

一部全面实用、即查即用的生活工具书
不可不知的生活智慧和实用知识



用生活中的智慧 化解生活中的难题

王浩 霍丽娟 编著



煎鱼之前用姜擦下锅,就不沾啦。



芒果在煤气上转几秒,那皮就很好剥了。

家有妙招大全集



用肥皂水洗瓷砖地板,效率叫一个好呀。



维生素E涂睫毛,睫毛会变得又粗又长

方法更实用 · 操作更简便 · 应用更广泛

妙招可以让我们少走弯路,将繁杂的事务简单化,令我们省时、省力、省心又省钱。王浩、霍丽娟编著的《家有妙招大全集》汇集了数千条巧招、妙招,针对我们在衣、食、住、用、行、医中经常遇到的难题,以及一些突发情况如食物中毒、烧烫伤等,全方位提供解决的捷径,所用材料随手可得,操作简便易行,效果显著,并尽可能提供多种解决方法,帮助你巧妙持家,是每个人都必备、必用、必读的实用工具书,是生活的好帮手。

中国华侨出版社

家有妙招

大全集

(第一卷)

王 浩 霍丽娟 编著



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

家有妙招大全集/王浩, 霍丽娟编著. —北京:
中国华侨出版社, 2012.6

ISBN 978-7-5113-1982-1

I. ①家… II. ①王… ②霍… III. ①家庭—生活—知识
IV. ①TS976.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第083031号

家有妙招大全集

编 著: 王 浩 霍丽娟

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 晴 光

封面设计: 法思特书装

文字编辑: 万永勇

美术编辑: 刘欣梅

经 销: 新华书店

开 本: 710mm×1040mm 1/16 印张: 52 字数: 820千字

印 刷: 北京中创彩色印刷有限公司

版 次: 2012年6月第1版 2012年6月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-1982-1

定 价: 296.00元 (全四卷)

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦三层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 58815875 传真: (010) 58815857

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

前言

你是否常常被生活中的一些麻烦事儿弄得焦头烂额？是否常常为这些事情向邻居或朋友请教解决的办法？比如衣服上莫名其妙地出现一些黄斑，怎么洗都洗不掉；总是因为去土豆皮而浪费很多时间；煮稀饭时常常会溢出来，弄得锅沿上全是米汤，刷起来很费劲；家里有一些旧手套、旧器具等，不知道如何利用起来；遇到一些急症发作时不知道如何处理，如低血糖患者发病、食物中毒等；买手机时不会鉴别真假……如果你不懂得如何巧妙地处理这些情况，一个看似很简单的小麻烦都会成为令人头疼的大难题，给生活带来诸多不便，费时、费力又费钱。你是否又曾发现，同样的问题在别人眼中只是小菜一碟，根本不成为问题，这是为什么？

事实上，日常生活中的很多麻烦和难题都可以用充满智慧的妙招来化解，而不是蛮干和苦干。妙招贵在巧妙、快速、简便，它可以让我们少走弯路，巧妙地将繁杂琐碎的事务简单化，省时、省力、省心又省钱，少花钱多办事，甚至不花钱就能解决大问题。如用开水冲烫可快速去除土豆皮，大大节省做饭时间；煮粥时抹一些油在锅沿上便可防止溢锅，不用再一遍一遍地去察看；输入几个字符便可鉴别手机是行货还是水货，不会再上当受骗，诸如此类的妙招会使不少烦恼即刻得到解决，提高生活质量。在保健身体、防病治病方面，小妙招还能带来大健康，令我们不生病、少生病、少跑医院、少吃药。如用橘子皮就能治疗感冒，利用腹部按摩法即可治疗便秘，从而可大大避免时间、精力和金钱上的支出。不但如此，在一些突发情况下，诸如食物中毒、炒锅起火、

