

吃 穿 用

窍门荟萃

宋 春 燕 编 著



吃穿用窍门荟萃

宋春燕 编著

宽甸满族自治县图书馆

一九九四年夏

致 读 者

人类社会发展史，首先是一部人类生活发展史。做为人类生活的基本特质，无疑是由这三个意义构成：吃、穿、用。

环顾我们的周围，五光十色的吃、穿、用方式异态纷呈。在现今这个高节奏的时代，我们如何才能抛掉那些繁冗的家庭操作烦恼，而变得轻松愉快？如何才能避开那属于生活常识上的误区，而变得完美裕如？如何才能减少那些不必要的时间消耗，而变得出奇制胜？——还有，你从此赢得了亲人的赞叹，朋友的惊羨？

《吃穿用窍门荟萃》就是告给你这一切的一本书。作者作为一名图书馆工作人员，从近几年几百种上千份数量的报刊中精选辑成这些条目，溶传统经验和现代知识为一体，短小精悍，高效实用，不啻为日常生活中的良师益友。

当你在吃穿用生活劳作中遭遇烦恼和尴尬时，你能运用所掌握的知识将它们一一突破和化解，那时候，你会发现生活原本是多么美好。

于晓威

1994.6.10

目

吃

●面

发面小窍门	1
快速发面法	1
看面团知发酵程度	1
酵面的使碱	1
面未发好急蒸的处理	2
煮饺不粘连	2

●米

夹生饭变熟法	2
去串烟饭味	2
熬米粥防溢	2
热水瓶煮稀饭	2
粮食防虫法	2
陈米变新米	3

●肉

杀猪去毛新法	3
--------	---

录

巧拔猪头、猪蹄毛	3
除肉沾污物	3
去内脏异味	3
切肉的学问	4
羊肉去膻法	4
牛肉鲜嫩吃法	4
肉类快速催烂法	5
怎样炖肉才香	5
使猪肉皮上色	5
要使排骨味更鲜	5
炸猪排怎样不缩	5
炸肉丸子防止炸锅	5
巧煮骨头汤	6
巧吃猪肚	6
巧拌饺馅	6
火腿、香肠保鲜法	6
夏天肉类保鲜法	6
生肉忌大块冷藏	7

肉类解冻

7

●禽鱼蛋

巧褪家禽毛	7
快速炖鸡法	8
蒸鸡蛋糕不沾碗	8
煮鸡蛋如何不护皮	8
省油煎蛋法	8
快速剥蛋壳	8
水晶蛋制法	8
腌蛋多出油法	9
鲜蛋保存法	9
鱼鳞刮除法	9
除河、塘、沟、湖鱼土腥味	10
除鲤鱼土腥味	10
鱼胆汁洗除法	10
防鱼粘锅	10
怎样使鱼味鲜美	10
延长活鱼时间	10
鲜鱼保鲜法	11
怎样挑选新螃蟹	11
怎样使海蜇出数变脆	11
巧洗螺蚌	11

●蔬菜

盐水洗菜去虫	12
蔫青菜变绿法	12
鲜汤的做法	12
料酒烧菜味道好	12
腌菜脆嫩法	12
腌菜去白膜	12
炒青椒脆嫩爽口	12
红辣椒晒干窍门	13
青椒保鲜法	13
韭菜防腐法	13
油菜如何吃香	13
煮粉丝的技巧	13
豆腐保鲜法	13
炸花生米窍门	14
怎样贮藏花生米	14
香菇洗除砂粒法	14
巧洗木耳	14
海带食用三法	14
西瓜保鲜法	15
巧除芋头粘性	15
巧剥蒜皮	15
巧剥栗子皮	15
巧开核桃壳	15
巧解白糖硬块	15

●食用油、酱油、醋

炼猪油三法	16
猪油长期保鲜法	16
浑浊油变清法	16

炸鱼油腥味的除法	16
防植物油变质	17
酱油、食醋防腐除霉法	17
香醋制作法	17

穿

●衣物

衣物40种污渍去除法	18
防止洗衣掉色	21
怎样洗高档衣服不会磨损	21
怎样洗涤羊毛织品	21
衬衫保洁法	22
衬衫保白法	22
西装污垢的应急处理	22
呢子服除尘法	22
毛料衣服水洗法	22
毛料衣服干洗法	23
怎样洗涤羽绒服	23
巧补羽绒服	24
马海毛褥毡复原法	24
衣服熨焦了怎么办	24
领带巧熨法	24

