

Shenghuo Yingji

生活新主张

# 生活 应急

特别推荐  
TUIJIAN

## 妙招



生活妙招！招招独到！  
一学就会！一点即通！  
无忧生活！快乐生活！  
来吧！一起做吧！

主编 何跃青

福建科学技术出版社  
FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

特别推荐  
TUIJIAN

生活新主张

Shenghuo Yingji

# 生活 应急

## 妙招



主 编/何跃青  
编写人员/李凤霞 汪本堤  
刘 莉 杨 健  
杨奎意 赵振峰

福建科学技术出版社  
FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

**图书在版编目 (CIP) 数据**

生活应急妙招/何跃青主编. —福州: 福建科学技术出版社, 2008. 4

ISBN 978-7-5335-3118-8

I. 生… II. 何… III. 生活—知识 IV. TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 009745 号

书 名	生活应急妙招
主 编	何跃青
出版发行	福建科学技术出版社 (福州市东水路 76 号, 邮编 350001)
网 址	www.fjstp.com
经 销	各地新华书店
排 版	福建科学技术出版社排版室
印 刷	福州德安彩色印刷有限公司
开 本	700 毫米×1000 毫米 1/16
印 张	14.75
字 数	278 千字
版 次	2008 年 4 月第 1 版
印 次	2008 年 4 月第 1 次印刷
印 数	1—6 000
书 号	ISBN 978-7-5335-3118-8
定 价	18.80 元

书中如有印装质量问题, 可直接向本社调换



## 前 言

在生活中，大家总是会碰到这样那样的问题，于是人们一直都在努力寻找各种方便实用的应对办法，让生活中遇到的困难迎刃而解。

繁重的工作已经给了我们太多的压力，工作之余却还要为林林总总的琐事而烦恼，生活真是不容易。但是有了《生活应急妙招》这本书，您的生活马上就会有很大改变，它从衣食住行等各个方面来帮您解决问题，为您支招，从而提高您的生活质量。

本书包括“食物选购与储存”、“厨房生活小技巧”、“服饰打理清洁妙招”、“服饰鉴别与巧搭配”、“家居环境小妙招”、“美容护理小常识”、“家庭应急自救常识”、“外出旅行应急妙招”、“器物使用维护妙招”、“家庭投资理财妙招”十大部分，收录数千条高招、绝招、巧招、妙招，招招帮您解决生活中的小难题、小烦恼。

本书的内容源于生活，高招、绝招、巧招、妙招，招招实用有效。手边常备此书，可帮助大家省时、省力、省钱、省心。

让我们做一个生活上的有心人，积累越来越多的妙招经验，服务于所有热爱生活的人们！

学会生活应急妙招，让您的生活更美好！

生活  
应急  
妙招



# 目 录

## 第一章 食物选购与储存

### 一、选购/1

#### 1. 肉蛋/1

- 如何识别鸡的老嫩/1
- 怎样避免买到注水鸡鸭/1
- 注水猪肉的识别/2
- 如何避免买到病猪肉/2
- 怎样选购猪肝/2
- 咸肉好坏的区分/3
- 劣质火腿的识别/3
- 劣质香肠的识别/4
- 怎样选购鲜蛋/4

#### 2. 海鲜/5

- 教你买鲜鱼/5
  - 如何选购优质海味干品/5
- #### 3. 水果/6
- 教你买水果/6
  - 探访病人怎样选水果/6
  - 怎样区别池藕和田藕/7

