门百问百答》以科学知识为指导，介绍了生活中的诸多常识及处理窍门，内容包括衣食住行各个方面，可供朋友们参考。

参加这本书编写的有陈先蓉、刘奇、王小飞、刘勤、张一民、屈能湘、文全志、侯玉芬等同志。

——《百问百答丛书》编委会

## 目 录

## 饮食与营养

熬粥有何窍门? .....	1
做饭时怎样防汤外溢? .....	2
如何巧除米饭焦味? .....	2
防止电饭锅煮饭外溢的窍门有什么? .....	3
电饭锅煮饭怎样防出夹生饭? .....	3
如何处理夹生饭? .....	4
剩米饭返鲜有何妙法? .....	5
煮面条有何窍门? .....	5
做凉面有何窍门? .....	6
怎样巧做馒头? .....	6
如何巧炸馒头? .....	7
发面有何妙法? .....	7
怎样做面筋? .....	8
包饺子有什么窍门? .....	9
做饺子有何窍门? .....	9
如何煮饺子才不会粘? .....	10
怎样用高压锅煮煎饺子? .....	11
怎样煮元宵才好? .....	11

- 做凉粉有何窍门? ..... 11
- 怎样做醪糟? ..... 12
- 怎样包粽子? ..... 12
- 做烙饼有何妙法? ..... 12
- 怎样巧炸春卷? ..... 13
- 切面包、蛋糕有何妙法? ..... 13
- 面包、糕点怎样保鲜? ..... 13
- 如何保持猪肉鲜味? ..... 14
- 怎样炼猪油? ..... 14
- 怎样洗猪肚、猪肠? ..... 14
- 如何除猪心秽气味? ..... 15
- 如何识别注水猪肉、瘟猪肉? ..... 15
- 怎样挑选罐头? ..... 16
- 怎样鉴别米心肉? ..... 16
- 如何挑选新鲜羊肉? ..... 17
- 老牛肉如何返鲜嫩? ..... 17
- 羊肉如何去膻味? ..... 17
- 如何自制酱肉? ..... 18
- 怎样做咸肉? ..... 18
- 香肠怎样保鲜? ..... 19
- 怎样识别注水鸡、鸭? ..... 19
- 如何识别病鸡? ..... 19
- 怎样鉴别鸡的老嫩? ..... 20
- 如何挑选鲜鱼? ..... 20
- 夏天的鱼怎样保鲜? ..... 21
- 做鲜鱼、冻鱼如何保持鲜味? ..... 21

识别鲜鳝鱼丝的方法? .....	22
做鳖如何保鲜? .....	22
海味品如何保鲜? .....	22
咸干鱼如何返鲜? .....	23
如何挑选优质冰冻鱼和咸鱼? .....	23
怎样识别有毒鱼? .....	23
如何选购对虾? .....	24
煎鱼怎样才不粘锅? .....	24
如何选购咸蛋、皮蛋、鲜蛋? .....	24
吃鸡蛋有何妙法? .....	25
如何保存鲜蛋? .....	25
如何巧剥松花蛋? .....	26
如何腌制咸鸭蛋? .....	26
如何保存咸蛋? .....	27
牛奶、豆浆应如何保存? .....	27
牛奶为什么可防癌? .....	28
怎样鉴别奶粉好坏? .....	28
如何保存豆腐? .....	29
烧豆腐如何防碎、入味? .....	29
自己如何做豆腐? .....	30
土豆如何保鲜? .....	30
如何存放鲜葱、鲜姜、大蒜? .....	31
韭菜、韭黄如何保鲜? .....	31
怎样贮存青椒? .....	32
胡萝卜如何贮藏? .....	32
黄花菜、香菜怎样长期存用? .....	33



- 怎样减少苦瓜中的苦味? ..... 33
- 怎样掌握食物烹调时间? ..... 33
- 哪些食物适宜饮食健美? ..... 34
- 怎样进食对身体有益? ..... 35
- 怎样防止食品腐败? ..... 36
- 饭菜如何防馊? ..... 36
- 怎样防止面食品变硬? ..... 37
- 怎样防止番茄酱变质? ..... 37
- 饼干、点心如何防止受潮? ..... 37
- 怎样贮藏白菜? ..... 38
- 如何贮藏银耳? ..... 38
- 怎样自制腐乳? ..... 38
- 怎样腌泡红辣椒? ..... 39
- 怎样腌制雪里红? ..... 39
- 如何制做泡菜? ..... 39
- 如何制做酸白菜? ..... 40
- 大蒜有何妙用? ..... 40
- 如何快速剥蒜皮? ..... 41
- 生姜有何妙用? ..... 42
- 大葱有何妙用? ..... 42
- 辣椒有何妙用? ..... 43
- 食盐有何妙用? ..... 43
- 花椒有何用途? ..... 44
- 如何使用味精? ..... 44
- 酱油有哪几种防霉的方法? ..... 45
- 酱油为什么宜加热后食用? ..... 45

