



现代家庭智慧生活宝典

智慧

生活

小窍门



随着生活水平的不断提高
和物质条件的逐步改善，
用科学知识和丰富和指导我们的生活
已成为人们的现代观念和迫切需要。
本书将成为你生活中的得力助手，
帮助您摆脱操劳和烦恼，
使您的家庭生活更加简单，
更加轻松，更加美满。



陕西旅游出版社

智慧



437

...the ...



现代家庭智慧生活宝典

智慧生活小窍门

刘先义 编著

陕西旅游出版社

(陕)新登字 012 号

责任编辑: 马伟伟

现代家庭智慧生活宝典

智慧生活小窍门

刘先义 编著

陕西旅游出版社出版发行

(西安市长安北路 32 号 邮政编码 710061)

各地新华书店经销 武汉市新华印刷厂附属装订加工厂印刷

开本 880×1230 1/32 印张 96 彩插 2.5 字数 1920 千字

2004 年 7 月第 2 版 2004 年 7 月第 1 次印刷

印数: 1-5000

ISBN7-5418-1498-9/G · 389

全套定价: 150.40 元 (共八册)

如有质量问题, 请与承印单位调换

前 言

现代家庭的科学顾问,时尚生活的智慧军师。

《现代家庭智慧生活宝典》是一套面向每一个现代家庭,传授生儿育女、医疗保健、科学生活等日常常识的丛书,它集科学性、知识性、实用性为一体,为你出谋划策,排忧解难,是你理想的生活必备。

丛书包括《怀孕必读》、《胎教必读》、《育儿必读》、《0岁方案》、《1岁方案》、《2岁方案》、《3岁方案》、《家庭医疗护理大全》等,文字通俗易懂,内容丰富翔实,且每册均配有印刷精美图像清晰的彩色插页。

本丛书在编写过程中,参阅了众多书籍与专著,在此一并表示谢忱。

编 者



目 录

第一章 家具保洁及使用

一、居室清洁及家具保养

室内清洁小窍门	1	藤竹器用盐水擦洗的窍门	5
家庭简易消毒小窍门	2	巧擦新家具	5
除厕臭的窍门	2	巧擦白色家具	5
擦拭浴缸的窍门	2	巧搬家具	5
清洗马桶的窍门	3	巧修家具榫头松脱	6
除床上浮灰的窍门	3	巧修抽屉不灵活	6
家庭地板去污的窍门	3	巧补贴面家具的开层	6
绒面沙发除尘的窍门	3	巧修门扇的合页松动	6
冬季防止尘土入室的窍门	3	巧除家具表面的烫痕	6
擦玻璃的窍门	4	巧除家具上的水印	7
巧除地毯上烫焦痕迹	4	巧固竹制椅子的脚	7
巧护木制家具	4	巧使藤制品的颜色变白	7
木制家具巧上光	4	巧使藤制品更坚固	7
巧护油漆桌面	4	各类家具保养法	7
家具变新的窍门	5	巧为金属家具换新装	8
巧治木器开裂	5	巧除木制家具上的油污	8
治家具擦伤	5	巧除木制家具上的油墨迹	8
		巧除木制家具上的墨水迹	8
		巧除木制家具上的	



饮料、糖迹	9	怎样布置家具	14
巧除木制家具上的冻斑	9	夏天怎样使房间更凉快	14
巧除木制家具上的蜡烛迹	9	怎样用工艺品点缀居室	15
巧除木制家具上的黄迹	9	怎样巧用纺织装饰品	15
巧除木制家具上的压痕	9	家庭灯光怎样选配	15
巧除尿壶臭味	9	怎样选择客厅灯具	16
壁橱防潮小窍门	9	怎样摆放家具电器	16
避蚊小窍门	9	怎样用盆景盆花点缀房间	16
灭蚊小窍门	10	怎样装饰墙面	17
选购蚊香的窍门	10	怎样布置卧室	18
电蚊香片再利用的窍门	10	怎样美化结婚新房	18
灭蝇小窍门	10	怎样布置书房	18
驱蝇小窍门	11	怎样充分利用屋角	19
灭蟑螂小窍门	11	怎样营造室内氛围	19
选购喷雾杀虫剂的窍门	11	怎样布置小房间	20
使用喷雾杀虫剂的窍门	12	怎样选择房间格调	21