烧烫伤、溺水、低血糖发作等，采用应急妙招还可以让我们迅速实施自救或他救，从而将突发状况的危害降至最低，甚至挽救生命。

《家有妙招大全集》汇总了数千条高招、绝招、巧招、妙招，针对我们在衣、食、住、用、行、医中经常遇到的问题，提供最便捷、最巧妙、最有效、最省钱的解决途径，帮助我们将家务打理得井井有条，轻松管理自身健康，是一部全面实用、即查即用的生活宝典。书中提供的妙招都是人们生活智慧的结晶，经过实践的验证，所用材料随手可得，方法、简便、易行，效果显著，并尽可能提供多种不同的答案和解决方法，以便于读者从中选择最适合的一种，或根据实际情况进行变通。善用这些妙招，不但可以帮助我们轻松解决各种生活难题，还能使我们举一反三，在遇到新的问题时，能够开动脑筋自发寻找解决途径，成为真正的持家高手。

本书共分为六篇：服饰穿用篇针对我们在衣物的清洗、熨补，鞋子的修理、保养等方面遇到的难题，提供切实有效的妙招，如怎样洗衣服防褪色，怎么防止毛衣起球，如何清洗衣服上的各种污渍，皮衣怎么防皱，怎么去除皮鞋的白斑等；饮食烹调篇为我们解决食品的洗切、烹调、保鲜、特色食品的制作等方面的难题，如何快速去除桃毛？如何去除羊肉膻味？煎炸食物时如何防油外溅？使我们在柴米油盐酱醋茶的生活中过得轻松自如；居家休闲篇针对我们在居室的美化、装修、清洁、去味、防虫及钓鱼养鱼、花卉养护等方面遇到的问题，提供各种解决途径，让你几分钟就能做完家务；物尽其用篇将教我们充分利用起家里的各种物品，让没用的东西重获生命，变废为宝，避免浪费，同时不再为家里用剩的瓶瓶罐罐和其他废旧物品犯愁；日常保健医疗篇将教你巧妙地鉴别、储藏家庭常用药品，正确用药，防治常见病症，并提供针对食物中毒者、煤气中毒者及一些急症患者的急救妙招，令你迅速化解生命危机；消费理财篇将帮助你快速识别不同的衣料，分辨米、面、油、蛋、蔬菜、水果、干货等各类食品的质量优劣，

选购家具、电器，鉴别金、银、翡翠等各类饰品，有效节水、节电、节气，解决你在投资、储蓄上产生的疑惑，令你在消费理财时不再盲目，避免掉入商家的消费陷阱，做到持家有方，生财有道。

本书提供的妙招简单易懂、易学易用，且体例简明、查阅方便，可随时随地解决你的生活难题，帮助你巧妙持家，智慧生活，是每个人都必备、必用、必读的生活枕边书。

目 录

服饰穿用篇

一、衣物穿着及清洗 3

1. 头饰开胶了怎么办? 3

2. 如何用旧衣做衬裙? 3

3. 怎样才能防止纽扣掉落? ... 3

4. 如何防止拉链下滑? 3

5. 有什么方法可延长皮带
使用期? 4

6. 袜子口松怎么办? 4

7. 如何使丝袜不勒腿? 4

8. 有什么方法可自行调节
袜口松紧? 49. 新尼龙丝袜如何
防拉丝? 4

10. 鞋垫如何不出鞋外? 4

11. 鞋带头坏了,穿鞋眼时
很不方便,怎么修理
一下才好? 4

12. 白皮鞋磕破了怎么办? ... 5

13. 新买的皮鞋有点夹脚,
可已经过了包换
期限怎么办? 5

14. 如何自制鞋拔子? 5

15. 上衣的袖口和领口特别
不好洗,有什么
好办法吗? 516. 有什么办法可令衣物
更洁白? 517. 很多人都把衣服翻过来洗,
这样做有什么好处? 618. 将衣物拿到洗衣店干洗,
花了不少钱,可是怎么
才能鉴别洗衣店的确
是用的干洗法,
而不是假干洗呢? 619. 用什么方法洗毛类织物
效果好? 还应注意
哪些问题? 6

