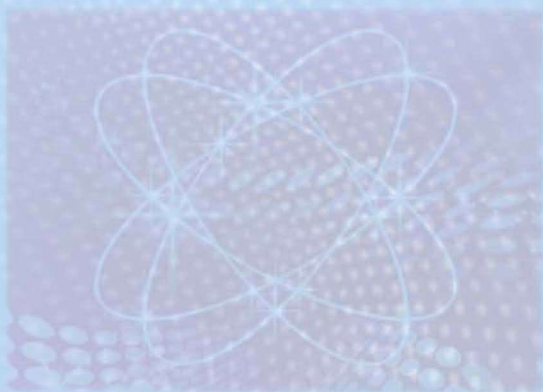


现代人时尚生活丛书

家庭生活小窍门大全 (下)

胡政旋 主编



新疆青少年出版社
克孜勒苏柯尔克孜文出版社

现代人时尚生活丛书

家庭生活小窍门大全

(下)

胡政旋 主编

新疆青少年出版社
克孜勒苏柯尔克孜文出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭生活小窍门大全(下)/胡政旋主编. —修订本. —阿图什:克孜勒苏柯尔克孜文出版社;乌鲁木齐:新疆青少年出版社,2008.1

(现代人时尚生活丛书)

ISBN 978-7-5374-0506-5

I. 家… II. 胡… III. 家庭—生活—知识 IV. TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 174174 号

前言

什么叫时尚？

一位著名学者曾有过这样一段精辟的论述：“时尚就是比普通人快半步——快一步叫前卫，慢一步叫落伍。”

诚然，谁也不愿成为时代的落伍者，与时尚潮流擦肩而过。站在时尚的前沿，引领潮流，傲视群雄。这已成为每一个热爱时尚的人所憧憬的生活方式。但是，追求时尚，你又常常发现自己总是被甩在时尚的身后，令人痛苦不已。

健康的体魄、魔鬼的身材、时髦的穿着、高雅的谈吐、不凡的仪表、典雅的家居环境及独具个性的生活方式，成为时尚生活中不可或缺的时尚元素，也成为现代少男少女们梦寐以求，并为之拼搏奋斗的目标。

为满足广大读者（尤其是女性读者）对时尚生活知识的了

解和鉴赏,我们特组织对此有多年研究的资深学者,精心编写了此书,内容涉及现代人生活的方方面面,向广大读者传递现代人时尚生活、时尚消费的最新信息,相信本书会成为广大读者的亲密伙伴。

编 者

目 录

第七章 食品的选购	1
1. 选购米的窍门	1
2. 识别大米质量的窍门	1
3. 选购高粱米的窍门	2
4. 选购大豆的窍门	2
5. 选购黑豆的窍门	2
6. 选购绿豆的窍门	2
7. 选购蔬菜的窍门	2
8. 选购白菜的窍门	3
9. 选购黄花菜的窍门	3
10. 选购薤菜的窍门	4
11. 选购笋瓜的窍门	4
12. 选购西葫芦的窍门	4
13. 选购番茄的窍门	4
14. 选购香椿的窍门	5

15. 选购苦瓜的窍门	5
16. 选购丝瓜的窍门	5
17. 选购冬瓜的窍门	5
18. 选购藕的窍门	5
19. 选购菠菜的窍门	6
20. 选购荸荠的窍门	6
21. 选购蒜薹的窍门	6
22. 选购鲜嫩莴笋的窍门	6
23. 选购大蒜的窍门	6
24. 选购鲜竹笋的窍门	7
25. 选购春笋的窍门	7
26. 选购毛笋的窍门	7
27. 选购冬笋的窍门	7
28. 选购笋干的窍门	8
29. 选购扁豆的窍门	8
30. 选购薏苡仁的窍门	8
31. 选购山芋的窍门	9
32. 识别奶粉质量的窍门	9
33. 选购牛奶的窍门	9
34. 选购婴儿奶粉的窍门	10
35. 选购干酪的窍门	10
36. 选购挂面的窍门	11
37. 选购优质面包的窍门	11

38. 挑选苹果的窍门	12
39. 挑选梨的窍门	12
40. 挑选山楂的窍门	12
41. 挑选桃的窍门	13
42. 挑选杏、李子的窍门	13
43. 挑选葡萄的窍门	14
44. 挑选香蕉的窍门	14
45. 挑选荔枝的窍门	15
46. 挑选柑橘类水果的窍门	15
47. 识别西瓜生熟的窍门	16
48. 选购山楂片的窍门	16
49. 选购葡萄干的窍门	17
50. 选购乌枣的窍门	17
51. 选购蜜枣的窍门	18
52. 选购桂圆干的窍门	18
53. 选购九道眉杏仁的窍门	19
54. 选购新疆杏仁的窍门	19
55. 选购荔枝干的窍门	19
56. 选购柿饼的窍门	20
57. 选购黑瓜子的窍门	20
58. 选购白瓜子的窍门	21
59. 选购葵花子的窍门	22
60. 选购茶叶的窍门	22