二、居室布置

怎样布置房间	12	怎样选择家具的高度	21
怎样缩排房间	13	怎样装饰卫生间	22
怎样使房间显得宽敞	13	怎样布置居室	22
怎样使居室明亮	13	怎样布置以餐厅为 中心的居室	22
莫打通居室与阳台隔墙	14	居室三大生活区的特点	22
		居室怎样配色	23

第二章 厨具保洁与使用窍门

选购厨房用洗涤剂的窍门	24	餐具消毒的窍门	24
正确使用餐具洗洁精的窍门	24	清洗牛奶锅的窍门	25



除菜刀异味的窍门	25	巧磨钝刀	31
木砧板消毒的窍门	25	安装菜刀木柄的窍门	31
塑料砧板消毒的窍门	25	防砧板开裂的窍门	31
清除厨房地面污垢的窍门	25	塑料砧板变弯展平的窍门	31
厨房妙用肥皂的窍门	26	水壶除垢的窍门	31
鸡毛巧除瓷砖污垢	26	菜橱驱潮防霉的窍门	32
食醋巧除厨房用具污垢	26	铝铁炊具不可混用	32
墨鱼骨巧去油腻	26	防止陶瓷洗菜池底 磕碰的窍门	32
巧除厨房白瓷砖黄渍	26	瘪水壶复原的窍门	33
面汤巧洗煤气灶	26	疏通水池堵塞的窍门	33
巧洗油瓶油垢	26	排除水龙头喘振的窍门	33
清洗菜篮的窍门	27	擦水龙头的窍门	33
餐具烘干窍门	27	巧用残茶	33
巧除面盆面垢	27	巧用食盐	34
巧除铝锅黑渍	27	巧用食醋	34
巧除锅底黑渍	27	巧用淘米水	35
巧除换风扇油污	27	巧用蛋壳	35
巧除茶杯上茶锈	28	冰糖破碎的窍门	35
塑料餐具清洗的窍门	28	家庭厨房灭火的窍门	35
汤匙、叉子清洗的窍门	28	重叠碗盘要垫纸	36
洗碗的窍门	28	高压锅保存食物的窍门	36
厨房抹布使用的窍门	29	点燃炭火锅的窍门	36
保养铜火锅的窍门	29	火锅助燃的窍门	36
巧除火锅铜锈	29	选购陶瓷餐具的窍门	36
使用菜刀的窍门	29	使用陶瓷餐具的窍门	37
使用沙锅的窍门	30	选购不锈钢器皿的窍门	37
使用铁锅的窍门	30	使用不锈钢器皿的窍门	37
使用“不粘锅”的窍门	31		