20. 自洗纯毛衣物时如何
将其彻底清洗干净,
同时保证其不变形? 7
21. 怎样洗毛料裤子
效果好? 7
22. 毛料裤子穿久了在膝盖
处起了“鼓包”,很难看,
怎么恢复平整? 8
23. 毛料衣服穿久了,某些
部位会磨得发亮,很不
美观,如何解决? 8
24. 洗毛衣时如何防止
其起球? 8
25. 兔毛衫怎样洗涤
效果好? 8
26. 羊毛织物如何清洗? 8
27. 漂亮的兔、羊毛围巾和兔、羊毛
衫很容易掉毛,怎么办? ... 9
28. 怎样去除羊毛衫上
的灰尘? 9
29. 怎样洗涤羊绒衫
效果好? 9
30. 手洗羊绒衬衫有
什么技巧? 10
31. 洗涤深色丝绸衣物如何使其
保持原有的色泽? 10
32. 洗晒丝绸衣物有
什么技巧? 10
33. 真丝产品怎么洗可
保持色泽? 10
34. 怎样洗涤蕾丝衣物
效果好? 11
35. 怎样洗涤羽绒服
效果好? 11
36. 怎样洗涤纯棉衣物可
防其褪色? 12
37. 如何洗涤棉衣
效果好? 12
38. 莱卡衣物怎样
洗更好? 12
39. 麻类制品怎样洗不影响
其外观? 12
40. 麻类织物怎样洗
效果好? 13
41. 怎么洗涤亚麻服饰? 13
42. 洗晒尼龙衣物如何防
变黄? 13
43. 去除衣领处的污迹有什么
妙招? 13
44. 怎样洗衬衣效果
更好? 14
45. 洗涤内衣有什么
好方法? 14
46. 西装洗涤不当或穿的时间
过长,某些部位会出现一
些小气泡,影响美观,
怎么处理? 15
47. 熨裤子很麻烦,有什么
方法可免熨? 15

48. 怎样洗涤牛仔服可防褪色?..... 15
49. 怎样洗涤紧身衣物效果好?..... 15
50. 洗衣时怎样防纽扣脱落?..... 15
51. 如何使毛巾洁白柔软?..... 16
52. 洗印花被单怎样防图案褪色?..... 16
53. 怎样有效去除床单上的灰尘?..... 16
54. 怎样洗涤毛毯可保持其原有色泽?..... 16
55. 洗涤纯毛毛毯怎样可令其干净如初?..... 16
56. 怎样洗涤毛巾被效果更好?..... 17
57. 电热毯怎么洗?..... 17
58. 尿布怎样清洗效果好?..... 17
59. 绒布最容易沾灰,用刷子刷又很容易破坏绒面,怎么办?..... 18
60. 洗雨伞有何妙招?..... 18
61. 怎样防衣物褪色?..... 18
62. 有些衣服在洗过多次之后,就不再有鲜艳的颜色了,怎么办?..... 18
63. 如何避免衣物洗后泛黄?..... 18
64. 怎样保持红色衣物的光泽?..... 18
65. 洗黑棉布衣服如何防褪色?..... 19
66. 穿用时间较长的黑色毛织物颜色会变得不鲜艳,如何令其变黑?..... 19
67. 洗毛衣时如何防褪色?... 19
68. 放在衣柜中的换季衣物通常会加几枚樟脑丸来防虫蛀,但也会令衣物带上樟脑味,怎么办?..... 19
69. 怎样去除身上的烟味?..... 19
70. 怎样去除衣服的霉味?..... 20
71. 除衣物上的霉斑有何妙招?..... 20
72. 如何消除白衣服上的霉点?..... 20
73. 皮衣上的霉渍怎么去除?..... 20
74. 毛呢织物的霉斑怎么去除?..... 20
75. 怎样清除白色棉麻织物的霉渍?..... 21
76. 怎样清除丝绸织物上的轻度霉渍?..... 21

