

百物 妙用

盾出版社

AIWU MIAOYONG

百物妙用

郭武备 编

金盾出版社

内 容 提 要

本书按各种调料、肉蛋茶奶、蔬果谷物、花卉、日用品、家用电器、化妆卫生用品及其它物品共八类,介绍了132种物品的2000多条应用方法及其功效。所列物品易得,操作方法简便,应用效果显著。此书实为家庭生活的良师益友,读者一书在手,必将获益匪浅。

图书在版编目(CIP)数据

百物妙用/郭武备编. —北京:金盾出版社,1996.6
(1996.11重印)

ISBN 7-5082-0193-0

I. 百… II. 郭… III. 科学知识-普及读物 IV. Z228

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 68218137

传真:68214032 电挂:0234

封面印刷:国防工业出版社印刷厂

正文印刷:北京化工出版社印刷厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:7 字数:154千字

1996年6月第1版 1996年11月第2次印刷

印数:21001—52000册 定价:6.30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

华夏神州自古以来就以地大物博著称于世。中华民族的
古圣先贤无不倡导人尽其才、物尽其用，并鼓励人们博采万物
作为衣食住行之用。但由于历史条件和生产力水平的限制，在
较长时期内，仍有许许多多有用之物未被人们发现和利用；就
已经被人们发现和利用的物品来看，也远未达到物尽其用的
地步；至于一物多用、废物利用，则更有其可供发掘的巨大潜
力。

随着中华民族文化素质的日益提高和科学技术的长足进
步，愈来愈多的物品其潜在功效正在被陆续发现，被逐步认
识，被科学地利用。改革开放的深入，商品流通的扩大，思想观
念的更新，将为更多物品的应用开辟出更加广阔的发展道路。

本书所介绍的种种物品，其运用之妙在于得法。而法只能
来源于实践，来源于对实践经验的科学总结。实践证明，一些
从来不被人们重视的物品，如居家必备的油盐酱醋，微不足道的
针头线脑，自然界丰富的水草沙土，地里种植的五谷杂粮等
等，只要运用得法，常常会收到点石成金、化腐朽为神奇的效果，
使人们在生活中长期受到困扰而不得解决的一些问题迎
刃而解。

本书以缜密科学的态度，严谨求实的精神，广采博取，精
细筛选，分门别类，择其常见常用之物 132 种，介绍它们的
2000 多条应用方法。所列物品易得，操作方法简便，应用效果
显著。此书实为家庭生活的良师益友，读者一卷在手必将获益
匪浅。

但是,由于本书所列各物及其应用方法的资料是从多方面收集整理而来的,虽经筛选把关,却不能一一验证其效用;它们主要适用于解决家庭生活中遇到的小问题,一般不适用于批量生产和大规模应用;同时,其中某些物品的应用及其效能还将受到诸多客观因素的影响,故其实际应用的成效可能会有所差别。因此,不可贸然将书中所述方法应用于大批量的制作与生产。

作 者

目 录

一、调料的妙用.....	(1)
(一)食醋.....	(1)
(二)食盐.....	(11)
(三)食糖.....	(21)
(四)食油.....	(24)
(五)食碱.....	(26)
(六)苏打.....	(28)
(七)酒.....	(30)
(八)姜.....	(42)
(九)花椒.....	(46)
(十)芥末.....	(48)
(十一)大蒜.....	(49)
(十二)葱.....	(53)
(十三)辣椒.....	(57)
二、肉蛋茶奶的妙用.....	(58)
(一)猪肉类.....	(58)
(二)禽肉类.....	(61)
(三)牛羊肉类.....	(64)
(四)鱼肉类.....	(66)
(五)鸡蛋.....	(69)
(六)茶.....	(76)
(七)牛奶.....	(80)
三、蔬果谷物的妙用.....	(82)
(一)萝卜.....	(82)
(二)韭菜.....	(85)
(三)土豆.....	(86)
(四)芹菜.....	(87)
(五)茄子.....	(88)
(六)白菜.....	(88)
(七)丝瓜.....	(89)
(八)冬瓜.....	(90)
(九)黄瓜.....	(91)
(十)南瓜.....	(91)
(十一)西瓜.....	(93)
(十二)西红柿.....	(96)
(十三)藕.....	(96)
(十四)核桃.....	(97)
(十五)橘皮.....	(98)
(十六)山楂.....	(100)
(十七)苹果.....	(101)
(十八)梨.....	(101)