保养不锈钢餐具的窍门	38	高压锅胶圈寿命延	
选购玻璃餐具的窍门	38	长的窍门	42
防止玻璃器皿炸裂的窍门	38	铁窗纱防锈的窍门	42
火锅质量鉴定的窍门	38	热水瓶胆防爆裂的窍门	42
砂锅质量鉴定的窍门	38	延长熟铁锅寿命的窍门	42
高压锅质量鉴定的窍门	38	木锅盖防裂的窍门	42
选用茶具的窍门	38	玻璃瓶截断的窍门	42
选用蜂窝煤炉的窍门	39	治烟囱漏气的窍门	43
水沸自动呼叫的窍门	39	补铁锅漏洞的妙法	43
防蜂窝煤生烟的窍门	39	巧补铝桶的窍门	43
瓦盆浸泡防裂的窍门	39	巧补搪瓷器皿漏洞	43
红葡萄酒防壶水变味的窍门	39	粘接瓷器的窍门	43
使用高压锅的窍门	39	修补搪瓷器皿的窍门	43
节省木炭的窍门	40	治煤气渗漏的窍门	44
分离玻璃杯的窍门	40	修补铁锅漏洞的窍门	44
切割玻璃的窍门	40	粘接瓷器的窍门	44
切割瓷砖的窍门	40	粘接陶瓷器皿的窍门	44
瓷砖钻洞的窍门	40	焊补陶瓷器皿的窍门	44
热水瓶塞防跳的窍门	40	焊补铝锅漏洞的窍门	44
热水瓶底盖旋开的窍门	40	修补砂锅的窍门	44
烧开水节能的窍门	41	修补铁锅漏洞的窍门	44
煤油炉节油的窍门	41	补陶瓷器皿砂眼的窍门	45
蜂窝煤炉封炉的窍门	41	补搪瓷器皿漏洞的窍门	45
蜂窝煤催火的窍门	41	厨房用灯的窍门	45
使用紫砂茶具的窍门	41	厨房空间利用的窍门	45
火锅防锈的窍门	41	厨房节水的窍门	45
保养有柄煎锅的窍门	41	家用水表保养的窍门	45
炉子防锈的窍门	42	治“长流水”的窍门	46



使用电气炊具的窍门	46	煤气灶节能的窍门	49
使用液化气灶的窍门	46	煤气灶漏气鉴别的窍门	49
保护液化气瓶皮管的窍门	47	液化气灶具开关漏	
疏通液化气炉的窍门	47	气修理的窍门	49
选购人工煤气灶的窍门	47	液化气灶具开关	
使用电子打火灶具的窍门	48	疏通的窍门	49
液化气瓶内气量鉴		液化气着火扑救的窍门	50
别的窍门	48	检修液化气燃气不畅的窍门	50
煤气安全使用的窍门	48		

第三章 食品加工小窍门

怎样洗木耳	51	怎样给带鱼去鳞	54
怎样洗肺	51	怎样洗螺、蚌	54
怎样除豆腐泔水味	51	怎样收拾活鸡活鸭	54
怎样浸泡鱼片	51	怎样洗芝麻	54
怎样除蔬菜上残留农药	52	怎样洗茄子	55
怎样洗猪脑	52	怎样去鸡肉腥味	55
怎样给菠菜去涩	52	怎样用生姜	55
怎样剖取河蚌肉	52	怎样洗咸肉	55
怎样洗大米	53	怎样洗舌头	55
怎样洗猪肝	53	怎样解冻速冻蔬菜	55
怎样去狗肉膻味	53	怎样除菜锅腥味	55
怎样使葱冷冻后复原	53	怎样除卷心菜异味	55
怎样洗肠、肚	53	怎样洗黄鱼肚	56
怎样洗猪心	54	怎样切蛋完整	56
怎样摆放水果	54	怎样测量牛奶新鲜度	56
洗芋头后怎样止手痒	54	怎样洗豆腐不碎	56