怎样除去呢料衣服亮光	25
收藏衣服放细辛防虫	25
皮革服装的护养	25
怎样洗涤人造毛皮大衣	25
巧补皮夹克	26
洗皮袄新法	26
皮袄变软法	27
裘衣硬块柔和法	27
怎样收藏裘皮衣	27
皮革制品去污窍门	28
仿鹿皮夹克去污法	29

●鞋

怎样使新皮鞋不磨脚	29
白皮鞋去污法	29
皮鞋光亮法	29
怎样保养皮鞋	30

彩皮鞋去污法	30
怎样洗刷翻毛皮鞋	30
刷白鞋有新法	30

用

●锅

新铁锅使用窍门	32
不沾锅的保养	32
怎样避免铝锅内壁变黑	33
炒菜锅除垢法	33
铝锅除焦法	33
铝锅去污法	33
巧补铝锅	34
除铁锅腥味	34
巧补生铁锅	35
油锅着火怎么办	35
怎样使用砂锅	35
压力锅的妙用	35
延长压力锅胶圈的妙招	36
压力锅密封胶圈再生法	36
电饭锅省电法	37
电饭煲烤鸡蛋糕	37
电饭锅热效率降低的原因及排除	37

除鞋内潮气法	31
除鞋内臭味法	31

铜火锅除锈法	38
--------	----

●菜刀、菜板

快速磨刀法	38
菜刀防锈法	38
刀、勺柄的松动处理	39
菜板防裂法	39
塑料菜板用久变弯怎么办	39
菜刀、菜板去腥味	39

●木、竹、皮革、塑料、

橡胶制品

木制家具擦洗法	40
木制品防蛀虫	40
木制器具修补法	40
巧除家具旧漆	41
竹、藤制品去污法	41
皮革家具去污法	41
塑料制品去污法	42

塑料制品修补法	42
橡胶制品的修补	44

●搪瓷、陶瓷、玻璃制品

搪瓷制品的清洗	44
搪瓷制品修补法	44
陶瓷制品的使用与修补	45
怎样清洗茶具	45
玻璃器具去污法	45
怎样粘合玻璃器具	46
巧补玻璃窗洞	46
涂蜡液防玻璃镜生花	46

●电冰箱

使用电冰箱小窍门	46
电冰箱的新功能	47
电冰箱脏了怎么办	47
电冰箱减少冰霜小窍门	48
巧除电冰箱异味	48
巧扩单门电冰箱冷冻室	48
冰箱停电保鲜法	49
冰箱冬季停用巧保护	49

●电视机

电视机的使用与维修	50
电视机日常保健三诀	51

电视机驱尘法	52
电视机天线打滑怎么办	53
彩色电视机被磁化怎么办	53
如何使用彩电遥控器	53

●电风扇、电吹风

电风扇转动时响声异常怎 么办	54
电风扇通电后不能启动的 原因	54
遥控电风扇摇头失灵怎么 办	55
家用电吹风常用故障排除	55

●录音机、录像机、激光唱片

录音机磁头的维修及更换	56
录音机磁头磨损后的处理	57
巧用暂停键提高录音效果	57
除录音磁带皱折	57
磁带用完要取出	57
录像机结露怎么办	57
变形激光唱片的修复	58