77. 呢绒衣服的霉迹如何清除?..... 21
78. 怎样处理化纤衣服上的霉斑?..... 21
79. 皮帽上的污迹如何有效清除?..... 21
80. 衣物上的汗渍如何去除?..... 21
81. 怎样处理床单或衣物上的黄斑?..... 22
82. 衣物上的呕吐污迹如何清洗?..... 22
83. 除衣服上的尿迹有何妙招?..... 22
84. 怎样去除衣服上的漆渍?..... 22
85. 怎样洗掉衣物上的煤焦油斑?..... 23
86. 怎样除掉衣物上的蜡油污渍?..... 23
87. 怎样去除衣服上的机油污迹?..... 23
88. 衣物上已晒干的油斑如何去除?..... 23
89. 沾了松树油的衣服很难洗去,有什么办法可去除?..... 23
90. 去除衣物上的药渍有何妙招?..... 23
91. 衣服上的紫药水如何去除?..... 23
92. 怎样去除高锰酸钾污渍?..... 24
93. 不小心洒了些医用的碘酒在桌布上,非常难看,怎么办?..... 24
94. 去除衣物上的墨迹有什么妙招?..... 24
95. 红墨水渍怎么去除?..... 24
96. 圆珠笔油渍如何处理干净?..... 24
97. 印泥油渍怎么去除?..... 24
98. 怎样洗除衣物眉笔色渍?..... 25
99. 染发水粘到衣物上非常难以去除,如何处理?..... 25
100. 衣物上的唇膏渍如何清洗?..... 25
101. 衣物上的不明污渍怎样清洁?..... 25
102. 白色织物的色渍怎样除去?..... 25
103. 羊毛织物的色渍如何清洗干净?..... 25
104. 怎样清洗掉丝绸衣物上的色渍?..... 26
105. 衣物上的血斑怎样处理干净?..... 26
106. 衣物上的动物油怎么清理掉?..... 27

107. 怎样去除衣物上沾
的鱼迹? 27
108. 去除奶渍有什么好
办法? 27
109. 衣物上的酱油渍怎样
处理? 27
110. 衣物上的西红柿汁渍
怎样去掉? 27
111. 除衣物上的果酱渍有
什么好办法? 27
112. 衣物上新沾的果汁渍
如何清洗? 27
113. 石榴皮汁不慎溅在了
白色的真丝绢纺衣服
上,怎么办?..... 28
114. 怎样彻底清洗衣物上
的果渍? 28
115. 衣物上的葡萄汁渍如何
去除? 28
116. 衣物上的咖啡渍怎么
清洗干净? 28
117. 衣物上的酒渍如何
清洗? 28
118. 衣物上的口香糖印迹
如何有效去除? 28
119. 在草坪上坐了一会,
衣服上沾了很多青草
渍,怎么办?..... 28
120. 白衬衫上的黄色斑点
怎么处理? 29
121. 怎样清除衣服上的
锈迹? 29
122. 除血渍有何妙招? 29
123. 不小心把指甲油弄到了衣
服上,怎么办才好? 29
124. 怎样去除衣物上的
口红印?..... 30
125. 怎样洗白袜子可令其洁白
如初?..... 30
126. 白袜子非常容易发黄,
而且一发黄就特别
难洗,怎么办? 30
127. 怎样去除袜子臭味? 30
128. 刷鞋后如何使鞋
不发黄?..... 30
129. 鞋里总是潮乎乎的,穿着
很不舒服,怎么办? 30
130. 春天气候干燥而且风大,
皮鞋脏得很快,
怎么办? 31
131. 保存皮鞋有何妙招? ... 31
132. 怎样擦皮鞋可令其
更加光亮? 31
133. 怎样擦皮鞋可防干燥
和裂口? 31
134. 怎样擦掉皮鞋灰尘又
不会弄脏手? 32
135. 黄皮鞋怎样擦可光亮
如初? 32