怎样保存切开的柠檬	56	怎样分离蛋黄蛋清	62
怎样洗蘑菇	56	怎样洗鲜肉	62
怎样让泥鳅吐泥	56	怎样洗瓜果	62
怎样快速除猪毛	56	怎样洗螃蟹	62
怎样切鱼片	57	怎样简易杀鳖	62
怎样洗鱼块	57	怎样自制皮蛋	62
怎样快速清除猪蹄毛垢	57	西红柿怎样去皮	63
怎样洗海蜇皮	57	怎样洗香菇	63
怎样洗蔬菜	57	怎样腌夏季鱼	63
怎样拔鸭毛	57	怎样去山药皮	63
怎样洗猪油	58	怎样洗蛤蜊肉	63
怎样剥大蒜皮	58	怎样治腌菜过咸	64
怎样给瓜果消毒	58	怎样洗贝蛤	64
水果防腐烂的窍门	58	核桃怎样快速去壳剥皮	64
怎样煮牛奶	59	怎样去狗肉土腥气味	64
怎样剥橙皮	59	怎样剥栗子皮	64
怎样防辣眼睛	59	怎样除豆腐豆腥气	64
怎样处理变质植物油	59	怎样剥蚕豆皮	64
怎样洗火腿和香肠	60	怎样保持腌蛋水清香	64
怎样洗鲜虾	60	怎样一日腌好蛋	65
怎样杀黄鳝	60	怎样挤虾仁	65
水果怎样催熟	60	咸鱼怎样复鲜	65
怎样使青菜干保持绿色	60	怎样洗鸡肫	65
怎样治馒头碱重	60	牛、猪、鸡肉怎样切	65
怎样洗黄花菜	61	鱼胆被弄破了怎样处理	65
怎样使熟鸡蛋易剥皮	61	咸蛋怎样快速加工	65
怎样腌菜	61	怎样剁肉不粘刀	66
怎样拌饺子馅	61	怎样划鳝丝	66



怎样给生香蕉催熟	66	怎样造海蜇皮	69
怎样腌肉	66	怎样速冻蔬菜	69
怎样制番茄酱	66	锯代刀怎样割火腿	69
怎样洗冷冻食物	66	怎样除海参苦涩	69
怎样使切好的菜不变色	67	怎样做肉松	70
怎样洗墨鱼干、鱿鱼干	67	怎样腌咸辣鸡蛋	70
怎样削苹果	67	咸蛋怎样加工	70
怎样洗鱼	67	怎样制做泡菜	70
怎样洗海参	67	怎样快速剥莲子皮	71
怎样去河鱼土腥味	67	怎样防止烫鸡鸭脱皮	71
怎样生豆芽	67	怎样做腊肉	71
怎样除甲鱼腥味	68	干货怎样涨发	71
猪肺怎样去腥	68	怎样腌夏季肉	72
怎样快速剥毛豆	68	怎样腌泡红辣椒	72
怎样做汽水	68	怎样自制腐乳	72
怎样去松花蛋麻味	68	怎样使腌菜脆又绿	73
怎样切豆腐干	69	怎样制做酸菜	73
怎样腌制雪里蕻	69	怎样制五香蛋	73
怎样切咸鱼干	69		

第四章 食品选购小窍门

怎样选购蔬菜	74	怎样选购薤菜	75
怎样选购白菜	74	怎样选购黄花菜	75
怎样选购苦瓜	75	怎样选购大蒜	75
怎样选购蒜苔	75	怎样选购香椿	76
怎样选购山芋	75	怎样选购薏苡仁	76
怎样选购笋瓜	75	怎样选购鲜嫩莴笋	76
怎样选购冬瓜	75	怎样选购丝瓜	76



怎样选购扁豆	76	怎样挑选荔枝	81
怎样选购菠菜	76	怎样选购柿饼	81
怎样选购西葫芦	76	怎样挑选葡萄	81
怎样选购鲜竹笋	76	怎样挑选香蕉	82
怎样选购冬笋	76	怎样挑选山楂	82
怎样选购藕	76	怎样挑选杏、李子	82
怎样选购荸荠	77	怎样挑选梨	83
怎样选购笋干	77	怎样选购山楂片	83
怎样选购大豆	77	怎样选购乌枣	83
怎样选购毛笋	77	怎样选购蜜枣	83
怎样选购绿豆	77	怎样选购桂圆	84
怎样选购春笋	77	怎样选购葡萄干	84
怎样选购黑豆	77	怎样选购荔枝干	85
怎样选购番茄	77	怎样挑选柑橘类水果	85
怎样选购米	77	怎样选购白瓜子	85
怎样识别大米质量	78	怎样选购茶叶	86
怎样选购高粱米	78	怎样选购葵花子	86
怎样选购挂面	78	怎样选购黑瓜子	86
怎样选购干酪	78	怎样选购香菇	87
怎样选购优质面包	78	怎样选购豆类粉皮	87
怎样识别奶粉质量	79	怎样识别光禽质量	87
怎样选购牛奶	79	怎样识别冻禽质量	88
怎样选购婴儿奶粉	79	怎样选购灌肠	88
怎样挑选苹果	80	怎样选购咸肉	88
怎样挑选桃	80	怎样选购山芋粉皮	88
怎样识别西瓜生熟	80	怎样选购鲜肉	88
怎样选购新疆杏仁	81	怎样选购鲜鱼	89
怎样选购九道眉杏仁	81	怎样选购对虾	89