夏季怎样保存酱油、醋? .....	46
怎样鉴别酱油的优劣? .....	46
醋在生活中有何妙用? .....	47
醋在烹调中有何妙用? .....	47
醋有何食疗用法? .....	48
食糖、食盐如何防止受潮? .....	49
糖有何妙用? .....	49
怎样贮藏食用油? .....	50
怎样使花生油不变味? .....	50
小磨香油如何保鲜? .....	51
如何识别掺假香油? .....	51
如何区别植物油种类? .....	51
荤油、素油如何巧搭配? .....	52
做菜烧油有窍门? .....	52
怎样熬汤味道才鲜? .....	53
如何鉴别蜂蜜优劣? .....	53
如何识别真假蜂蜜? .....	54
茶叶有哪些妙用? .....	54
怎样选购茶叶? .....	55
米酒、黄酒如何保鲜? .....	56
啤酒有哪些用法? .....	56
如何保存啤酒? .....	57
如何识别真假名酒? .....	57
食物有了异味如何消除? .....	58

## 家务与日用品

- 如何简易修补眼镜? ..... 60
- 怎样简易修复拉链? ..... 61
- 怎样修补陶器制品? ..... 61
- 修补搪瓷制品有何窍门? ..... 62
- 洗涤用品的使用有何窍门? ..... 63
- 肥皂有哪些用途? ..... 64
- 如何巧用肥皂头? ..... 65
- 药物牙膏有哪些妙用? ..... 66
- 怎样选用护肤皂? ..... 67
- 如何巧洗玻璃器皿? ..... 67
- 怎样去除塑料盆痕迹? ..... 68
- 怎样除去石膏像上尘污? ..... 68
- 如何巧除暖瓶水垢? ..... 68
- 怎样消除尿垢? ..... 69
- 怎样选择保温瓶胆? ..... 69
- 怎样去掉茶杯上的污垢? ..... 69
- 怎样清洁地毯? ..... 70
- 塑料地板如何去污? ..... 71
- 如何清洗使用过的毛刷? ..... 71
- 绒面沙发如何除尘? ..... 71
- 怎样保养羊毛毯? ..... 72
- 如何清除床上浮灰? ..... 73
- 如何巧擦铜器? ..... 73

## 目 录

家具陈列怎样既省时又省力? .....	73
镀光家具怎样除锈? .....	74
怎样消除擦伤、烫伤家具痕迹? .....	74
使用自行车有哪些窍门? .....	75
座钟乱点如何处理? .....	75
怎样清洗挂钟零件? .....	76
手表他用二法? .....	76
手表受磁、进水后怎么办? .....	77
如何使表盖光亮如新? .....	77
怎样保养石英电子表? .....	78
如何选购电动剃须刀? .....	79
怎样粘接玻璃? .....	79
如何清洗玻璃? .....	80
用什么方法使镜子洁净? .....	80
怎样粘结玻璃拉手? .....	81
如何自制毛玻璃? .....	81
如何防眼镜生“雾”? .....	82
怎样保持折叠伞开关灵活? .....	82
家庭生活中如何巧用灯? .....	82
怎样延长日光灯管寿命? .....	83
如何防止针生锈? .....	83
皮箱应如何保养? .....	84
如何收藏竹席? .....	84
废旧磁带有何妙用? .....	85
如何自制连环衣架? .....	85
怎样自制简便铁丝裤架? .....	85

旧唱片有什么妙用? .....	86
瓦盆如何防裂? .....	86
如何自制鸭绒坐垫? .....	86
如何收存热水袋? .....	87
如何将钝刀片变锋利? .....	87
怎样使指甲刀变快? .....	87
怎样快磨钝剪刀? .....	88
怎样制做应急削发器? .....	88
怎样使旧毛巾复软? .....	88
牙膏可以代替肥皂剃须吗? .....	88
怎样简易识别假秤? .....	89
怎样识别塑料袋有无毒性? .....	89
玻璃杯如何防炸? .....	89
怎样巧开玻璃罐头? .....	90
玻璃杯的挑选与使用有何窍门? .....	90
如何巧制连盖水瓶塞? .....	91
如何巧取瓶中塞? .....	91
如何打开锈牢的热水瓶? .....	92
使用气压保温瓶有什么窍门? .....	92
除去家中异味有哪些方法? .....	93
竹器家具如何除蛀虫? .....	93
怎样辨别商品标志? .....	94
怎样挑选墨镜? .....	94

