

ZFJSQBXCS

家庭必备



作者 徐祥运 等

主妇

家事七百科技小常识

海洋出版社

责任编辑：李国振

封面设计：周春才

主妇家事 700 科技小常识

徐祥运等 编

•

海洋出版社出版发行（北京市复兴门外大街1号）

新华书店经销

石油物探局制图印刷厂印刷

开本：787×1092 1/32 印张 6.5 字数：120 千字

1989 年 12 月第一版 1989 年 12 月第一次印刷

印数 1—10,000 册

•

ISBN 7—5027—1200—3/Z·237 定价：3.30 元

责任编辑：李国振

封面设计：周春才



ISBN 7-5027-1200-3/z • 237

定价：

3.30 元

目 录

- 序..... (1)
- 一 日本料理厨师的经验谈..... (3)
- 从做饭的方法到菜刀的使用原则
 使您也能做出一流餐馆风味的 156 项法则
- 二 烹饪师傅的西洋料理经验谈..... (47)
- 从肉类蔬菜的选择要诀到烤牛排的技巧
 使您的餐桌成为一流饭店水准的 118 项法则
- 三 来自裁缝师傅及洗衣店师傅处理衣物的智慧..... (79)
- 由布料的选购到上浆的方法
 充实您衣着方面常识的 158 项原则
- 四 得自花匠、木匠们的生活智慧..... (123)
- 从钉钉子到庭园树木的栽培
 228 项诀窍使您的居住环境焕然一新
- 五 由宠物专家提供的动物饲养的智慧..... (180)
- 由狗、猫到昆虫、金鱼的饲养方法
 使您得以成功地照顾宠物的 80 项法则

序

许多传统的生活中的智慧就存在于人们的生活中，这些就是本书所要谈的生活各门类的“师傅”们的智慧。

当我们说到“师傅”的种种事情时，一般人的感觉是，这种专门性的问题对我们外行人来说是遥不可及，无法办得到的。而且对于经常可以听到的，所谓“诀窍”或“手法”等字眼，对我们这些外行人而言，似乎没有多大帮助。但是，如果我们有机会到一些日本料理的老店或是一流的饭馆吃饭时，我们总会因为厨师的手艺高明，而发出类似“味道的确是不同凡响啊”或者“怎么会有办法做出这么好吃的味道来呢”等等的赞叹。同样的，对于粉刷墙壁或贴纸窗的工作，我们一方面会认为这种简单的工作，自己应该可以做得到，另一方面却又觉得无法和那些水泥匠或油漆工相比。只有当我们亲眼看到水泥工、油漆匠的手艺之后，我们才会不由自主地佩服他们，并且心服口服。

事实证明，生活各门类师傅们的手艺的确比我们高明得多，因此对于他们的绝活我们当然见怪不怪。而且我们总认为，他们那高人一等的技术是经过潜心研究的成果，要我们这些门外汉去学习，实在是不容易。可是仔细一想，很多日常生活中的智慧，都是我们从他们那里学来的，并且在不知不觉中应用于家庭生活。然而，随着小家庭的日渐普及，我

们发现这些传统的、古老的智慧渐渐地被忽视了，这真是一件令人惋惜的事。

一般人口中所说的“师傅”，范围极广，包含各式各样工作性质的人。举例来说，有厨师、烹调师、裁缝师、清洁工、鞋匠、木匠、水泥匠，或是油漆工、园艺师以及建筑师等等，不胜枚举。仔细看看以上的工作，不难发现与我们的生活有极密切的关系，如果我们也能够学到他们的技术或手法，相信我们的生活将会多采多姿，更具意义了。

本书所收集的 700 多种常识，多是专业知识的秘诀与手法，使我们这些外行人看了之后，能够恍然大悟，知道怎么做会更恰当更完美，因此，读者若能把这些智慧运用于日常生活中，那么将是笔者至高的荣誉了。