136. 白皮鞋怎么擦可光洁如新? 32
137. 白鞋油蹭到鞋的边缘就很难擦掉,怎么办?..... 32
138. 怎样清洁白皮鞋效果好? 32
139. 白皮鞋上的污点如何去除? 32
140. 如何清洗磨砂皮鞋效果好? 32
141. 刷翻毛皮鞋有何窍门? 33
142. 如何恢复皮鞋光亮? ... 33
- 二、衣物熨补 34
1. 衣物熨烫有哪些技巧? ... 34
2. 如何掌握熨烫的水分? ... 34
3. 如何掌握熨烫的压力? ... 34
4. 想要熨一下衣服,可是手边没有电熨斗怎么办? ... 35
5. 如何掌握不同服装的熨烫方法? 35
6. 熨皮革服装有什么技巧? ... 35
7. 熨烫绒面皮服装有什么技巧? 35
8. 如何熨烫真皮服装? 35
9. 如何熨烫毛料衣服? 36
10. 如何防止熨烫毛涤衣服时常常发生的变色、枯焦、发光的现象? 36
11. 如何熨凸花纹毛衣?..... 36
12. 如何熨烫丝绸织品?..... 36
13. 怎样熨丝绸方便?..... 36
14. 熨烫针织衣物如何防变形?..... 36
15. 熨烫羽绒服装有什么技巧?..... 37
16. 如何熨烫灯芯绒服?..... 37
17. 如何熨呢绒大衣?..... 37
18. 怎样熨烫男式西服?..... 37
19. 怎样熨烫男式衬衫?..... 38
20. 怎样熨烫女式衬衫?..... 38
21. 熨烫羊绒衫有什么技巧?..... 39
22. 如何熨烫男式西裤?..... 40
23. 如何熨烫女式西裤?..... 40
24. 如何熨烫西服裙?..... 40
25. 如何熨烫折褶裙?..... 41
26. 如何熨烫领带?..... 41
27. 如何熨烫丝巾?..... 41
28. 如何熨烫衣褶?..... 42
29. 如何熨烫花边?..... 42
30. 处理熨焦的衣物有何妙招?..... 42
31. 修补皮革制品裂纹有什么窍门? 42
32. 修补皮夹克裂口有什么窍门?..... 43
33. 处理皮鞋裂纹有什么窍门?..... 43

34. 粘合胶皮手套的破洞
有何窍门? 43
35. 补脱丝尼龙袜有
什么妙招? 43
36. 稍不留意长筒丝袜就会
出现破洞,甚至会大片
脱丝,怎么办? 44
- 三、衣服保养 45
1. 皮衣如何除皱? 45
2. 皮衣怎样除霉效果好? ... 45
3. 皮衣怎样防潮? 45
4. 皮衣怎样防污? 45
5. 如何使皮衣既防潮
又美观? 45
6. 皮革服装如何防裂? 45
7. 皮革衣物如何收藏
效果好? 46
8. 如何收藏裘皮衣物? 46
9. 如何使硬皮袄变软? 46
10. 收藏皮衣有什么
窍门? 46
11. 皮毛防蛀有什么巧妙
的办法? 47
12. 收藏毛线有何妙招? 47
13. 如何收藏毛线衣物? 47
14. 如何保养黑色毛
织物? 47
15. 如何收藏羊毛衫? 47
16. 如何保养羊毛衫? 48
17. 羊毛衫穿久了,就会
变硬缩短,怎么办? 48
18. 如何收藏呢料衣服? 48
19. 如何收藏呢绒衣物? 48
20. 如何收藏化纤衣服? 49
21. 如何收藏纯毛织品
和丝绸? 49
22. 如何收藏丝绸衣服? 49
23. 如何保养丝绸衣服? 49
24. 怎样保养真丝衣物? 49
25. 怎样收藏棉衣? 50
26. 怎样收藏纯棉衣物? 50
27. 怎样收藏纯白衣服? 50
28. 怎样保养西服? 50
29. 怎样保养领带? 51
30. 怎样保养内衣? 51
31. 怎样收藏泳装? 51
32. 如何放置樟脑丸
效果好? 51
33. 怎样使皱巴巴的衣服
变得平整? 52
34. 如何保养雨衣? 52
35. 护理皮鞋有什么
技巧? 52
36. 怎样去除皮鞋的
白斑? 53
37. 怎样收藏皮鞋
效果好? 53
38. 怎样防止皮鞋变形? 53

