

华龄出版社

锅·碗·瓢·盆

家庭生活小窍门

张红方
编著



锅·碗·瓢·盆

家庭生活小窍门

张红力 编著

华龄出版社

1990年·北京

锅·碗·瓢·盆—家庭生活小窍门

张红力 编著

出版发行：华 龄 出 版 社
(北京西黄城根北街11号)

经 销：新 华 书 店

印 刷：北京平谷玉福印刷厂

787×1092毫米 32开 10.5印张 195千字

1990年8月北京第1版 1990年8月第1次印刷

印 数：1——32500册

ISBN 7—80082—047—5/G·3

定 价：4.60元

序 言

随着人民物质生活水平的提高，如何吃得更好、穷美、居住得更舒适、玩得更痛快，成为人们生活中普遍的目标。为此，我们编写了这本实用性较强的通俗读物，包括了烹饪厨事、饮茶喝酒、穿戴洗涤、居室布置装修、选购使用、修理制作、养花钓鱼等七大类。当然，生活的方方面面决不是这七大类所能包括的。我们编写的过程中发现我们编写出的条目远远超出我们预定的条目，经过一再筛选选出近500个最实用的条目。这些条目，妙中荟巧，巧中寓妙，集知识性、趣味性和实用性于一炉，是家庭日常生活的好顾问。

日常生活的小窍门每一个条目如果让我们的化学家、物理学家、电器专家来写，都是一篇很好的实用学科论文，其中有许多“妙”处，我们在这里只是用简洁的语言来表达出其最实用的价值。在8小时之外选择一些自己力所能及的条目实践一下，定会为您解除烦恼，带来快乐，并为您的家庭提供方便，节省开支。如果我们的读者在选用每一条目之余，愿意作点学科方面的分析，也一定会给您带来不少乐趣，增长许多知识。

希望我们这本书成为您和您的家庭的好“顾问”，为您的生活增添幸福和欢乐。

编 者

1990 · 5 · 20

目 录

一 烹饪·厨事

- 1 怎样提高蔬菜的营养价值..... (1)
- 2 做何种饭食可放碱..... (3)
- 3 菠菜烧豆腐好..... (3)
- 4 烹制鲥鱼不去鳞..... (4)
- 5 烧菜怎样放味精..... (4)
- 6 勾芡问题莫小看..... (5)
- 7 食油不要加热后贮存..... (5)
- 8 不宜用开水解冻肉..... (6)
- 9 豆腐海带一起吃..... (6)
- 10 冬季吃肉哪种好..... (6)
- 11 巧吃胡萝卜..... (7)
- 12 做菜不宜先放盐..... (7)
- 13 怎样使油、醋变香..... (7)
- 14 怎样煎鲜鱼..... (7)
- 15 怎样快速煮白肚..... (7)
- 16 炖猪肉火莫急..... (7)
- 17 煮火腿擦白糖..... (8)
- 18 煮咸肉放胡桃..... (8)
- 19 煮羊肉放萝卜..... (8)
- 20 怎样炒出鲜嫩的牛肉片..... (8)

- 21 炖老鸭放田螺..... (8)
- 22 煮笋先放薄荷叶..... (8)
- 23 煮土豆先滴醋..... (8)
- 24 煮黑枣放灯草..... (8)
- 25 蒸蛋羹温水调..... (8)
- 26 破壳蛋咸水煮..... (9)
- 27 如何除去鲤鱼的泥酸味..... (9)
- 28 如何煮粥不溢锅..... (9)
- 29 蒸馒头上冷锅..... (9)
- 30 馒头碱大了怎么办..... (9)
- 31 快速发面..... (9)
- 32 米饭串烟怎么办..... (9)
- 33 防癌炒菜法..... (10)
- 34 炒土豆丝的学问..... (10)
- 35 炒菜用铁锅好..... (10)
- 36 高压锅炒花生..... (10)
- 37 怎样炒鸡蛋..... (10)
- 38 炖蹄膀的窍门..... (11)
- 39 砂罐炖肉好处多..... (11)
- 40 开水、小火煮元宵..... (11)
- 41 拌饺子馅的好方法..... (12)
- 42 煮饺子放大葱..... (12)
- 43 怎样煮挂面..... (12)
- 44 砂锅使用法..... (12)
- 45 煮熊掌用蜡烛..... (12)
- 46 炸馒头先浸水..... (12)