#### 4. 饮品/7

- 教你识别 100%纯果汁 /7
- 怎样判别牛奶是否新鲜/7
- 掺水牛奶的辨别/8
- 怎样判别豆浆的好坏/8

#### 5. 其他/8

- 如何避免买到陈大米/8
- 怎样选购优质蜂蜜/9
- 劣质酱油的识别/9
- 教你选购好茶叶/9
- 怎样识别假冒名酒/10
- 如何避免买到假西洋参/10

### 二、储存/11

#### 1. 米面/11

- 如何避免挂面霉变生虫/11
- 怎样储藏米谷不生虫/11

#### 2. 肉蛋/12

- 夏天鲜肉如何保鲜/12
- 储存火腿妙法/12
- 鲜蛋储存妙法/12

#### 3. 海鲜/12

- 怎样保存海鲜干制品不变质/12
- 鲜虾如何保鲜/13
- 怎样贮藏鲜蟹肉/13

#### 4. 水果/13

- 香蕉保鲜小窍门/13
- 如何长期保存橘子/13
- 苹果如何保鲜/14
- 葡萄怎么存放不会烂/14

生活  
妙招



怎样使荔枝长期保鲜/14

西瓜保鲜小窍门/15

红枣怎样存放/15

#### 5. 蔬菜/15

怎样储存大白菜/15

韭菜和蒜黄的保鲜小窍门/16

冬瓜储存妙法/16

怎样保存鲜蘑菇/16

冬藏莲藕不变色的诀窍/16

贮藏冬笋的技巧/17

怎样存放干豆角/17

怎样存放香菜/17

怎样储存大葱过冬/18

生姜如何保鲜/18

大蒜头如何保鲜/18

储存花生米的窍门/19

#### 6. 饮品/19

牛奶保鲜小窍门/19

怎样储存黄酒/19

怎样存放啤酒不损失营养/19

葡萄酒的选购与储存技巧/20

#### 7. 其他/21

热天时食品容易发霉怎么办/21

如何使豆腐保持鲜美/21

储存奶粉不变质的小窍门/21

如何保鲜猪油/22

如何储存红糖不变硬/22

怎样储存蜂蜜不变质/22

怎样保存食物不损失营养/22

## 第二章 厨房生活小技巧

### 一、煮/23

熬粥不溢锅的小窍门/23

怎样煮奶不溢锅/23

教你煮面不溢锅/23

老鸡老鸭怎么炖更嫩/23

煎鱼不粘锅的小诀窍/24

怎样烧牛肉容易烂/24

炒茄子如何不变黑/24

怎样炒蔬菜不易出水/25

煮速冻饺子不粘连的小诀窍/25

怎样烹调藕片不易变色/25

米饭夹生了怎么办/26

米饭烧焦了怎么办/26

调味过量巧补救/26

番茄汤很酸怎么办/26

破壳蛋怎么煮/26

怎样预防油温过高/27

### 二、洗/27

巧洗鲜墨斗鱼/27

吃完海鲜手上有腥味怎么去掉/27

洗鱼时不小心弄破鱼胆怎么办/27

怎样去除果蔬中的残留农药/28

怎样洗去桃毛/28

切辣椒烧手怎么办/29



- 巧除油污的妙招/29
- 巧除菜板细菌的妙招/30

### 三、切/30

- 剁肉馅粘刀怎么办/30
- 教你切洋葱不刺眼/31
- 怎样巧切鱼片/31

### 四、加工/31

- 除猪腰子腥臊的小窍门/31
- 除羊肉膻味的小窍门/32
- 巧妙处理冷冻羊肉/32
- 咸肉太咸怎么办/33
- 买的肉太老怎么办/33
- 怎样让咸鱼返鲜/33
- 怎样快速刮鱼鳞/34
- 炸鱼的油怎样去腥味/34
- 蔬果去皮小妙招/34
- 菜蔫了怎么办/35

- 怎样去除苦瓜的苦味/35
- 买的柿子太涩怎么办/35
- 买到青水果怎么办/35
- 买到“半熟”西瓜怎么办/35
- 怎样吃到鲜豆芽/36
- 轻松分离蛋清蛋黄/36
- 怎样和面不粘盆/36
- 面包变硬了怎么办/37
- 冷天怎样发面/37

### 五、其他/37

- 如何辨别变质食用油/37
- 学会识别剩油做的水煮鱼/38
- 在厨房里皮肤不慎擦伤怎么办/38
- 巧用隔夜残茶/38
- 用蜂窝煤生火的技巧/39
- 塞子掉入瓶中怎么取/39
- 切菜板干燥易裂怎么办/40