39. 怎样防皮鞋坏死
干裂?..... 53
40. 怎样防皮鞋生霉?..... 53
41. 怎样防皮鞋落灰?..... 53
42. 怎样收藏皮凉鞋?..... 53
43. 泡沫拖鞋怎样保养?..... 54
44. 皮靴如何收藏?..... 54
45. 如何收藏翻毛皮鞋?..... 54
11. 切茄子如何防氧化?..... 59
12. 青椒怎样清洗效果好? ... 60
13. 怎样剥豌豆荚较方便? ... 60
14. 洗豆腐有什么小技巧? ... 60
15. 生姜怎样食用效果好? ... 60
16. “夏天常吃蒜,身体倍儿棒”,但剥蒜皮很费事,怎么办?..... 60
17. 清洗木耳有什么小窍门? 60
18. 泡发木耳有什么小窍门? 60
19. 洗蘑菇有什么窍门? 61
20. 怎样泡发干菜效果好? ... 61
21. 怎样泡发猴头菇效果好? 61
22. 怎样泡黄花菜更好? 61
23. 发笋干有什么小技巧? ... 62
24. 怎样才能将蔬果彻底清洗干净? 62
25. 怎样洗水果效果好?..... 62
26. 如何清洗才能清除瓜果表皮的病菌和农药?..... 62
27. 桃子不太好清洗,有什么技巧可快速去除桃毛?..... 63
28. 剥橙子皮时往往需拿刀切成4瓣,可这样会让橙子的汁损失很多,怎么办?..... 63
- 饮食烹调篇**
- 一、洗切食品** 57
1. 去除蔬菜农药有哪些妙招? 57
2. 买回的蔬菜若储存时间较长,容易流失水分而发蔫,如何使其恢复新鲜? 58
3. 蔬菜生虫了,怎么办?..... 58
4. 去除鲜藕皮有什么好办法? 58
5. 去土豆皮很费事,有什么好办法可快速去皮? 58
6. 剥芋头皮有什么技巧? ... 58
7. 切黄瓜有什么技巧? 59
8. 西红柿如何去皮? 59
9. 切西红柿如何保持果浆不流失? 59
10. 怎样切洋葱不流泪?..... 59

29. 草莓捏不得,揉不得,怎么清洗才能洗干净?..... 63
30. 开水果罐头有什么小窍门?..... 63
31. 洗芝麻有什么小窍门?..... 63
32. 栗子皮较难剥,有什么好办法?..... 64
33. 剥核桃壳有什么好办法?..... 64
34. 莲子是非常好的补品,但要剥下莲子衣是件很麻烦的事,有什么简单的方法?..... 64
35. 榛子好吃且有营养,不过剥皮很费劲,怎么办?..... 64
36. 剥蚕豆皮有何妙招?..... 64
37. 怎样除去大米中的砂粒?..... 65
38. 怎样切蛋糕不粘刀?..... 65
39. 切大面包有什么技巧?..... 65
40. 切黏性食品时容易粘刀,而且切得不好看,怎么办?..... 65
41. 洗鱼有什么小窍门?..... 65
42. 怎样把鱼彻底清洗干净?..... 65
43. 洗鱼如何去除鱼身上的黏液?..... 66
44. 洗鱼块有什么技巧?..... 66
45. 如何将宰杀的活鱼彻底洗干净?..... 66
46. 怎样洗河鱼可去除其泥腥味?..... 67
47. 洗鳙鱼和甲鱼应注意什么?..... 67
48. 洗带鱼有什么小技巧?..... 67
49. 由于墨鱼身体内有大量的墨汁,清除非常困难,有什么好办法?..... 67
50. 洗鳖肉有什么小窍门?..... 67
51. 杀黄鳝有什么小技巧?..... 67
52. 让泥鳅吐泥有何妙招?..... 67
53. 刚从冰箱拿出的冻鱼,若想立刻烹调,怎么化冻?..... 68
54. 去鱼鳞有何妙招?..... 68
55. 去除带鱼鱼鳞有什么技巧?..... 68
56. 咸干鱼非常硬,切起来费劲,怎么办?..... 68
57. 切鱼肉有何妙方?..... 69
58. 切鱼怎样防打滑?..... 69
59. 泡发海米有什么技巧? ... 69