(十九)柠檬	(102)	(二十七)大麦	(109)
(二十)大枣	(104)	(二十八)荞麦	(110)
(二十一)桃	(105)	(二十九)高粱	(110)
(二十二)柿子	(106)	(三十)花生	(111)
(二十三)糯米	(107)	(三十一)芝麻	(111)
(二十四)黑豆	(107)	(三十二)红薯	(112)
(二十五)玉米	(108)	(三十三)绿豆	(113)
(二十六)小麦	(109)		

四、花卉的妙用

(一)梅花	(115)	(七)木芙蓉	(120)
(二)桂花	(116)	(八)仙人掌	(121)
(三)月季	(117)	(九)菊花	(122)
(四)玉兰	(118)	(十)兰花	(123)
(五)玫瑰	(119)	(十一)芍药	(123)
(六)蔷薇	(119)	(十二)美人蕉	(123)

五、日用品的妙用

(一)镜子	(125)	(十二)铁丝	(133)
(二)绳子	(126)	(十三)杯子	(134)
(三)瓶子	(127)	(十四)蜡烛	(134)
(四)纸	(129)	(十五)塑料袋	(137)
(五)铅笔	(130)	(十六)高压锅	(142)
(六)按扣	(131)	(十七)暖瓶	(144)
(七)别针	(131)	(十八)钢锯	(145)
(八)筷子	(132)	(十九)毛巾	(146)
(九)衣夹	(132)	(二十)袜子	(147)
(十)大头针	(132)	(二十一)棉花	(149)
(十一)橡皮筋	(133)		

六、家用电器的妙用 (150)

- | | |
|---------------------|--------------------|
| (一)电冰箱 (150) | (五)电度表 (161) |
| (二)电熨斗 (156) | (六)电烙铁 (162) |
| (三)洗衣机 (159) | (七)电灯泡 (163) |
| (四)电吹风机 (160) | |

七、化妆卫生用品的妙用 (164)

- | | |
|--------------------|---------------------|
| (一)指甲油 (164) | (十一)氨水 (177) |
| (二)花露水 (165) | (十二)西药 (178) |
| (三)香水 (166) | (十三)伤湿膏 (179) |
| (四)风油精 (167) | (十四)胶布 (180) |
| (五)清凉油 (168) | (十五)避孕套 (181) |
| (六)爽身粉 (168) | (十六)卫生球 (182) |
| (七)肥皂 (169) | (十七)滑石粉 (182) |
| (八)牙膏 (172) | (十八)松香 (182) |
| (九)明矾 (175) | (十九)凡士林 (184) |
| (十)硼砂 (176) | |

八、其它物品的妙用 (185)

- | | |
|--------------------|----------------------|
| (一)热水 (185) | (十一)自行车内胎 ... (203) |
| (二)冷水 (188) | (十二)头发 (204) |
| (三)汽油 (194) | (十三)香烟 (204) |
| (四)煤油 (196) | (十四)砂纸 (205) |
| (五)柴油 (197) | (十五)部分废物 (206) |
| (六)木屑 (197) | (十六)淘米水 (211) |
| (七)草木灰 (198) | (十七)豆腐 (213) |
| (八)石灰 (199) | (十八)面粉 (215) |
| (九)水泥 (202) | (十九)面包 (217) |
| (十)沙土 (202) | (二十)淀粉 (218) |