## 第三章 服饰打理清洁妙招

### 一、清洗/41

- 毛料服装如何干洗/41
- 毛料服装如何湿洗/41
- 怎样洗毛衣不变形/42
- 丝绸衣物洗涤小窍门/42
- 腈纶衣物洗涤小窍门/42
- 羽绒服洗涤小窍门/43
- 绒衣裤怎么洗不变硬/43
- 白球鞋怎么洗才会白/43
- 洗衣如何防止掉色/44

### 二、去渍/44

- 怎样去除西装上的亮痕/44
- 怎样去除衣物上的顽渍/44
- 怎样去除衣物上的口红和粉底印/46
- 白色衣服变黄了怎么办/47
- 衣服不小心熨黄了怎么办/47
- 口香糖粘到衣服上怎么办/47
- 衬衣污迹巧除法/48
- 花色衣服褪色怎么办/48

生活  
妙招



衣服混洗被染色怎么办/49

毛毯弄脏了怎么洗/49

人造革外衣被污如何清洗/49

呢制服装的灰尘如何除/49

羊毛织物被色渍污染如何除  
/49

丝绸衣物染了色渍怎样除/50

呕吐污迹怎样去除/50

胶类及胶性色素渍的去除方法  
/50

### 三、整形/51

西装皱了怎么办/51

衣服起球怎么除/52

皮夹克穿旧了怎么办/52

皮衣“走硝”的处理妙招/52

皮革服装弄湿了怎么办/52

长毛绒衣料的毛绒倒伏了怎么  
办/53

穿过的裘皮服装怎样清理/53

修复白皮鞋的窍门/53

### 四、去味/53

衣物有了樟脑味怎么办/53

衣物上的霉味如何除/54

衣服和鞋子有了臭味如何去除  
/54

### 五、其他/54

内衣保养的小窍门/54

皮鞋怎样防水/55

如何防止羊绒衣服被虫咬/56

皮包容易干裂怎么办/56

黄金首饰变白的处理方法/56

## 第四章 服饰鉴别与巧搭配

### 一、鉴别/57

#### 1. 衣物/57

如何鉴别真假毛皮制品/57

动物皮革制品巧鉴别/57

西装质量鉴别小窍门/58

如何挑选羽绒服/58

皮鞋质量鉴定诀窍/59

#### 2. 饰物/59

钻石真假鉴别/59

翡翠真假鉴别/60

珍珠真假鉴别/60

水晶真假鉴别/60

玉器真假鉴别/61

黄金纯度鉴别/61

### 二、选购/62

#### 1. 衣物/62

教你挑选高档男西装/62

怎样为不同体型选配牛仔裤  
/62

给宝宝买衣服的小经验/63

怎样选购羊毛内衣/64

保暖内衣的选购窍门/64

怎样选购优质汗衫和背心/65

选购睡衣的技巧/65





选购羊绒制品的妙招/66  
怎样选购皮衣/66  
教你选购正装衬衫/66  
休闲衬衫的选购技巧/67

#### 2. 饰物/67

怎样选购美靴/67  
怎样选购钻饰/68

### 三、搭配/69

#### 1. 衣物/69

体型与服装的搭配/69  
特殊体型怎样选购衣服/70  
胖人怎样选配衣服/71  
矮人显高的穿衣窍门/71  
脸型有缺陷的人怎样搭配衣领/72  
胸部不完美者怎样选配服饰/72  
小腹凸出者怎样选配服饰/73  
怎么为不同的肤色选配衣服/73

女士如何选配西服/74  
男人如何搭配服装/75  
中老年人应如何选衣服/75  
孕妇怎样选衣服/76  
选购童装的窍门/77  
秋冬季如何搭配服装/77  
冬季如何选裙子面料/78  
寒日里裙子的搭配/78  
临时赴约如何挑选连衣裙/80  
男式西服的色彩搭配技巧/80

#### 2. 饰物/81

领带与衣服的搭配技巧/81  
包与服饰的搭配妙招/81  
鞋与服装的搭配原则/82  
腿部不足的人怎样选择长筒袜/82  
凉鞋与袜子的巧搭配/83  
腰部饰品与服饰的搭配窍门/83  
耳饰的造型与脸型搭配/84