60. 海参的涨发有什么技巧?..... 69	77. 清洗猪肉应掌握哪些技巧?..... 72
61. 怎样令海带迅速变软? ... 69	78. 清洗猪肚有哪些小窍门?..... 73
62. 泡发海螺干有什么技巧?..... 70	79. 猪肠清洗有何技巧?..... 73
63. 泡发鱼翅有什么技巧? ... 70	80. 清洗猪心有何妙法?..... 73
64. 发制鲍鱼有什么技巧? ... 70	81. 清洗猪肝有什么妙招? ... 73
65. 洗墨鱼干、鱿鱼干有什么技巧? 70	82. 清洗猪肺有什么妙招? ... 74
66. 怎样清洗虾仁效果好?..... 70	83. 脏了的猪板油不易洗净, 怎么办?..... 74
67. 洗虾有何技巧?..... 70	84. 怎样去除猪脑血筋?..... 74
68. 如何清洗使对虾保鲜?..... 71	85. 怎样去除猪蹄毛垢?..... 74
69. 去除虾中污物有什么窍门?..... 71	86. 怎样去除猪毛?..... 74
70. 怎样清洗螃蟹可有效去污?..... 71	87. 咸肉如何退盐?..... 74
71. 清洗螺蚌有什么窍门?..... 71	88. 怎样切猪肉效果好?..... 74
72. 清洗贝类有何妙招?..... 71	89. 切猪肝如何保证其营养成分不流失?..... 75
73. 涨发干贝有什么技巧?..... 72	90. 怎样切牛肉效果好?..... 75
74. 怎样轻松清洗海蜇皮?..... 72	91. 切羊肉时应注意什么?..... 75
75. 海蜇泡发有什么小窍门?..... 72	92. 怎样切鸡肉效果好?..... 75
76. 怎样清洗冷冻食物效果好?..... 72	93. 冬季时常吃涮羊肉,可在外面饭店里吃觉得不卫生,能否自己制作羊肉片? 75
	94. 怎样剥葱不辣眼?..... 75
	95. 怎样剥大棒骨更省劲?..... 75
	96. 剁肉时如何才能不粘刀?..... 76

97. 怎样剁肉馅味美?..... 76
98. 宰杀活鸡、活鸭如何轻松拔毛?..... 76
99. 杀鸡有什么小技巧?..... 76
100. 给鸡拔毛时如何防脱皮?..... 76
101. 洗皮蛋有什么技巧? ... 77
102. 切松花蛋如何不粘刀?..... 77
103. 怎样切割小甜面包可保证面包不被压扁变形? ... 77
- 二、去味烹调** 78
1. 炒菜时,若辣椒放多了,怎么办?..... 78
2. 去野菜涩味有什么好方法?..... 78
3. 冻土豆食用时有股异味,如何去除?..... 78
4. 去萝卜涩味有何妙招? ... 78
5. 去干猴头菇苦味有什么小窍门?..... 79
6. 去柿子涩味有什么窍门?..... 79
7. 去米饭糊味有哪些简便的方法?..... 79
8. 在揭锅时,发现馒头中放多了碱,怎么办才好? 80
9. 怎样去除切面的碱味? ... 80
10. 去除干奶酪异味有何妙招?..... 80
11. 怎样去除豆制品豆腥味?..... 80
12. 怎样去除豆汁豆腥味? ... 80
13. 怎样去豆浆的豆腥味? ... 80
14. 去除菜籽油异味有什么窍门?..... 80
15. 怎样去除花生油异味?..... 81
16. 通常炸鱼剩下的油会有腥味,有什么办法去除?..... 81
17. 菜炒咸了,怎么办? 81
18. 汤做咸了,有什么办法减轻咸味?..... 81
19. 酱菜太咸,用什么办法去咸?..... 82
20. 在做菜的时候,醋放多了,怎么办? 82
21. 做汤时放醋放多了,怎么办?..... 82
22. 不加咖啡伴侣或牛奶的咖啡有一种奇特的味道,如何淡化这种味儿? 82
23. 怎样去除芥末辣味?..... 82
24. 开水有油渍味,怎么办?..... 82
25. 去鱼腥味有什么妙招?..... 82