一、调料的妙用

(一)食 醋

1. 煮排骨汤时放点醋,可使骨头中的钙、磷、铁等矿物质溶解出来,被充分利用,营养价值更高。

2. 把鲜肉裹在蘸过醋的干净餐巾里,能延长肉的保鲜时间。

3. 将羊肉切块,放入开水锅里,然后倒点食醋,肉熟后,膻味即除。

4. 宰杀鸡鸭前,先给鸡鸭灌上两汤匙白醋,过5~10分钟,鸡鸭毛孔即变得胀松,这时宰杀,再用热水烫,禽毛就很容易拔除。

5. 煮老鸡时,先用凉水加少量食醋泡2小时,再用文火煮,肉就会变嫩。

6. 将老鸭肉用凉水加少量食醋浸泡2小时,再用文火炖制,肉易烂,骨酥软,且口感鲜嫩。

7. 夏天,有些河鱼有土腥味,影响味道。可先把鱼剖肚洗净,置于冷水中,水里滴入少量食醋,然后再烧制,土腥味就消失了。

8. 鱼刮鳞前,如果先将其放在加醋的冷水中浸泡两小时,鱼鳞就很容易刮净。

9. 烧酥鱼时,放一些糖和醋,能使鱼骨和刺及纤维软化,适合儿童食用。

10. 油炸鱼块时,先在鱼块上滴少许醋,拌匀,闷3~5分

钟后再炸,这样炸出的鱼块味道香浓。

11. 在炎热的夏天,若将冲淡的醋洒在鱼肉上,鱼肉短时间内就不容易变质。

12. 煮蛋时,在水中加些醋,蛋煮破后蛋液不会流出,而且容易剥壳。

13. 食用松花蛋时若有苦味、涩味,可酌放点醋,再加一点姜末,味道就正常了。

14. 不论做什么糖醋菜肴,只要按两份糖 1 份醋的比例调配,便可收到甜酸适度的效果。

15. 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。

16. 菜咸了,放一些醋,咸味会大大减少。

17. 蒸吃萝卜,应先将其切碎,按 300 : 1 的比例放入食醋,再上锅蒸,可使异味消失。

18. 刮削芋头皮时,易使手部皮肤发痒,如在水中加几滴醋洗手,即可止痒。

19. 土豆一旦去皮,要存放在冷水中,再向水中滴几滴醋,可使土豆洁白,并使其在烹煮时减少维生素的损失。

20. 烹制冻土豆,可先将其放入冷水中浸泡,再放入加有 1 汤匙食醋的沸水中,慢慢冷却后,再行制菜,这样烧出的土豆没有怪味。

21. 煮海带时,在锅里放适量食醋,易使海带变软。

22. 在普通醋内滴几滴白酒和加入少许食盐,可使其变成香醋。

23. 夏天煮饭时,按 1.5 公斤大米加 2~3 毫升食醋,煮出来的米饭更加洁白,不易变质,也无酸味。

24. 煮甜粥时,如能放点醋,粥会更香甜。

25. 如果事先没有发面,而又急于吃馒头,可用 500 克面粉加 50 克食醋、350 克温水的比例发面,将其拌匀,发 10 分钟左右,再加小苏打约 5 克,揉到没有酸味为止。这样不仅可以应急发面,而且蒸出的馒头又白又大。