## 第五章 家居环境小妙招

### 一、去异味/85

居室有异味怎么办/85  
怎样去除厨房异味/85  
烟灰缸去异味小窍门/86  
如何去除卫生间异味/86  
碗橱如何去异味/87  
巧除水槽中的异味/87  
塑料容器如何去异味/87  
巧除水壶异味/88

新家具有油漆味怎么办/88  
如何去除电冰箱异味/88  
怎样为微波炉去除异味/89  
炒菜锅如何去异味/89  
垃圾去除恶臭的妙招/89  
花肥的异味如何去/90

### 二、除污渍/90

如何清除水壶的水垢/90  
暖水瓶的水垢如何清除/90



饮水机的水垢如何清除/91  
 电热水瓶的清洗技巧/91  
 如何清除茶壶面的污渍/91  
 巧洗窄口玻璃瓶/91  
 如何去除不锈钢锅的污垢/92  
 餐具如何除锈/92  
 新买的铁锅如何除锈/92  
 铁锅发霉了如何清洗/92  
 锅具烧焦了如何清洗/92  
 旧铝锅的黑垢如何清除/93  
 如何巧擦油锅和锅盖/93  
 菜刀如何除锈/94  
 怎样清洗煤气灶/94  
 不锈钢水池如何清洗/94  
 去除厨房瓷砖黑垢的窍门/95  
 厨房的油渍怎么除/95  
 卫生间瓷盆巧除锈/96  
 玻璃不干净了怎么擦/96  
 玻璃上的油漆怎么去除/97  
 玻璃茶杯用久了怎么洗/97  
 布艺沙发如何清洗/97  
 丝绒窗帘如何清洗/98  
 窗户纱帘如何清洗/98  
 墙壁上的蜡笔迹怎么清洗/98

墙上的镜框痕迹怎样去除/99  
 书本上的污迹怎么去除/99  
 家具上的水印、烫痕如何去除/99  
 银质刀叉的清洗妙招/99

### 三、驱虫蚊/100

夏天驱蚊妙法/100  
 巧驱苍蝇/100  
 巧除宠物身上的跳蚤/101  
 厨房里有虫子怎么办/101  
 将蟑螂拒之门外的有效措施/101  
 怎样防止蚂蚁进入碗橱/102  
 花卉生虫怎么处理/102  
 花卉的蛀心虫怎么除/102  
 花卉有了介壳虫怎样除/103

### 四、其他/103

瓶插花易谢怎么办/103  
 盆花受冻后怎么复苏/104  
 室内垃圾筒如何美化/104  
 下水道堵塞了怎么办/104

## 第六章 美容护理小常识

### 一、美容/105

化妆小窍门/105  
 怎样鉴别化妆品是否变质/106  
 过敏性皮肤怎样买化妆品/106  
 化妆时没有腮红了怎么办/106

赶走脸上雀斑的小妙招/106  
 快速消除黑眼圈/106  
 怎样用粉底掩盖皱纹/107  
 眼角有皱纹怎么办/107  
 脸上有斑痕怎么办/107  
 眼距不协调怎样做眼部化妆



/108  
长了凹凸眼怎么办/108  
圆眼睛怎样化妆/109  
长了一双小眼怎么办/109  
厚眼皮怎样化妆/110  
怎样使用假睫毛/110  
画好眼线的窍门/111  
怎样根据眼睛形状使用睫毛膏/112  
眉毛有缺陷的修饰技巧/112  
怎样令牙齿变得洁白如玉/113  
不同唇形的修饰方法/114  
怎样使双唇显得可爱/115  
新长出的头发与染发颜色不一样怎么办/115  
化妆弥补脸型缺陷/115  
长方脸应怎样选择发型/116  
方形脸应怎样选择发型/116  
三角脸应怎样选择发型/116  
倒三角脸应怎样选择发型/116

## 二、护理/117

怎样去除头屑/117  
头发看起来比较暗淡怎么办/117  
头皮发痒怎么办/117  
怎样去除鼻子上的黑头/117

怎样去除皮肤上的指甲油/118  
脸上长了丘疹怎么办/118  
嘴上的口红爱掉色怎么办/118  
晒过的皮肤出现红斑点怎么消除/118  
解决毛孔粗大的窍门/118  
足部肌肤的护理方法/119  
眼睛浮肿巧掩饰/120  
消除眼浮肿/120  
怎样清除粉刺/121  
挤痘痘留下印痕怎么办/121  
干性皮肤怎样护理/122  
油性皮肤怎么护理/122  
混合性皮肤怎么护理/122  
得了脚气怎么办/123