61. 怎样选购银耳	23
62. 怎样选购木耳	23
63. 选购蘑菇的窍门	24
64. 选购香菇的窍门	24
65. 选购猴头菇的窍门	24
66. 选购豆腐的窍门	25
67. 选购豆腐干的窍门	25
68. 选购干豆腐的窍门	25
69. 选购腐竹的窍门	25
70. 选购豆类粉皮的窍门	26
71. 选购山芋粉皮的窍门	26
72. 选购燕窝的窍门	26
73. 识别燕窝种类的窍门	26
74. 识别燕窝等级的窍门	26
75. 识别燕窝真假的窍门	27
76. 识别活禽质量的窍门	27
77. 识别光禽质量的窍门	28
78. 识别冻禽质量的窍门	29
79. 识别活禽屠宰与死禽屠宰的窍门	29
80. 识别病死畜禽肉的窍门	30
81. 选购腊肉的窍门	30
82. 选购腊肠的窍门	31
83. 选购香肠的窍门	31

84. 选购咸肉的窍门	31
85. 选购肉糜的窍门	32
86. 选购灌肠的窍门	32
87. 选购酱肉的窍门	33
88. 选购酱肝的窍门	33
89. 选购叉烧肉的窍门	33
90. 选购烧烤肉的窍门	33
91. 选购肴肉的窍门	34
92. 根据烹调需要选购牛肉的窍门	34
93. 选购牛心的窍门	34
94. 选购牛肚的窍门	35
95. 选购牛肝的窍门	35
96. 选购鲜肉的窍门	35
97. 选购猪肝的窍门	35
98. 选购板鸭的窍门	36
99. 选购填鸭的窍门	36
100. 选购罐头的窍门	37
101. 选购鲜鱼的窍门	37
102. 选购优质冰冻鱼和咸鱼的窍门	38
103. 识别有毒鱼的窍门	38
104. 选购对虾的窍门	38
105. 选购海味干品的窍门	39
106. 选购鲜蛋的窍门	40

107. 选购咸蛋的窍门	40
108. 选购皮蛋的窍门	40
109. 选购淀粉的窍门	41
110. 选购姜粉的窍门	41

第八章 食品的加工

1. 洗大米的窍门	43
2. 洗芝麻的窍门	43
3. 洗蔬菜的窍门	43
4. 洗黄花菜的窍门	44
5. 洗茄子的窍门	44
6. 洗瓜果的窍门	44
7. 洗香菇的窍门	44
8. 洗蘑菇的窍门	45
9. 洗木耳的窍门	45
10. 洗豆腐不碎的窍门	45
11. 洗肠、肚的窍门	46
12. 洗肺的窍门	46
13. 洗鲜肉的窍门	47
14. 洗猪油的窍门	47
15. 洗舌头的窍门	47
16. 洗猪脑的窍门	47
17. 洗猪心的窍门	48
18. 洗猪肝的窍门	48

19. 洗海蜇皮的窍门	48
20. 洗咸肉的窍门	48
21. 洗火腿和香肠的窍门	49
22. 洗鸡肫的窍门	49
23. 洗鱼类的窍门	49
24. 洗鲜虾的窍门	50
25. 洗螃蟹的窍门	50
26. 洗贝蛤的窍门	50
27. 洗螺、蚌的窍门	50
28. 洗蛤蜊肉的窍门	50
29. 洗墨鱼干、鱿鱼干的窍门	51
30. 洗鱼块的窍门	51
31. 洗冷冻食物的窍门	51
32. 洗芋头止手痒的窍门	51
33. 去狗肉土腥气味的窍门	52
34. 去狗肉膻味的窍门	52
35. 除海参苦涩的窍门	52
36. 除蔬菜上残留农药的窍门	52
37. 菠菜去涩的窍门	53
38. 除卷心菜异味的窍门	53
39. 除豆腐豆腥气的窍门	54
40. 除豆腐泔水味的窍门	54
41. 除甲鱼腥味的窍门	54