26. 在下面条时,可往锅里放适量食醋,不仅能消除碱味,而且面条也会由黄变白。

27. 炒猪肉片(丝)时,在锅里放几滴醋,炒出的肉会又嫩又香。

28. 在烹调蔬菜时放点醋,不但味道鲜美,而且有保护维生素 C 的作用,因为维生素 C 在酸性环境中不易被破坏。

29. 夏秋天吃凉拌菜放少许醋,不但味鲜可口,还可灭菌,对预防肠道疾病有益。

30. 夏季,以少量的醋,加点白糖,冲入开水,凉了再喝,就会有一种酸梅汤的味道。

31. 在做甜菜或煮红色卷心菜时,加少许醋,可使其色泽新鲜,味道可口。

32. 手上沾了鱼腥味,用醋少许在手上搓几下,然后用清水洗净,腥味即可去除。

33. 鸡、鸭、鹅肠的内壁上粘液很多,用清水洗涤难以除去,如果用适量的醋抓洗,就能很快除掉粘液。

34. 削土豆皮或切菜时,手上往往会染成黄色。如操作前在手上涂点醋,干后再削土豆皮或切菜,手上就不会发黄了。

35. 炒茄子时,在锅里放点醋,可使炒出来的茄子颜色不变黑。

36. 喝醉酒后饮适量的醋,能减轻醉酒的程度。

37. 在烹制老牛肉时加点醋,能使老牛肉烂得快。

38. 烹食某些水产品时,蘸一下醋,有预防多种肠道传染

病的作用。

39. 不爱吃辣味的人,如果遇到辣味菜肴,只要加点醋,辣味即可减轻。

40. 吃油多的食物时加点醋,可不腻口。

41. 如果鱼、肉不够新鲜时,放点醋,既可正味,又能杀菌。

42. 臭咸蛋内放少许醋,能使其味道鲜美。

43. 在清洗猪肚时,滴数滴醋精,用手抓搓 1 分钟左右,猪肚即洁白清爽。

44. 碗橱、箱子里有异味,可用布蘸少许醋涂擦,晾干后气味即除。

45. 吃鱼时鱼鲠卡喉,含喝点醋于鱼鲠处,慢慢咽下,可使鱼骨软化,容易将鱼鲠吞下去或吐出来。

46. 和面做馒头时,加入少许醋,蒸出的馒头可延长保存时间。

47. 将洗后待烹的鲜蘑菇放入加有少量醋的水里浸泡,就不会变黑发暗。

48. 放蔫了的青菜,放到加有 1 汤匙醋的冷水里泡 1 小时,可返青变绿。

49. 在咸豆浆中加少量醋,能使豆浆味美可口。

50. 用姜汁和食醋配成姜醋汁调松花蛋,既可解涩去腥,又可消毒杀菌。

51. 将白醋 25 克放瓶中置冰箱内,可除异味。

52. 衣服上污染了果汁或果汁斑点,用醋可以搓掉。

53. 洗涤丝织品时,在水里加少许醋,可使其保持原有的光泽。

54. 深色毛料衣服因磨擦产生的油光,敷上含醋 50% 的

水,干后再敷一次,然后熨烫,可去除亮光。

55. 用洗衣机洗衣服时,洗衣液内会产生许多泡沫。只要往洗衣液中放一杯醋,泡沫就会消失。

56. 在熨烫裤子时,用手帕大小的1块方布蘸少许醋作衬布垫着熨,熨干后再熨一次,就会使裤线直挺且能持久。

57. 绒线衣穿久会发亮,如用醋水喷喷,再用手揉揉,即可除去光亮。

58. 洗羽绒服时,头一遍漂洗在水里加一小匙醋,可中和碱性的洗衣粉溶液,使羽绒服洗得更干净。

59. 洗毛大衣时,用清水洗2~3次后,再用3%的食用醋稀释液泡片刻,可增加光泽。

60. 衣衫上有皱褶,可先将其放入10~20℃的温水中,然后放入少许食醋和几滴大蒜汁,浸泡1~2小时后,用清水漂洗干净,不拧水,抖伸晒干即可消除皱褶。

61. 衣服上沾染红药水渍,可先用白醋揉搓,然后用清水漂洗,即可将红药水渍洗干净。

62. 用洗衣粉或肥皂洗过的衣服需要漂清。在漂洗最后一遍时,可往水中加一点醋,这样可以中和残留在衣服上的碱性物质,衣服会更洁净。

63. 有的皮鞋用鞋油擦拭后仍然不光亮。遇此情况时,如果再往皮鞋上滴几滴醋,然后用布条擦拭,皮鞋即可油光发亮。

64. 白皮鞋或白皮凉鞋脏了,可先用食醋擦一遍,然后用干布擦干净,再擦白鞋油,去污上光效果特别好。

65. 裙子、裤子等衣服放边后,原有的折痕不容易消除。可先用少许醋把折痕处抹湿,然后用温度适中的熨斗熨平,折痕即可消除。

66. 衣服沾上了酒渍、铁锈渍、水果渍，用少许醋搓几下，即可除去。

67. 要去掉衣服上的汗渍和汗臭味，可先喷少许醋，过一会儿再洗，效果较好。

68. 洗丝织品时，在水里放点醋，衣物能保持原有的光泽。

69. 在生锈的铜器上涂点醋，干后用水洗刷，铜器会光亮如新。

70. 旧铝制品用醋涂抹，干后再用水洗，能恢复光亮。

71. 热水瓶中的水垢，可用醋洗掉。

72. 把要磨的刀放醋里浸一夜，磨起来省力。

73. 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。

74. 木制家具在油漆之前，先用醋擦一遍，漆后家具的光泽会更加鲜艳。

75. 玻璃上沾了油漆，可用绒布蘸少许食醋擦掉。

76. 粘贴玻璃拉手时，先将粘拉手的地方用食醋擦洗干净，再用食醋将玻璃拉手洗净，晾干后粘贴，这样会更牢固耐用。

77. 用醋研墨写字作画，墨迹特别清亮，且不易退色。