47	如何做海参·····	(13)
48	面粉去油腥·····	(13)
49	怎样炒菜省油·····	(13)
50	怎样贮藏苹果·····	(13)
51	怎样贮藏柑桔·····	(14)
52	怎样贮藏香蕉·····	(14)
53	贮存大白菜的学问·····	(14)
54	清水浸磨易保鲜·····	(14)
55	怎样保存月饼·····	(15)
56	怎样保存茶叶·····	(15)
57	酱油防霉新法·····	(15)
58	贮存猪油须加糖·····	(15)
59	怎样使蛋类保鲜·····	(15)
60	贮存干货菜须知·····	(16)
61	怎样在夏日保存鲜肉·····	(17)
62	怎样贮存火腿·····	(17)
63	存放大米的三种方法·····	(17)
64	夏季肉食如何保鲜·····	(18)
65	怎样自制番茄罐头·····	(18)
66	保存红枣须加盐·····	(18)
67	怎样使小磨麻油香味持久·····	(18)
68	盐浸鲜姜不霉烂·····	(19)
69	怎样贮存食油·····	(19)
70	怎样临时冷藏瓜果·····	(19)
71	保存鲜肉的六种方法·····	(19)
72	夏日用奶需防酸·····	(20)

73	怎样贮存花生米·····	(20)
74	怎样收藏海味·····	(21)
75	怎样收藏咸鱼、咸肉·····	(21)
76	怎样贮放鲜韭菜·····	(21)
77	怎样使剥皮苹果保鲜·····	(21)
78	面包的保存与保鲜·····	(21)
79	存放豆腐的要领·····	(21)
80	怎样防止醋里长醭·····	(21)
81	饭菜如何防馊·····	(22)
82	巧用淘米水·····	(22)
83	饭烧焦了怎么办·····	(22)
84	巧吃松花蛋·····	(22)
85	怎样贮存冬瓜·····	(22)
86	怎样保管大葱·····	(23)
87	怎样泡发干货·····	(23)
88	怎样快速剁肉末·····	(24)
89	巧取核桃仁·····	(24)
90	巧洗桃子·····	(25)
91	怎样区分食用塑料袋·····	(25)
92	巧用水果、土豆、洋葱皮·····	(25)
93	鱼胆破了怎么办·····	(25)
94	巧脱大枣皮·····	(26)
95	怎样识别毒蘑菇·····	(26)
96	怎样选购活家禽·····	(26)
97	怎样识别好肉与病畜肉·····	(26)
98	挑选皮蛋三要素·····	(27)

99	怎样识别鲜鱼.....	(27)
100	选购鲜蛋五要素.....	(27)
101	选购罐头须认真.....	(28)
102	怎样选购瓶装酒.....	(28)
103	怎样鉴别海蟹.....	(28)
104	怎样鉴别香油质量.....	(28)
105	怎样选购生晒参.....	(29)
106	让你挑个好西瓜.....	(29)
107	怎样选购果汁.....	(29)
108	怎样识别虾皮质量.....	(30)
109	怎样识别烧鸡好坏.....	(30)
110	怎样腌咸鸭蛋.....	(30)
111	菊花冷饮制法.....	(30)
112	怎样自制山楂糕.....	(30)
113	盐菠萝汁制法.....	(31)
114	暴腌萝卜.....	(31)
115	怎样酱核桃仁.....	(31)
116	怎样酱藕片.....	(31)
117	怎样酱蒜苗.....	(32)
118	怎样制香葱豆瓣.....	(32)
119	冬瓜酱法.....	(32)
120	怎样酱黄瓜.....	(32)
121	怎样做藕糕.....	(33)
122	怎样做东坡肉.....	(33)
123	怎样做清炖蟹粉狮子头.....	(33)
124	怎样做清蒸甲鱼.....	(34)

125	怎样做红扒海参.....	(35)
126	怎样生爆鳝片.....	(35)
127	怎样做砂锅狗肉.....	(35)
128	怎样做麻婆豆腐.....	(36)
129	怎样涮羊肉.....	(36)
130	怎样做拔丝苹果.....	(37)
131	怎样做姜汁牛肉饭.....	(37)
132	怎样用红枣焖兔肉.....	(37)
133	怎样做党参黄芪炖鸡.....	(37)
134	怎样做当归羊肉汤.....	(38)
135	怎样用莲子百合焖肉.....	(38)
136	怎样用沙参玉竹焖老鸭.....	(38)
137	怎样做黄酒核桃泥.....	(38)
138	怎样用黄芪杞子炖乳鸽.....	(38)
139	怎样用黄芪、山药、党参炖鸡.....	(39)
140	怎样用韭菜炒羊肝.....	(39)
141	怎样熬制美味汤.....	(39)
142	喝汤有益健康.....	(39)
143	如何去厨房碗橱油污.....	(40)
144	如何去厨房地面油垢.....	(40)
145	报纸擦油污.....	(40)
146	如何除去煤油炉烟.....	(40)
147	去熨斗上污渍法三则.....	(40)
148	如何干洗纱窗.....	(41)
149	如何清洗厨房纱窗油腻.....	(41)
150	怎样除去油垢.....	(41)