## 三、保养/123

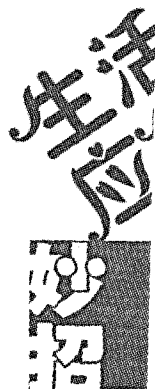
13 妙招应急美丽尴尬时刻/123  
怎样让乳房更坚挺/125  
皮肤老化怎么办/125  
臀部下垂怎么办/126  
头发毛糙怎么办/126  
头发干涩怎么办/126  
手脱皮怎么办/127  
手比较粗糙怎么办/127  
肩部肌肤的保养/127  
使皮肤润滑洁白的妙法/128

## 第七章 家庭应急自救常识

### 一、病痛自救/129

如何止嗝/129

流鼻血不止怎么办/129  
误吞异物怎么处理/130  
咬断体温表怎么处理/130





异物进入鼻孔怎么办/130  
异物进入耳朵怎么办/130  
异物进入眼睛怎么处理/131  
鱼刺卡喉咙怎么处理/131  
洗澡时突然晕倒急救法/132  
老人倒地的急救/132  
眼外伤的急救方法/133  
身上着火了怎么办/133  
手部外伤急救法/134  
人体触电怎么办/134  
丧失意识后如何急救/135  
抽筋的急救方法/135  
窒息后的急救处理/135  
休克后的急救处理/135  
心跳骤停怎么办/136  
吃食物堵塞了怎么办/136  
冻伤急救法/137  
突然分娩急救法/137  
出现妊娠呕吐怎么办/137  
出现先兆流产的症状怎么办/138  
高血压的应急治疗方法/138  
自发性气胸急救方法/139  
癔病发作急救/139  
哮喘发作的急救/140  
心绞痛的自我急救/141  
心力衰竭急救/141  
急性腹泻的处理/141  
脑卒中的家庭急救法/142  
阵发性室性心动过速的家庭急救/142

## 二、中毒急救/143

食物中毒的急救方法/143

煤气中毒的急救方法/144  
误饮洗涤剂怎么应急处理/144

## 三、创伤处理/145

脚踩铁钉怎么处理/145  
皮肤皴裂怎么办/145  
被狗咬伤的急救对策/145  
多种原因造成的出血止血法/146  
指甲受伤急救法/146  
咽喉烫烧伤的紧急处理/147

## 四、常见护理/147

小儿发热的家庭处理/147  
“闪腰”怎么办/148  
消除牙痛妙方/149  
得了偏头痛怎么办/150  
扭伤怎么办/151  
应对感冒小妙招/151  
睡觉落枕怎么办/151  
关节扭伤怎么处理/152  
便秘紧急疗法/153  
失眠怎么办/153  
心理紧张怎么办/153  
眼疲劳的舒缓小窍门/154  
口干舌燥怎么办/154  
孩子上火怎么办/155  
痴呆老人怎样护理/155  
简易治疗伤食妙法/156  
出现耳鸣怎么办/156