怎样选购腊肠	89	怎样选购牛心	96
怎样选购罐头	89	怎样选购豆腐	97
怎样选购姜粉	90	怎样选购猪肝	97
怎样选购新鲜啤酒	90	怎样识别燕窝等级	97
怎样选购木耳	90	怎样选购腐竹	97
怎样识别活禽质量	90	怎样选购果酒	98
怎样选购叉烧肉	91	怎样选购干豆腐	98
怎样选购肴肉	91	怎样选购皮蛋	98
怎样选购桂皮	91	怎样选购淀粉	99
怎样选购填鸭	91	怎样选购白酒	99
怎样选购板鸭	92	怎样识别燕窝真假	99
怎样选购银耳	92	怎样选购醋	99
怎样选购豆腐干	92	怎样识别病死畜禽肉	99
怎样选购香肠	92	怎样选购酱油	100
怎样选购腊肉	93	怎样选购有包装的食品	100
怎样选购牛肝	93	怎样选购麻油	100
怎样选购牛肚	93	怎样选购蘑菇	101
怎样选购食用油	93	怎样选购酱肝	101
怎样选购猴头菇	94	怎样选购豆瓣酱	101
怎样选购燕窝	94	怎样选购粉状味精	101
怎样识别真假食油	94	怎样选购优质冰冻 鱼和咸鱼	101
怎样选购鲜蛋	94	怎样识别掺假味精	101
怎样选购海味干品	94	怎样识别有毒鱼	102
怎样识别真假矿泉水	95	怎样选购豆豉	102
怎样识别燕窝种类	96	怎样选购酱肉	102
怎样识别活禽屠宰 与死禽屠宰	96	怎样选购烧烤肉	102
怎样根据烹调需要选购牛肉	96	怎样选购汽水	102



怎样选购咸蛋	102	怎样区别汽水种类	103
怎样选购肉糜	103		

第五章 食品烹调小窍门

在烹调中怎样使用酱油	104	怎样制作糟鸡翅	109
猪肉挂浆怎样配比	104	怎样掌握火候	109
烹调鲜鸡怎样放花椒大料	104	怎样淡化咸汤	110
怎样除咸鱼咸味	105	怎样掌握炒菜程序	110
怎样做鲢鱼	105	怎样煮肉	110
怎样保持菜的本色	105	炒鸡蛋膨松的窍门	111
怎样做煎食	105	熬汤的窍门	111
怎样蒸鸡	105	在烹调中怎样使用味精	111
蒸蟹不掉脚的窍门	106	硼砂烧肉怎样不腻	111
烹调菜肴怎样配料	106	排骨汤怎样放醋	112
怎样“薰”鱼	106	肉汤怎样放芹菜叶	112
在烹调中怎样使用酒	106	怎样鉴别鸡肉生熟	112
山楂片怎样炖肉	107	烹制菜肴怎样用水	112
怎样做糟排骨	107	怎样做荷包蛋	112
怎样用茶糖米熏肉	107	怎样做咕咾肉	113
不同水温怎样下不同汤料	107	猪肝烹前小窍门	113
在烹调中怎样使用醋	107	怎样做鱼汤	113
焖肉加醋省时	108	食碱炖羊肉的窍门	113
怎样掌握调味步骤	108	怎样使老牛肉返嫩	113
怎样煮咸肉	108	怎样使扣肉开胃	113
炖鸡怎样省时间	108	怎样做肉圆	113
怎样除肉夹气	109	啤酒烧牛肉的窍门	114
山楂子怎样烧鱼	109	怎样蒸鱼	114