- 151 怎样除去搪瓷器皿的焦迹..... (42)
- 152 怎样除去铝制水壶的水垢..... (42)
- 153 当心火锅铜锈..... (42)
- 154 怎样使用不锈钢锅..... (42)
- 155 巧制煤气灶支架..... (43)
- 156 草纸去油污..... (43)
- 157 怎样擦铝锅..... (43)
- 158 怎样除铝锅底黑斑..... (43)
- 159 怎样使用新铁锅..... (43)
- 160 盐水可清茶垢..... (44)
- 161 怎样清除热水瓶水垢..... (44)
- 162 怎样消除煤臭..... (44)
- 163 巧除排气扇油垢..... (45)
- 164 高压锅煎饺子..... (45)
- 165 电饭锅作烤箱..... (45)
- 166 酒的妙用..... (46)
- 167 醋的妙用..... (46)
- 168 盐的妙用..... (47)
- 169 葡萄酒的妙用..... (47)
- 170 巧用牛奶..... (47)
- 171 巧用蛋壳..... (48)
- 172 啤酒的特异功能..... (48)
- 173 花椒的妙用..... (48)
- 174 如何节约煤气..... (49)
- 175 暖气片上放水壶可得温水..... (50)
- 176 怎样烧水省火..... (50)

177	如何洗餐具节水	(50)
178	如何用高压锅家庭灭菌消毒	(50)
179	巧用酸菜水	(51)
180	如何使菜板不裂缝	(51)
181	怎样驱逐苍蝇	(51)
182	如何使砂锅防炸	(51)
183	如何除去米面虫	(52)
184	如何延长铝制品的使用寿命	(52)
185	怎样延长高压锅橡胶圈的使用寿命	(52)
186	如何选用玻璃杯	(53)
187	如何选购陶瓷器皿	(53)
188	如何选购热水瓶	(53)
189	如何选购菜刀	(53)
190	如何选购粗铝制品	(54)
191	如何清洗锡器	(55)
192	如何使用玻璃耐热煮锅	(55)
193	如何使用不粘锅	(56)
194	铝铁炊具不宜混用	(56)
195	如何使用蜂窝煤	(56)
196	新换的液化气火焰小怎么办	(56)
197	怎样拧开紧瓶盖	(57)
198	怎样密封瓶口	(57)
199	如何疏通下水道	(57)
200	油类着火如何处理	(57)
201	如何消除自来水管怪声	(58)
202	如何保养洗菜池	(58)

203	如何洗涤家庭用具.....	(58)
204	儿童玩具怎样消毒.....	(59)
205	如何擦洗玻璃器皿.....	(59)

二 饮茶·喝酒

206	茶叶的功効与药用价值.....	(60)
207	茶叶的分类.....	(60)
208	泡茶和饮茶.....	(61)
209	看电视饮茶好.....	(62)
210	少喝浓茶.....	(62)
211	喝茶防癌.....	(63)
212	茶水不宜服药.....	(63)
213	茶叶受潮莫要晒.....	(63)
214	茶叶三忌.....	(63)
215	巧用剩茶.....	(64)
216	啤酒的功効及药用价值.....	(64)
217	葡萄酒三用.....	(64)
218	科学饮酒.....	(65)
219	鸡尾酒的配料与调制.....	(66)
220	酒能御寒吗.....	(66)
221	饮酒后饭量减少的原因.....	(67)
222	酒后不能吃西药.....	(67)
223	如何辨别酒的优劣.....	(68)
224	如何才能不醉酒.....	(68)
225	啤酒的一看二闻三尝.....	(68)
226	鲜熟啤酒的区别.....	(68)

227	喝 _喝 舌使人发胖.....	(68)
228	啤酒瓶子棕色好.....	(69)
229	果酒的辨别.....	(69)
230	什么是料酒.....	(69)
231	咖啡的饮用.....	(69)
232	滋补之王——牛奶.....	(70)
233	健康之宝——豆浆.....	(71)
234	家庭自制清凉饮料.....	(71)
235	如何饮用香槟酒.....	(72)
236	醒酒十法.....	(73)
237	花露水可醒酒止吐.....	(73)