## 第八章 外出旅行应急妙招

### 一、旅途中病痛自理/158

旅途中疾病的应急处理方法/158

旅途中容颜受到损害的应急处理/159

旅游中怎样防治花粉过敏/160

怎样防止晕车晕船/160

旅途如何防“上火”/160

旅游失眠怎么办/161

怎样防止水土不服/161

大量流汗后怎样补充水分/161

巧对搭飞机常见的小毛病/162

旅游高山反应的应急处理/162

### 二、旅途中创伤处理/163

在野外发生意外怎么求救/163

旅游遇到意外事故的应急处理/163

脚磨出水泡后的处理办法/164

旅途中应对鸡眼窍门/164

旅游途中嵌趾甲如何止疼/164

外出被虫叮咬怎么办/165

被蚊子咬后如何止痒/165

被蛇等有毒物种咬伤后的急救对策/166

### 三、旅途中行车应急/167

野外迷向怎么办/167

外出旅游应急修车小窍门/167

行车正面撞击时的应急处理/168

汽车着火时该怎么办/168

汽车落入水中的应急处理/169

刹车失灵时如何应急/169

汽车打滑时的应急处理/169

挡风玻璃碎了怎么办/170

轮胎突然破裂时的应急处理/170

转向突然失灵时的处理技巧/170

汛期出现突发状况的应急处理/170

蓄电池损坏的应急处理/171

喇叭不响的应急处理/171

汽油泵故障的急救技巧/172

分泵漏油的急救技巧/172

油箱损坏的急救技巧/172

柴油车低压油路漏气急救技巧/173

冷却系故障的急救技巧/173

润滑系故障的急救技巧/174

汽缸垫烧坏的应急处理/174

离合器故障的急救技巧/175

自动挡中途熄火怎么办/175

制动管路破裂的急救技巧/176

火花塞损坏的急救技巧/176

分电器损坏的急救技巧/176

点火线圈损坏的急救技巧/177

发电机电压调节器损坏急救技



巧/178

启动继电器损坏急救技巧/178

火花塞故障的急救技巧/178

断电器故障的急救技巧/179

电容器故障的急救技巧/179

点火线圈故障的急救技巧/179

导线断路急救技巧/180

调压器击穿急救技巧/180

## 第九章 器物使用维护妙招

### 一、家具/181

怎样延长竹木家具的寿命/181

怎样延长皮箱的使用寿命/181

凉席的使用和保养秘诀/182

怎样去除藤制家具的灰尘/182

冬季干燥地板容易干裂怎么办/183

地毯爱生虫怎么办/183

抽屉的修缮常识/184

柜门的修缮常识/184

房门损坏的修理技巧/185

### 二、电器/185

空气净化器的清洗技巧/185

电视机的清洗技巧/186

电熨斗的清洗技巧/186

电饭锅的清洗技巧/187

电冰箱的清洗技巧/187

电冰箱积水过多怎么办/187

微波炉的清洗技巧/188

电冰箱停用时应如何处理/188

减少冰箱结霜有妙法/189

减小冰箱噪声/189

家电之间的干扰过大怎么办/189

延长洗衣机使用寿命的技巧/190

### 三、电脑/190

怎样防止电脑辐射/190

笔记本电脑进水后的应急处理/191

怎样延长笔记本电脑的电池寿命/191

怎样延长硬盘的寿命/192

怎样收放光盘/192

打印机墨盒不出墨怎么办/193

### 四、手机/193

手机电池使用小妙招/193

如何让手机电池起死回生/193

巧除手机屏幕刮痕/194

减轻手机电磁辐射危急妙法/194

### 五、汽车/194

汽车养护巧用生活用品/194

怎样去除新车异味/195

### 六、手表/195

手表进水后的应急处理/195



手表被磁化怎么办/196

## 七、其他/196

新买的砂锅漏水怎么办/196

陶器摔坏了怎么办/196

瓷器不小心打破了怎么办/196

搪瓷制品受损后怎么办/196

修补塑料制品法/197

眼镜修补二法则/197

水龙头的保养方法/197

日光灯的助动窍门/198

废旧雨伞巧利用/198