一、日本料理厨师的 经验谈

从做饭的方法到菜刀的使用原则
使您也能做出一流餐馆风味的 156 项法则



1 淘米时，勿将水龙头的水直接冲进锅内

一般人的习惯，在淘米时往往将水龙头的水直接冲到米上，可是有经验的厨师绝对不会那么做的，他一定用盛在别的器皿中的水来洗米。因为，如果由水龙头直接冲入的话，附着在米表面上的米糠会吸收水份而成糊状，因而不容易将米洗清。

2 轻轻的淘米

淘米的作用是，将米粒充分磨擦之后，使表面的米糠脱离米粒。厨师在洗米时，都不使用腕力，只是用手掌轻轻地搓揉。若过分用力的话，米粒就会产生割痕或裂开。

3 淘米时，换水要快速俐落

厨师洗米的动作是迅速而连续的，这是为了避免洗米的时间太长，水份会浸透到米的内部，使煮出来的饭过于稀烂。特别是换水的过程，尽可能越快换掉越好。

4 即使用电子锅，也可做出有锅巴的饭

从前所作的饭，若粘点儿锅巴的话，要算是最好吃的

了，可是现在的电子锅，一般来讲是不可能有锅巴出现。不过，你若希望能做出有锅巴饭的话，可以在煮饭过程中将开关稍微关掉之后，再打开继续煮下去，这样就会有好吃的锅巴了。

5 用来做饭团的饭若太热时，可用拧干的湿布巾来包

好吃的饭团必须趁热包才好。如果因为饭太烫而无法握在手中的话，可以利用湿布巾来包。把饭放在湿布巾上，由下往上包起来握紧即可。注意布巾要充分拧干才可。

6 饭没有煮熟时，滴些酒进去即可

有时候我们会因为水份或火势的控制不当，使煮出来的饭半生不熟，这时候我们可用一种方法来弥补。首先用筷子将锅中的饭戳成一个个洞，再从洞穴注入几滴酒，就可使饭变熟了。

7 冬天做寿司时可以多放些砂糖

寿司遇到天气冷的时候，很容易在短时间内硬化。为了避免这种现象的发生，厨师会将加入醋中的砂糖，放得比平常还多，这是因为砂糖本身具有防止水份发散的功能，可以常保淀粉的柔软性。

8 使用酿造醋时，手冲凉后再来做寿司，酸味就不会消失

作寿司用的醋，最大的缺点就是怕热，一遇到热，酸味就荡然无存，尤其是合成醋更敏感。所以要做热寿司时，最

好是使用可以抗热的酿造醋。以酿造醋用冷却的手来做寿司，醋的酸味就可以永久保持了。

9 做寿司的要领是将饭由四周往中央推，充分搅和

做寿司饭时，有一个要诀可以使饭与醋在饭台上充分混合。那就是寿司店一贯的制作方式：用木杓子把饭台上的饭由周围向中央推上去，将饭堆成一个像山的形状。

10 加了酒做出来的松茸饭，既柔软又香醇

松茸的最大特色在于它的香味，为了保存它特有的味道，必须要有高明的料理技巧才行。在做松茸饭时，只要加入少许的酒，就可以做出香脆可口的饭来，这时候如果再滴些柚子汁加以搅拌的话，其香味就更令人垂涎三尺了。

11 做什锦粥所用的凉饭不能煮太久

什锦粥最差劲的做法是，煮出来的粥粘糊糊的。要预防这种糊状的发生，首先必须将冷却了的饭用冷水洗过。更重要的是，其中的配菜要事先煮熟放着，等粥快煮好时再加进去，一下子关火就可以了。

12 包饭团用的海苔，在烤的时候要将两片合在一起，由尾端烤起

我们做饭团所使用的海苔，烤单片的时候，原则上只烤一面。若是将二片重叠在一起，正反面反复烤的话，比烤单片要来得恰当。并且在烤的时候要记住从尾端烤起。

13 寿司卷所用的海苔不必烤过

一般来说，饭盒内所装的菜，最常见的是寿司卷。当我们从家里带饭盒出来后，等到要吃的时候，往往发现包寿司的海苔变得湿湿粘粘的，这是因为海苔在包之前有被烤过的缘故，而海苔只要一烤就很容易产生湿气。因此包寿司卷的海苔还是不要烤的好。