三 穿戴·洗涤

238	如何穿西装.....	(74)
239	妇女如何穿西服.....	(74)
240	系领带的讲究.....	(75)
241	如何选择帽子.....	(75)
242	如何选择高跟鞋.....	(76)
243	如何洗涤夏秋服装.....	(76)
244	如何给皮衣上光.....	(77)
245	怎样洗涤化纤服装.....	(77)
246	怎样干洗羽绒服.....	(77)
247	怎样洗涤毛料服装.....	(77)
248	怎样洗涤真丝衬衫.....	(78)
249	怎样洗涤开司米.....	(78)
250	怎样洗涤绒衣裤.....	(78)

251	怎样洗涤毛皮服装·····	(78)
252	怎样洗涤绸料服装·····	(79)
253	怎样防止涤纶织物起球·····	(79)
254	洗衣粉种种·····	(79)
255	怎样清除服装上的污渍·····	(80)
256	怎样用雪除尘·····	(81)
257	怎样除去碘酒渍·····	(81)
258	怎样使白绸衣物复白·····	(81)
259	怎样除去滑雪衫油渍·····	(81)
260	怎样用汽油刷洗毛料衣服·····	(82)
261	怎样除去呢料衣服的光亮·····	(82)
262	怎样去掉羊皮服装上的膻气·····	(82)
263	怎样除去划粉线·····	(82)
264	怎样洗纯毛毛毯·····	(83)
265	毛衣的晾晒·····	(83)
266	裙子的晾晒·····	(83)
267	如何收藏衣物·····	(83)
268	如何保养塑料雨衣·····	(84)
269	如何保藏毛皮服装·····	(84)
270	如何使风雨衣更新·····	(84)
271	如何保养皮鞋·····	(85)
272	白皮鞋保洁法·····	(85)
273	如何收藏洗涤保养西装·····	(85)
274	如何熨烫毛料衣服·····	(85)
275	如何掌握熨烫衣服的温度·····	(86)
276	如何洗熨领带·····	(86)

277	如何熨烫褶榈裙·····	(86)
278	如何使裙摆下坠·····	(87)
279	巧穿松紧带·····	(87)
280	如何平整羽绒服·····	(87)
281	熨烫作蚕丝绸时不能喷水·····	(87)
282	如何织补羽绒服·····	(88)
283	如何使棉鞋除湿·····	(88)
284	如何选购草帽·····	(88)
285	如何处理烫黄的衣服·····	(88)
286	如何消除衣服折纹和焦痕·····	(89)
287	穿皮鞋的学问·····	(89)
288	如何使用卫生球·····	(89)
289	白酒可去鞋臭·····	(90)
290	如何选择领带·····	(90)
291	如何选购“出口转内销”商品·····	(90)
292	如何选购布料·····	(90)
293	胖人如何选择服装·····	(91)
294	如何识别布料的正反·····	(92)
295	灯下不宜选衣料·····	(92)
296	如何选择冬装·····	(92)
297	钮扣是衣服的眼睛·····	(93)
298	如何选购皮凉鞋·····	(93)
299	如何选购裘皮服装·····	(93)
300	如何识别真假丝绵胎·····	(93)
301	孩子穿鞋要合脚·····	(94)
302	如何挑选丝绸被面·····	(94)

303	纯毛和毛涤衣料的区别	(95)
304	如何选购羽绒制品	(95)
305	选购皮箱仔细看	(95)
306	鉴别肥皂应认真	(95)
307	黄金饰品的含量说	(96)
308	黄金饰品的真假说	(96)
309	耳环与项链的选择	(97)
310	如何保护珠宝首饰	(97)
311	宝石戒指与项链的选择	(97)
312	戒指与手指的关系	(98)
313	如何鉴别玉器	(98)
314	如何选购胸饰、胸花	(98)
315	如何保养稀金首饰	(98)
316	如何除去金银首饰的污垢	(99)
317	羽绒服面料种种	(99)
318	怎样鉴别羽绒服真伪	(99)
319	怎样选择丝袜颜色	(100)
320	羊毛衫挑选要领	(100)
321	“三看一捏”挑毛线	(100)
322	怎样识别驼毛真假	(101)
323	怎样区别动物皮革	(101)
324	怎样选购皮面服装	(102)
325	怎样挑选冰鞋	(102)
326	如何鉴别真假美钞	(103)
327	怎样鉴别优劣表	(103)
328	如何选购机械手表	(103)