●抽油烟机、吸尘器

抽油烟机的安装与保养	58
清洗排油烟机有办法	59

正确使用吸尘器 59

●电熨斗、电话

自动调温型电熨斗故障处

理 60

电熨斗除锈 61

如何使用电话机的米键和

键 61

其

它

羽绒被的使用常识 62

怎样洗涤丝绸被面 62

怎样清洗纯毛毯 63

如何清洗电热毯 63

蚊帐去污法 63

纱窗去污法 63

毛巾清洗法 64

防止尼龙丝袜裂丝蔓延有

法 64

地毯除尘法 64

巧除壶垢 65

不锈钢餐具、炊具的使用 66

钢精器的清洗 66

银器具的清洗 66

怎样保护电镀家具 66

怎样修补铁桶 67

塑料地板块修补法 67

地板洁净法 67

水泥地面洁净法 68

瓷砖墙壁去污 68

墙体变色如何涂 68

粉墙刷子洁净法 68

墙壁纸怎样糊得牢 68

牙膏贴画法 68

钉子固定法 68

新房油漆味消除法 68

油漆刷子干了怎么办 69

油漆久存防干法 69

如何防止炕面返潮 69

农家灶面除垢有妙法 69

清除烟囱妙法 70

煤气灶小故障的修理 70

使用微波炉的禁忌 70

巧测微波炉是否泄漏 71

延长热水器使用寿命	71	日光灯启动器应急处理	75
抽水马桶节水有新招	71	怎样延长日光灯使用寿命	75
巧除烟味	72	怎样延长拉线开关的寿命	75
妙招驱蚊	72	怎样延长蜡烛使用时间	75
驱蝇绝招	72	受潮火柴快速变干法	75
驱蚊窍门	72	自行车慢煞气的处理	76
蜂窝煤炉芯裂缝修补法	72	自行车中轴巧加油	76
表内水气消除法	73	打气筒的修理	76
手表消磁法	73	晴雨伞的修理	76
清洗挂钟油泥	73	钮扣光泽复原法	77
电动剃须刀夹须怎么办	73	拉锁坏了怎么办	77
电动剃须刀刃不快怎么办	73	防止照片粘在玻璃上	77
电池烂在电筒里怎么办	73	使用粘胶影集的窍门	78
手电筒失灵怎么办	74	傻瓜像机闪光灯的应用	78
自制简易门磁吸	74	存放照像机要注意防磁	78
巧打锈锁	74	邮票处理	79
巧开断钥匙锁	74	电子表圆珠笔漏油的处理	79
白膏像去灰尘法	74	圆珠笔芯不下油怎么办	79
断裂膏像粘补法	74	防书画霉变	80
断电炉丝复原	75	防书籍霉斑	80
镇流器杂音消除法	75		



面

发面小窍门：在发面时，可加入少量食盐，这样发出的面气泡多，蒸出各类主食松软可口。

快速发面法：将500克面粉用50克醋，350克温水和好，放置10分钟，再用5克小苏打或面碱揣揉一直揉到没有酸味为止。用此法发面，蒸出馒头又大又白，省时。

看面团知发酵程度：1、未发酵，手按不软有硬性，被压面周围不向凹处崩陷，也不能恢复原状，需继续发酵。2、发酵过大，面团增大，酸气很重，手按无筋力，像糖稀，应加一点生面，醒一会再使碱。3、发酵适度，手一按面鼓起来，表面光滑柔软，用刀一切出现蜂窝小孔，闻有酒香味，发酵正好，可使碱。

酵面的使碱：1、碱不足，闻有酸味，揉面松软没劲，手拍发出扑扑的虚声，刀切割面孔洞大小不均，色灰暗，应继续加碱。2、碱过多，闻有酸味，揉面结实有力，手拍发出叭叭声，刀切割面蜂窝小而长，色黄，可少加一点醋或停一会碱走再蒸。3、碱适度，闻无酸碱味，揉面富有弹性，手拍发出膨膨声，刀切有均匀的蜂窝小洞，色白有香味，可入锅蒸。

面未发好急蒸的处理：尚未发好的面粉又急于要蒸馒头时，可在蒸锅中间放一小杯白酒，蒸出的馒头同样香软可口。

煮饺不粘连：1、煮水饺，水未烧开前在锅里放大葱块或一匙盐，水开后再下饺子，饺子不粘连。2、饺子煮熟出锅时，先在温水浸一下，就不会互相粘连了。

米

夹生饭变熟法：如果煮出来的饭半生不熟，可用筷子将锅中的饭戳出一个一个小洞，再往洞穴中注入几滴酒，就可使饭变熟了。

去串烟饭味：1、饭串烟有糊味，用一小块木炭烧红，盛在碗里，盖好锅盖，10分钟后揭开锅盖，炭碗取出，糊味消失。2、将一根二寸长的葱插入饭里，盖上锅过10分钟糊味也会消除。3、发现糊味赶紧停火在米饭上放一块面包皮，盖上锅过5分钟，糊味消除。