14 汤的浓淡，可随季节的变化来调制

我们的味觉会因为季节的不同而有微妙的变化。以汤来说，在冬天时不妨作得浓些，并且带点儿甜味，而在夏季时可以作得清淡而带点儿辣味。最周全的办法就是使用混合的料理来作汤，那么一到春秋季节时，就可以吃到又甜又辣的汤了。

15 汤中的马铃薯必须切成细丝

加入汤中的马铃薯，若切得太大的话，等到它煮熟的时候，汤的味道也消失了。因此要像切萝卜丝一样，把它切得细细的，这样一来，在很短的时间内就可以煮熟。

16 煮汤时，一有大泡泡冒上来时就要关火

作汤最重要的是掌握好关火的时间。如果不小心煮过头的话，味道就完全走样了。当我们一面加入一面搅拌之后，开始时会出现小泡沫，过了不久，就有大的泡泡冒上来，当大泡泡出现时也正是关火的最好时机。

17 做汤时，先加盐再加味精

炖东西的时候，味精是一开始就放进去的。但是煮清汤

的话，就得最后才加进去。盐巴也是料理调味的关键品，如果我们先把味精放进去的话，对于盐巴的调味量就无法掌握得很好。

18 清淡的汤，在冬天时盐要少加而酱油要多加，夏天则反之

就像混合的汤一样，清汤的作法在冬天时味道要调得浓些，夏天时不妨煮得清淡些。因此，在冬天做汤时，盐要少而酱油要多，到了夏天则盐多而酱油少。

19 盛在木碗中的清汤，刚开始不要把味道调得太恰当

一些巧媳妇熬的汤，不但量多而且味道调得浓淡适当。但是像这类的清汤，如果一开始就把味道调得刚刚好，反而不适合。最好在开始时使味道稍微嫌淡些，这样才能在后来根据个人喜好，把味道浓度调好。

20 盛热汤的木碗要事先温热过

一流的烹饪技术，不仅重视菜肴的好坏，对于装食品的器具，其处理与运用也要相当留心。煮汤时，热度是最重要的。为了不使热度很快消失，我们可以事先将木碗用热水温热放着，而热水的温度最好是以不烫手为原则。

21 煮热东西关了火之后，暂时先密封不去动它

一般人在煮好东西把火关了之后，总会马上端到餐桌上，但是，为了更好吃起见，这时不得不忍耐几分钟再端上去。最好是在熄火之后，稍微放置一下子，这么一来，汤汁

作料的味道才能充分发挥，产生出更鲜美的菜肴。

22 决定甜不辣的味道，并不是东西本身的味道而是最初所使用的汤

一般总以为甜不辣的味道是东西经过煮熟之后所产生的，其实那是不正确的。事实上，决定它的味道是一开始所用的汤液。煮甜不辣的汤，理想的比例是2升的水加入40克的碎柴鱼和20克的海带。



23 做什锦菜要注意，不要把不同性质的菜混合一起煮

做什锦菜时，汤汁要把菜完全盖满，而所加的菜，性质不同的不要放进去。同时菜煮熟之后，为了使菜的味道完全渗到汤里去，绝对不可以去搅动它，最好是静静的搁置一会儿再吃。

24 煮汤时，要一面搅动一面煮

一般家庭做汤时，把汤料煮焦了的经验，大概很多人都会有。请教经验丰富的厨师，如何避免这种情形的发生，所得的结论是，在煮汤的过程中，要不停地搅动汤液，就可以避免烧焦了。

25 烹饪时，要等到菜完全软化之后再加砂糖

砂糖加入之后必须经过一段时间才会滋生味道。但是如果太早放进去的话，菜就会凝固变硬，那是因为砂糖很容易吸收大量水份的缘故。所以在烹饪时，必须等菜肴都软化之后才将砂糖加入。

26 煮青菜时可以和油炸食物一齐煮

青菜和油炸食物一起煮时，比较容易煮烂，不仅如此，油炸食物还有一个效果，那就是在烹调过程中，它的油会浮出来，正好可以给蔬菜以适当的油份，使煮出来的菜味道更佳。换句话说，它能够发挥像调味料般的功用。