78. 自制浆糊时，加少许醋，可增强浆糊粘合的牢度。

79. 皮革家具上沾了油污，可用醋 3 份、麻油 1 份调和后擦去。

80. 在洗刷锅碗时加少许醋，油脂腻垢容易去掉。

81. 新买回来的铁锅，内壁上有一层黑灰和锈斑，可在热锅里放 250 克醋，待其发出吱吱响声时离火，用丝瓜络蘸醋擦洗，然后用清水冲净，即光洁好用。

82. 在不打开门窗的情况下,要消除室内的香烟或油漆味,可用毛巾蘸稀醋,在室内挥舞数下,即刻生效。

83. 吸烟的人牙齿上有烟垢,滴几滴醋在牙膏上刷牙,坚持刷一段时间,即能除去烟垢。

84. 浴缸上有了污垢,可用醋先擦洗一遍,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。

85. 擦洗瓷马桶时,只要倒入 1 茶杯醋,5 分钟后再用清水刷洗,马桶就会擦洗得清洁光亮。

86. 清洗塑料窗帘、浴罩时,可先在浴缸中放 $\frac{1}{3}$ 的清水,再倒入 1 杯醋,然后把塑料窗帘、浴罩放进去浸泡清洗,就很容易洗净。

87. 服用食醋炒马齿苋,可治红、白痢疾。

88. 被蚊子、臭虫叮咬后,在被叮咬处涂上点醋,便可消肿止痒。

89. 在洗澡水中加点醋,浴后会感到肌肉轻松,身体舒适,可促进血液循环,消除疲劳。

90. 容易晕车船的人,若行前先喝 1 杯加醋的温开水,途中会舒服得多。

91. 用松花蛋 1 个,蘸醋徐徐吃下,可解轻度醉酒。

92. 将花生浸入醋中 1 周后,每日嚼服 2~4 粒,有助于治疗高血压。

93. 把纱布浸于醋中,每晚取 1 块贴于肛门口,可治蛲虫。

94. 用棉花蘸醋塞住鼻孔,可治鼻出血。

95. 如因环境条件改变引起失眠,临睡前喝 1 杯加醋的冷开水,有助安然入睡。

96. 患急性乳腺炎,可用鲜芙蓉叶捣烂,用醋调成膏状,

敷于患处，坚持敷数次，炎症可愈。

97. 米醋 200 克，豆腐 250 克，一起煮熟，饭前吃，一次吃完，可治妇女经期过短。

98. 用 0.1~0.2% 食醋水溶液洗阴道，可配合治疗阴道滴虫。

99. 冻疮初起未溃，可将醋煮热趁温湿敷，每日 2~3 次，数日后即可取得疗效。

100. 醋糟 1500 克，炒烫装布袋中，热敷患处，可治腰、腿痛。

101. 鸡蛋 2 个（打碎去壳），醋 50 克，加水 1 碗，炖熟服，可治久咳不止。

102. 食醋、冰糖浸泡花生米，长期食用，可软化血管、降低胆固醇。

103. 用醋和盐煎服，可止吐、止泻。

104. 取陈醋 150 克，加温水 1 公斤，充分搅匀，每天洗头一次，可去头屑止痒。

105. 在洗发液中加入少量生蛋白，调匀洗头，并轻轻按摩头发；洗净后，用蛋黄调入少量醋，使其充分混合，顺发丝慢慢涂抹，用毛巾包 1 小时，再用清水冲洗干净，会使头发乌黑发亮。

106. 在理发吹风前，往头发上喷一点陈醋，可使发型耐久，还能使头发颜色变得黑亮、柔软润泽，增添美感。

107. 许多人早晨起来时眼皮发肿，是常见现象。可用适量牛奶加醋和开水调匀，然后用棉球蘸着在眼皮上反复擦洗 3~5 分钟，最后用热毛巾焐一下，很快就会消肿。

108. 在涂指甲油前，先用棉球蘸点醋，把指甲擦洗干净，等醋完全干了以后，再涂指甲油，可使其更加光亮，不易脱落。

109. 如遇流感盛行,可将醋加热置室内,散发出的醋蒸气能预防流感。

110. 食醋 100 克,花椒 10 克,水煎后趁温热含漱,可治牙痛。

111. 若喉咙肿痛,用醋加等量的水漱口,可减轻疼痛。

112. 因患感冒或慢性咽炎而引起的声音嘶哑,可用 100 克食醋煮 1 个鸡蛋,将鸡蛋与醋同食,一两次即愈。

113. 用 2 汤匙醋,加 1 汤匙白糖,调成糖醋汁,饮服可止呃逆(打嗝)。

114. 冬季皮肤皴裂,可将醋与甘油以 5:1 的比例调匀,每天涂擦患处两次,皮肤会变得光滑、细嫩。

115. 治疗脚气,可用食醋将雪花膏调成糊状,涂于患处,随配随用,轻者一次,重者 2~3 次即可治愈。

116. 食醋 2 汤匙,6 小时服一次,连服 2 日,可驱蛔虫。

117. 患有低胃酸性胃病的人,倘若经常用少量的食醋作调味品,既可增进食欲,又可使胃病得到治疗。

118. 腰、腿扭伤,可将面粉熬成糊状,再调入一些醋,涂在布上,贴于患处,干后再换新的。敷贴数次即可消除疼痛。

119. 每日酌情喝些醋开水(即开水中加几滴醋,以觉察不出醋味为限),能治疗便秘。

120. 浅度烫伤后用醋淋洗伤处,愈后不留疤痕。

121. 轻度烫伤后,用醋洗或敷,可止痛、防起泡。

122. 好醋 2 碗,煎至 1 碗,加入切细的葱白 1 碗,再煮沸 1~2 次,过滤后,用布包好,趁热敷于患部,每日两次,可治风湿性关节炎。

123. 饮好醋,可治因多吃鸡蛋而引起的胸闷腹胀。

124. 如误服了碱性毒物,赶快大量地饮醋,能起到急救