### 居室布置

装饰居室有些什么原则? .....	95
-------------------	----

如何简单美化居室? .....	96
居室配色有些什么技巧? .....	97
如何选购室内工艺品装饰? .....	98
室内工艺品如何陈列? .....	98
住宅装修时如何选择色彩? .....	98
如何巧妙改善狭窄居室? .....	99
如何选择门帘? .....	100
餐厅为中心的居室如何布置? .....	101
如何使室内宽敞明亮? .....	101
居室如何巧布置? .....	102
一室两用如何巧安排? .....	102
如何巧制家庭“艺术角”? .....	103
怎样用室内小品来点缀居室装饰? .....	103
挂画有什么艺术? .....	103
如何用镜子巧饰房间? .....	104
铺地毯有什么好方法? .....	104
如何选购沙发? .....	105
怎样选择书桌? .....	106
如何配制窗帘? .....	106
如何选择窗帘布料? .....	107
居室门前如何巧消毒? .....	108
怎样绿化居室? .....	109
如何巧用花卉美化客厅? .....	110
小房间如何巧摆设? .....	111
室内布置如何巧用光? .....	111
消除居室异味有什么窍门? .....	112

- 居室布置的一般原则是什么? ..... 113
- 不同风格的室内布置有何特点? ..... 113
- 居室单色装饰如何设计? ..... 114
- 什么是居室的“无色彩”装饰法? ..... 115
- 什么是居室暖色调装饰法? ..... 115
- 什么是居室冷色调装饰法? ..... 115
- 居室冷暖色调搭配有何标准? ..... 116
- 如何选择豪华色调的装饰? ..... 116
- 质朴色调的装饰是什么? ..... 116
- 居室如何表现沉静色调? ..... 117
- 柔和色调如何巧搭配? ..... 117
- 如何表现温暖色调? ..... 117
- 客厅布置要注意哪几个方面? ..... 118
- 小小客厅如何巧装饰? ..... 119
- 卧室设计有什么特殊原则? ..... 119
- 使用及保养塑料地板有什么窍门? ..... 120
- 沙发保养有什么窍门? ..... 120
- 起床为什么不宜先叠被? ..... 121
- 如何巧选沙发面料? ..... 121
- 如何挑选与保护席梦思床? ..... 122
- 移动门大衣柜有什么好处? ..... 122
- 衣柜空间如何巧利用? ..... 123
- 怎样悬挂常用物品? ..... 123
- 居室过道如何巧利用? ..... 124
- 塑料桶有何妙用? ..... 124
- 怎样选择、悬挂钟表? ..... 124

如何巧用台布? .....	125
如何美化旧餐桌? .....	125
儿童房间美化有何小窍门? .....	126
如何除去镜面上的斑驳? .....	126
如何计算所需涂料的窍门? .....	126
镶瓷砖有何窍门? .....	127
门自动开应怎样处理? .....	127
用锁有哪些小窍门? .....	128
门锁难“碰”有何招数? .....	128
如何保养地毯? .....	129
如何计算墙纸使用面积? .....	129
张贴墙纸有何方法? .....	130
如何制作简便窗帘钩? .....	130
如何巧洗纱窗? .....	130
家庭卫生要注意哪五要素? .....	131
家庭消毒妙法有哪些? .....	131
平房如何防潮? .....	132
雨季如何防潮? .....	132

## 衣饰与洗涤

如何选购统一号型的服装? .....	133
如何根据体型穿服装? .....	134
如何挑选西装? .....	134
套装西装与单件西装有何区别? .....	135
婚礼西装如何巧安排? .....	135



- 男式西装口袋有什么讲究? ..... 135
- 西装纽扣有什么讲究? ..... 136
- 男士穿西装有什么规矩? ..... 136
- 西装与衬衫有什么讲究? ..... 137
- 西装与领带有什么讲究? ..... 137
- 领带色彩与人的肤色如何协调? ..... 138
- 如何收藏西装? ..... 138
- 西装、衬衫、领带如何巧搭配? ..... 139
- 领带夹如何与服装巧配? ..... 139
- 职业女性穿衣有何技巧? ..... 140
- 中年妇女如何巧穿戴? ..... 140
- 大衣与年龄、性别如何巧搭配? ..... 141
- 围巾与服饰如何巧搭配? ..... 142
- 如何选购裘皮服装? ..... 142
- 怎样识别羽绒制品的真假? ..... 143
- 如何巧别呢绒布料? ..... 143
- 如何巧算衣料法? ..... 143
- 如何选购汗衫? ..... 144
- 如何速测衣帽大小? ..... 144
- 选用袜子有什么窍门? ..... 145
- 如何剪裁丝绸衣料? ..... 146
- 选择帽子有什么学问? ..... 146
- 选购毛线有什么窍门? ..... 147
- 如何保养绒衣绒裤? ..... 147
- 穿羊毛衫有何窍门? ..... 148
- 怎样选用冬季外衣织物? ..... 148