27 大豆加入海带之后，味道更胜一筹

煮豆时一般来说需要花费相当的时间才能熟烂。例如大豆之类的食物，如果能够稍微运用点技巧的话，就很容易煮出可口的味道来。在煮大豆之前，先用水把大豆浸泡一个晚上，再放入海带。从前的人便知道大豆和海带有很相近的性质，所以这么一来，一方面大豆的味道可以散发出来，一方面也可以使它柔软易于烹调。

28 多种食物一齐煮的菜肴，放置一个晚上再吃会更可

□

利用咸鲑鱼头把萝卜、胡萝卜、酒粕和油炸豆腐一起煮的菜，煮好之后不要立刻食用，最好是把它放置一晚再吃，这样的话，各种材料的香味就可以互相吸收，使味道更鲜美好吃。

29 煮菠菜或胡萝卜等食物可加入些许砂糖

菠菜或胡萝卜之类的蔬菜具有独特的性质。在煮这些蔬菜时可以加入微量的砂糖，其量大约是所放入汤的0.5%左右。加砂糖的用意，并不是为了增加甜味，而是使整道菜的味道更香更可口。

30 腥味很浓的鱼，可在放入酱油之后再加入生姜

对于腥味很重的鱼，例如青花鱼或沙丁鱼之类，在烹调时，可将酱油和生姜加进去煮。不过在此有一个诀窍，就是一开始先把酱油加进去，煮了一会儿之后再放入生姜，如此，腥味就可以完全去除了。

31 作鱼汤时，若水尚未滚热就将鱼放进去的话，味道会丧失殆尽

鱼汤是一道麻烦的菜，所以很多人往往在汤还没有滚热时就迫不及待地吧鱼放进去，结果煮出来的味道并不好。在做这道菜时，一定要等到汤滚开了，再放鱼下去煮，如果汤未滚热就放进去，那么鱼的味道就无法渗透到汤里面了。

32 吃火锅时，要随时维持一定量的汤才好吃

当一大群人围坐吃火锅谈笑风生时，很容易忽略了火锅味道的调理。最常见的现象就是，汤一直大滚特滚，菜也都煮得稀烂。最简单的避免方法是，在菜滚了之后使用中火，并且保持汤的量在一定的范围内。

33 在豆腐汤中加入少许的藕粉，可防止发酸

豆腐汤最好煮，立刻食用是很好吃的。如果搁置过久，就会发酸变质，白白糟塌了它的味道。如果我们能在豆腐汤中，加些藕粉进去的话，就可以防止酸味的发生了。

34 藕粉在加入时要将火暂时移开

加入藕粉勾芡时，火候的控制非常重要。很多人以为在弱火时加入最好，其实正确的方法是，把菜暂时离火，再加入藕粉，这样做的话，可以防止发生凝固或小团子的出现。

35 煮蚬仔要用热水煮，煮蛤仔是由冷水开始煮

作蚬仔汤时，要等水滚之后再放下去煮。而蛤仔汤则相反，放入冷水中再点火一起煮。不论是蚬仔或蛤仔，要注意的是当壳张开后就不要用大火煮，若煮得过久，它的肉会变硬，将失去贝类特有的风味。

36 将鱼撒上盐时，最好把鱼放在竹盘上，下面再用一个盘子接

把盐撒在鱼上，往往会流出盐汁。若汁浮在鱼上很容易

产生腥味。所以撒盐时，可以把鱼放在竹盘上，下面放个盘子，以便接住从竹盘上流下来的汁，这样汁就不会沾在鱼身上了。



37 烤鱼之前先将烤鱼网烤一下

用铁丝网烤鱼时，一不小心，鱼就会烧焦，并且粘在网子上，这时必须费很大的劲，才可以把鱼翻身取下，而且鱼身也往往破烂变形了。如果我们也学学厨师们，事先将烤鱼网烤一下，再放鱼上去，就不会有焦烂的现象了。

38 烤鱼时要用“远距离的强火”烤

前人的经验告诉我们，烤鱼时最好是用远距离的强火。当火到达中央时，正好可以很平均的烤遍鱼身，使烤出来的味道恰到好处。在道理上，使用近距离的弱火也是一