## 第十章 家庭理财妙招

### 一、省钱高招/200

多利息存款的技巧/200

逛街砍价的窍门/200

装修省钱妙招/201

如何安排家庭开支/202

生活中省钱的窍门/203

提前支取存款避免利息损失高招/203

贷款省息的妙招/204

家庭购车的技巧/206

“月光女神”的省钱妙招/207

### 二、理财高招/208

新婚家庭理财妙招/208

上班族怎样理财/209

高薪收入家庭的理财妙招/210

低收入家庭理财妙招/211

单身青年理财妙招/211

面对通货膨胀应该如何理财/212

单亲家庭如何理财/214

人生各阶段理财技法/215

如何免税理财/216

外币怎样理财/217

投资基金应该怎样进行操作/218

### 三、投保高招/219

人生各阶段险种选择技巧/219

人寿保险投保方法/219

家庭财产投保方法/219

保险代理人挑选标准/220

生活  
妙招



# 第一章 食物选购与储存

民以食为天，吃是人类最基本的生理需求，如何吃出营养、获得健康是人类最为关心的。为了使大家吃出品位、吃出健康，这里将介绍各种食物的选购与储存方面的一些知识和技巧。

## 一、选购

### 1. 肉蛋

#### ✿如何识别鸡的老嫩

在超市或市场买鸡时，应该首先观察鸡的爪子，以辨别鸡的老嫩。

老鸡的爪尖磨损得光秃，脚掌皮厚，而且僵硬；脚腕间凸出物较长。嫩鸡爪尖磨损不大，脚掌皮薄而无僵硬现象，脚腕间的凸出物也较小，尤其是小鸡，腕间凸出物几乎没有，仔细看时，仅有一圆形小点。老鸡的毛孔大，肉色比嫩鸡要深。

#### ✿怎样避免买到注水鸡鸭

怎样才能识别注水鸡鸭呢？现在我们就教您六种识别注水鸡鸭的方法。

(1) 拍肉。注水的鸡鸭肉特别有弹性，你如果一拍的话，就会有“砰砰”的声音。

(2) 看翅膀。扳起鸡鸭的翅膀仔细查看，如果发现上边有红针点或乌黑色，那就证明已经注了水。

(3) 捏皮层。用手指捏一捏鸡鸭的皮层，明显地感到有打滑的现象，一定是注过水的鸡鸭。

(4) 抠胸腔。有的人将水用注水器打入鸡鸭胸腔内膜和网状内膜内。



只要用手指在上面轻轻地一抠，注过水的鸡鸭肉，网膜一破，水就会流淌出来。

(5) 用手摸。如果没有注过水的鸡鸭，皮层摸起来比较平滑。如果皮下注过水的鸡鸭，皮层高低不平，摸起来像长有肿块。

(6) 拿纸试。拿一张干燥易燃的薄纸贴在已去毛的鸡鸭背上，稍加压力片刻，然后取下来燃烧，如果燃烧，说明没有注过水。如果没有燃烧，则说明是注水的鸡鸭。

### ✿注水猪肉的识别

市场上有些商贩，为了获得暴利而卖给顾客注水猪肉，我们该怎样辨别注水肉呢？

取普通软纸1片，紧贴于瘦肉部分，1分钟后揭下，因正常肉内不含游离水，故软纸不湿，只沾油腻，易揭不易烂；而注水肉中含游离水，纸片很快变湿，容易揭烂。

另外还可以用手摸瘦肉，正常猪肉应有黏手的感觉，这是因为猪肉的体液有一定的黏性。注水猪肉由于冲淡了体液，所以没有黏性。而且正常猪肉外表干燥，瘦肉组织紧密，颜色略微发黑。而注水猪肉则表面看上去水淋淋的发亮，瘦肉组织松弛，颜色也较淡。

### ✿如何避免买到病猪肉

误吃病猪肉不说没有什么营养价值，还有可能给健康造成隐患，因此在买猪肉时一定要掌握方法，以免上当买到病死猪肉。

(1) 在买猪肉时，拔一根或数根猪毛，仔细辨认毛根的颜色，如果毛根白净，则不是病猪肉；毛根发红则为病猪肉。

(2) 一般健康猪的肉皮色白，脂肪呈白色；而病死猪肉皮肤表面常有许多出血点或暗红色血斑，剥皮猪肉的表面常渗出血液形成血珠。

(3) 切开后，健康猪肉有弹性，有光泽，颜色一般为粉红色，没有液体浸出或流出；而病死猪切面没有弹性，摸上去发黏发软，颜色紫红，有积血或液体流出，有腥臭味。

另外，健康猪的血管一般不留残血，而病猪肉的血管中多充满大量黑色血液。

### ✿怎样选购猪肝

猪肝营养丰富，味道颇佳，很受欢迎。猪肝有粉肝、面肝、麻肝、石肝、病死猪肝、灌水猪肝之分。前两种为上乘，中间两种次之，后两种是