42. 去松花蛋麻味的窍门	54
43. 除菜锅腥味的窍门	55
44. 猪肺去腥的窍门	55
45. 去河鱼土腥味的窍门	55
46. 去鸡肉腥味的窍门	55
47. 干货涨发的窍门	56
48. 剖取河蚌肉的窍门	57
49. 浸泡鱼片的窍门	57
50. 切鱼片的窍门	58
51. 让泥鳅吐泥的窍门	58
52. 划鳝丝的窍门	58
53. 切好菜不变色的窍门	58
54. 保护蔬菜中维生素的窍门	59
55. 速冻蔬菜的解冻窍门	59
56. 速冻蔬菜的食用窍门	59
57. 摆放水果的窍门	60
58. 瓜果消毒的窍门	60
59. 水果防腐烂的窍门	60
60. 葱冷冻后复原的窍门	61
61. 水果催熟的窍门	61
62. 保存切开柠檬的窍门	61
63. 使青菜干保持绿色的窍门	62
64. 治腌菜过咸的窍门	62

65. 治馒头碱重的窍门	62
66. 洗黄鱼肚的窍门	63
67. 处理变质植物油的窍门	63
68. 用生姜的窍门	63
69. 防辣眼睛的窍门	64
70. 剥大蒜皮的窍门	64
71. 剥橙皮的窍门	65
72. 使腌菜脆又绿的窍门	65
73. 拔鸭毛的窍门	66
74. 以锯代刀割火腿的窍门	66
75. 快速清除猪蹄毛垢的窍门	66
76. 快速除猪毛的窍门	67
77. 牛、猪、鸡肉的切法窍门	67
78. 剁肉不粘刀的窍门	67
79. 收拾活鸡活鸭的窍门	67
80. 带鱼去鳞的窍门	68
81. 鱼胆被弄破了的处理窍门	68
82. 切咸鱼干的窍门	68
83. 挤虾仁的窍门	68
84. 分离蛋黄蛋清的窍门	69
85. 简易杀鳖的窍门	69
86. 杀黄鳝的窍门	69
87. 咸鱼复鲜的窍门	69

88. 烫鸡鸭防止脱皮的窍门	70
89. 切豆腐干的窍门	70
90. 快速剥毛豆的窍门	70
91. 快速剥莲子皮的窍门	70
92. 剥蚕豆皮的窍门	71
93. 西红柿去皮的窍门	71
94. 剥栗子皮的窍门	71
95. 核桃快速去壳剥皮的窍门	72
96. 去山药皮的窍门	72
97. 削苹果的窍门	72
98. 生香蕉催熟的窍门	72
99. 腌菜小窍门	73
100. 生豆芽的窍门	73

第九章 食品储藏及保鲜

75

1. 储存粮食的窍门	75
2. 存放大米的窍门	75
3. 绿豆保存的窍门	77
4. 米面除虫的窍门	77
5. 面肥的简易储存窍门	78
6. 储存挂面的窍门	78
7. 储存红薯的窍门	78
8. 储存白菜的窍门	79
9. 储存萝卜的窍门	80

10. 储存竹笋的窍门	80
11. 储存土豆的窍门	81
12. 储存青椒的窍门	81
13. 胡萝卜储藏的窍门	82
14. 储存冬瓜的窍门	82
15. 储存番茄的窍门	82
16. 韭菜、韭黄保鲜的窍门	83
17. 储存银耳的窍门	83
18. 储存海味干货的窍门	83
19. 山核桃的保存窍门	84
20. 红枣保存的窍门	84
21. 防止红枣生虫的窍门	84
22. 储存板栗的窍门	85
23. 储存香蕉的窍门	86
24. 储存鲜荔枝的窍门	86
25. 新鲜水果保鲜的窍门	87
26. 苹果储藏的窍门	87
27. 柑橘保鲜的窍门	87
28. 防苹果变色的窍门	87
29. 储存茶叶三防的窍门	88
30. 存放鲜葱、鲜姜、大蒜的窍门	88
31. 黄花菜、香菜长期储存的窍门	89
32. 储存西瓜的窍门	89

33. 储存梨类的窍门	90
34. 削皮水果保鲜的窍门	90
35. 存放牛奶小窍门	90
36. 储存油脂不会出现“哈喇”味的窍门	91
37. 五种名贵中药的储存窍门	92
38. 防止启封奶粉变质的窍门	93
39. 糖罐防蚂蚁的窍门	94
40. 储存蜂蜜的窍门	94
41. 保存啤酒的窍门	94
42. 储存葡萄酒的窍门	94
43. 米酒、黄酒保鲜窍门	95
44. 保存开盖番茄酱的窍门	95
45. 保存香烟的窍门	95
46. 竹篮存月饼的窍门	96
47. 芹菜存面包的窍门	96
48. 在热水瓶中储存开水的窍门	96
49. 防止面食品变硬的窍门	96
50. 饼干、点心防止受潮的窍门	97
第十章 烹调美食	98
1. 做菜时保持菜的本色的窍门	98
2. 掌握火候的窍门	98
3. 烹调菜肴配料的窍门	99
4. 掌握调味步骤的窍门	100