熬米粥防溢：熬大米粥、小米粥、玉米粥等，往往愿噎锅，使米粒溢出来。如在熬粥的同时加5—6滴动物油或植物油，就可避免米粥溢出锅了。

热水瓶煮稀饭：把米淘洗好，放在热水瓶里，米约为热水瓶容量的四分之一，倒进滚开水，水离瓶口约3—4寸即可，盖好盖焖四小时可熟透。

粮食防虫法：把花椒或大料（八角茴香）用纱布包好，分放在米的上、中、下层，扎紧袋口，可防生虫。2、粮食

内放几瓣大蒜头，也防虫。3、将海带和大米按重量1:100的比例混合装，一周后取出海带晒干再放进米中，可使大米干燥不霉变，并能杀虫。

陈米变新米：把陈米洗净，放入清水中，浸泡2小时，再放锅中加适量热水，放一汤匙猪油或植物油，用勺搅几下，大火煮开转小火焖半小时，煮出的饭和新米饭一样。

肉

杀猪去毛新法：生猪宰杀后，先用冷水将猪淋湿，再用洗衣粉撒在猪身上，用手擦匀，然后把热水泼在上面，这时用刀刮毛，不但省力，工效高，而且脱毛干净。

巧拔猪头、猪蹄毛：将洗净的猪蹄在沸水中煮一下，再放入清水中，用指甲钳拔毛，这样拔毛又快又好又干净，比用其它工具快好几倍。2、猪头上的毛很难拔掉，可以用废塑料或松香、柏油溶解后倒在有毛的地方，待冷却后剥去，毛就被粘掉了。

除肉沾污物：鲜猪肉沾上污物，用淘米水浸几分钟后易洗去。

去内脏异味：1、将猪肠放在淡盐醋混合溶液中浸泡片刻，摘去脏物，再放入淘米水中泡一会，然后在清水中轻轻搓洗两遍即可洗净，若在淘米水中放几块桔皮，异味更易除去。2、把猪肠、猪肚翻过来，撒上面粉（白面、玉米面均可）停10分钟后用双手将肠、肚揉搓一遍，再用清水冲洗，这样，粘在肠或肚内的脏东西就会全部除掉。3、猪肝用水将

血洗净，然后剥去薄皮，放进盘中，加入牛奶浸泡之后，臭味即可消失。4、猪肉、猪肠上沾的脏物，用淘米水洗比用明矾、食用盐等清洗效果更好。5、用醋精在猪肚上滴上数滴，然后用手抓搓分把钟，猪肚即洁白清爽。这种快速去污除臭胜过其它常用的方法。也适用于狗肚、牛肚、牛肠、猪肠等。

切肉的学问：猪肉质地软嫩，要顺着纤维纹路稍斜下刀，即斜切猪。鸡肉质地与猪肉相似，顺着纤维纹路下刀为宜，即竖切鸡。牛羊肉质地较粗老，应横着纤维纹路下刀，即横切牛。否则烹炒不易烂。

羊肉去膻法：1、将切好的羊肉同白萝卜或胡萝卜同在开水中氽一下，捞出后去掉萝卜，再进行烹调，其膻味即自行消除。2、烧羊肉时，放点桔皮、杏仁、红枣或少量绿豆都能除掉膻味。3、在烧羊肉时，要放一些配料和调料，如胡萝卜、葱、姜、酒等，羊肉和胡萝卜同烧，不但可以去掉膻味，还能弥补羊肉所缺少的胡萝卜和维生素。4、在煮羊肉锅中加一个带壳的核桃，这样羊肉炖起来即烂得快又可以去掉羊膻味。

牛肉鲜嫩吃法：1、炒吃，牛肉切好（片或丝）后，用盐、糖、酒、生粉或鸡蛋拌匀，然后浇上生油腌起来，大约腌30分钟，油分子和水分子已渗入牛肉蛋白纤维的缝隙中去，此时再炒牛肉猛然遇热，渗进的油、水急剧膨胀，肉纤维便被炸松，吃起来就鲜嫩可口。2、煮吃：①煮牛肉时，应先将水烧开再下牛肉，这样，不仅使牛肉保存大量营养成分，而且吃起来味道特别适口。②用啤酒代替水烧煮牛肉，可使肉质鲜嫩清香气味扑鼻，好吃极了。

肉类快速催烂法：1、炖肉时，欲要肉快些炖熟、炖烂，在炖肉时，放进几个土豆，肉熟得快，炖得烂。2、炖牛肉时可加一撮茶叶（一壶茶的量，用纱布袋包裹），肉烂得快，味不变。3、在头天晚上，将牛肉涂一层芥面，炖前，用冷水把肉冲洗干净，肉不但熟烂得快，肉质鲜嫩。4、炖牛肉时，放些酒和醋（一斤肉放一匙白酒），再放一匙醋，肉就更容易炖烂。

怎样炖肉才香：将五花猪肉用刀刮净肉上的污物，切成一寸见方的块，葱切段、姜切片备用。锅里放入清水，烧开后放入切好的肉块，烫透捞出，撇去汤中浮沫。将剩汤倒入盆内，锅内放油，下白糖煸炒。待炒至糖变成老红色时，将肉块下锅炒，炒至猪肉呈枣红色时下葱、姜、大料继续煸炒，待炒至葱姜大料出来香味时，放入绍酒、酱油，倒入原肉汤用旺火烧开。然后放入盐、味素。小火慢炖（锅内似开不开，汤刚刚冒泡为适），炖至二三小时，肉即酥烂，鲜香可口。