怎样炒牛肉丝	114	怎样使炸制品酥香脆	120
烹调菜肴怎样使用明油	114	怎样烧鱼才入味	120
怎样放醋煮带骨肉	114	怎样巧煮土豆	120
煮牛肉用沸水的窍门	114	滑肉片怎样省油	120
怎样吃鳖	115	怎样炸猪排不缩	120
肥肉怎样除腻	115	怎样煮面条	120
怎样煎锅贴	115	怎样煮火腿	121
怎样去焦饭糊味	115	做鱼成形的小窍门	121
夏天炼油怎样使油凝固	115	煮面条怎样防粘	121
怎样使火腿可口	115	糖醋烧鱼的窍门	121
怎样煮饺子	115	猪肾烹前的窍门	121
怎样炒肉片	116	怎样烹调淡水鱼	121
怎样用肥肉炼油	116	怎样煮裂缝鸡蛋	121
怎样烹制猪爪	117	怎样炸花生米	122
丸子怎样配料	117	老母鸡吊汤的窍门	122
油锅怎样防溅	117	怎样定活鱼烹制时间	122
猪蹄加醋的窍门	117	炒蛋的窍门	122
怎样做水滑肉丝	117	怎样使汤鲜	122
啤酒炒肉的窍门	118	吃“四大金刚”的窍门	123
炸过鱼的油怎样去腥	118	怎样掌握肉品烹饪时机	123
怎样制烤肉	118	啤酒炖鱼的窍门	124
怎样炖鸡脱骨	118	禽血油厚浓汤转清的窍门	124
烤肉放面包的窍门	118	怎样消热油沫	124
怎样制作糟鸡的小窍门	118	怎样制作糟菜鸽	124
肉汤放橘皮的窍门	119	怎样焖米饭	124
怎样使猪肚增厚	119	怎样拌饺子馅	125
怎样吃莴笋叶	119	怎样剁丸子肉馅	125
怎样吃肉皮	119	牛奶渍鱼的窍门	126



怎样拌肉馅	126	怎样做剩饭	127
怎样防止煎鱼粘锅	126	怎样防鱼皮缩胀	127
怎样和好饺子皮	126	怎样使肉馅味美	128
酒醋渍鱼香味浓的窍门	126	怎样使油、醋变香	128
怎样巧做菊花馅饼	126	怎样炖鱼	128
禽肉怎样除血防腥	126	怎样煮米饭	128
怎样使海带柔软可口	127	怎样烹调鱼片	129
煎鱼易酥烂的窍门	127	牛羊肉与茶叶同煮的窍门	129
怎样使冻鱼返鲜	127	家庭常用佐料怎样使用	129

第六章 食品储藏与保鲜小窍门

12

怎样储存土豆	131	怎样存放牛奶	135
米面怎样除虫	131	新鲜水果怎样保鲜	136
怎样储存海味干货	131	怎样存放大米	136
怎样储存萝卜	132	怎样储存白菜	138
怎样储存粮食	132	怎样储存鲜荔枝	138
怎样储存红枣	132	怎样储存挂面	138
怎样储存冬瓜	133	削皮水果怎样保鲜	138
怎样储存香蕉	133	怎样保存香烟	139
怎样储藏苹果	133	怎样储存青椒	139
怎样储存西瓜	133	怎样储存面肥	139
怎样储藏胡萝卜	134	怎样储存梨类	139
怎样储存油脂	134	怎样储存黄花菜、香菜	139
怎样防止红枣生虫	134	怎样保存绿豆	140
怎样保存山核桃	135	韭菜、韭黄怎样保鲜	140
怎样储存番茄	135	怎样储存银耳	140
怎样存放面包	135	怎样保存开盖番茄酱	140