使猪肉皮上色：烧猪肉时，先往猪肉皮上抹些酱再抹些黑砂糖，这样烧猪肉皮容易上色，吃起来柔软味美。

要使排骨味更鲜：1、排骨要在冷水时下锅。2、煮的过程中不要中途加水，以防肉类外层的蛋白质突然凝固。3、不要早放盐，酱油也不宜早加，其它调味品如葱姜等加量要适当，否则影响汤的鲜美。

炸猪排怎样不缩：炸猪排前应在有筋的地方切两、三个切口，炸起来就不会缩起来了。

炸肉丸子防止炸锅：炸丸子的肉馅在上浆时必须细致，要搅得十分均匀，不能使浆内存有小的干淀粉颗粒，要让肉

馅和浆合在一起，否则过油时容易发生爆炸，也会影响菜肴的色、香、味、形，同时还可以避免上浆后，浆从肉馅中渗出。注：蛋清、淀粉和水拌匀，再和肉馅拌在一起，就称为上浆。

巧煮骨头汤：煮肉骨头汤时，在水开后放少许醋，使骨头里的磷钙溶解在汤内，这汤既味道鲜美，又便于肠胃吸收。

巧吃猪肚：猪肚烧熟后，切成条状或片状放置碗里，加黄酒和汤水，再放到锅里蒸，会使猪肚涨厚一些，而且味道香脆好吃。

巧拌饺馅：先往肉馅里徐徐加水，筷子朝一个方向搅动，瘦肉多加水，肥肉少加水，再放盐和其它调料，蔬菜剁好挤后，如不让饺馅多出汤，可将熟豆油拌入菜馅后再与肉馅搅拌即可。

火腿、香肠保鲜法：1、整只火腿切下一块食用时，在剩下的那块火腿的切口处涂一些葡萄酒，然后包好放在冰箱里或通风处阴凉，可保持火腿新鲜不腐。2、夏天保管香肠时，可以在坛子里放一小杯白酒，然后将香肠码放在白酒杯子的周围或它的上面，再把坛子密封起来，可保香肠一个夏天不出问题。每次取香肠后，要立刻把坛子口封好，不可久开盖。

夏天肉类保鲜法：1、用食品袋装猪肉时，可在装前拌上一些白酒，这样便能防腐保鲜。2、用浸过醋的湿布将鲜肉包严，放在阴凉通风处，能保鲜一昼夜。3、将鲜肉煮熟，趁热放入刚熬过的油锅里，可保存较长时间。4、用密封性比较好的锅，用水将鲜肉煮熟不开锅盖，任其自然冷却或用冷水浇凉，此后每晚烧沸一次，可保存一周。5、将食

物装入瓷碗，放进高压锅里煮沸后离火，不开锅盖，食物在锅内可存放3—4天不变味。

生肉忌大块冷藏：买来的猪(牛、羊)肉不要一大块放入冷冻室冻藏，因为这样肉的中心不易冻透，时间长了还会变质。同时，食用时也难以切下，即使切下部分，余下的再去冻既耗电也影响肉的质量，所以，最好切成小块冻。应根据一次食用所需切成适当的小块，用食品袋包好，放入冷冻室，把温度调节开关旋到最低温处，以使其急速冷冻。这样取用方便，且节能保鲜。

肉类解冻：1、将冰冻的鱼、鸡、肉等放入淡盐水里解冻，不但解冻快，而且成菜后更鲜嫩味美。2、将以上冰冻物先在姜水中浸泡3—5分钟，再进行烹调，可以起到返鲜的作用，除去一切异味。

禽 鱼 蛋

巧褪家禽毛：1、杀鸡鸭等家禽之前10—20分钟，灌上酒或醋，这样褪毛就比较干净。为了防止烫鸡鸭时脱皮，可在沸水中加汤匙盐。先烫鸡、鸭的脚爪和翅膀，再烫身子为宜。2、将宰杀后放净血的家禽放入50—60℃的热水中，然后在水中加50%左右的碱面，将禽毛反正搓洗，一定要洗透，之后将家禽放入沸水中浸烫5分钟，捞出后再拔毛就很容易了。一般一盆水加一汤匙碱即可。3、将100克食盐放入盆内，再倒进3公斤开水，马上将杀死的鸭子放入盆内浸烫，翻动2—3次，就可以将鸭毛脱干净了。