

节能·储存·烹饪·辨别·清洁·收纳·熨烫·妙用·爱车

生活小窍门

Shenghua Xiaogiaomen

主编/中国节约网 www.jieyue.net

吉林科学技术出版社

1500招



免费
大赠送



中国节约网 [节约网](http://www.jieyue.net) 独家精选

从百姓中来的生活妙招大全



SHENGHUOXIAOQIAOMEN



·节能·储存·烹饪
·辨别·清洁·收纳
·熨烫·妙用·爱车

生活小窍门 1500招

主 编 吉林科学技术出版社
中国节约网



编 委

主 编:中国节约网 www.jieyue.net

编 委:傅亚军 高佩群 唐梦馥 初 丽
陈 军 王占华 纪佳宝

生活
好
美
创造



生活小窍门 1500 招

主 编:中国节约网

责任编辑:宛霞 赵沫 封面设计:名晓设计

插图设计:姜楠 沈相全 赵海燕 冷姝逸 刘倩

摄影:姜源 陈望利 赵海欧

摄影助理:刘曦 李惠敏 杨冠群

*

吉林科学技术出版社出版、发行

长春新华印刷厂印刷

*

710 × 1000 毫米 16 开本 17 印张 330 千字

2007 年 5 月第 1 版 2008 年 2 月第 4 次印刷

定价:29.80 元

书号:ISBN 978 - 7 - 5384 - 1577 - 3

*

版权所有 翻印必究

如有印装质量问题,可寄本社退换。

社址:长春市人民大街 4646 号 邮编:130021

发行部电话/传真:0431-85677817 85635177 85651759 85651628

编辑部电话:0431-85674016

网址:<http://www.jlstp.com> 实名:吉林科学技术出版社

编者序



家庭是社会的基础单元,是闯荡职场的人们休闲停泊的理想港湾。家庭生活的舒适对人的身心健康举足轻重,是无数追求家庭幸福的人们向往的美丽“伊甸园”。中国有一句古话说得好,叫“齐家治国平天下”,意思是要想国家强盛、天下安定,首先必须使千千万万的家庭富裕和顺。

家庭生活又是千头万绪的,衣食住行、柴米油盐、养老抚幼、夫妻邻里,想处理得妥当周到,都需要付出一定的精力和心神,而家庭的细微琐事又往往使在职场奔波、筋疲力尽的人感到厌烦和辛劳,感叹家务劳动的现实与无奈。其实,这些烦恼与无奈都可以用含有智慧元素的生活窍门来化解。在家庭生活中也需要创造性的劳动,造就了许多生活的智者。只要你做一个生活中的有心人,许多烦心事会迎刃而解,许多家事能事半功倍,使你轻松快乐的度过家庭生活的每一天。

另外,居家过日子还得融进节约的理念。厉行节约是生活在这个地球上的每一个人义不容辞的责任,是保护人类生存家园的重大举措。节约不分大小,从生产到生活,事无巨细。节约要从每一个人做起,从点滴做起,从现在做起,要在全社会形成一种健康科学的生活习惯、文明节约的消费方式,每一滴水、每一度电、每一粒粮、每一张纸,都应该被珍惜。勤俭持家是我们中华民族的传统美德。要想家庭富裕,勤是摇钱树,俭是聚宝盆,精打细算的日子会越过越红火。

俗语说,“大富由天,小富由俭”,可见勤俭持家是可以让生活变得更富裕的。但是,道理几乎人人都懂,实践中却知易行难,那是因为生活节约是人生的一门学问,是一种文明,这里面有诸多的方法、经验、体会和感悟,很需要有一个交流的平台。节约网毛遂自荐,就是希望给读者提供这样一个平台。

本书汇集了家庭生活中九个方面的智慧生活小窍门,是现代人追求文明健康生活方式的成果结晶,书中一个个简单实用的小窍门,会使您眼界大开,轻松解决生活中的烦恼,给我们的生活带来便利,进而感受到生活的美好和幸福。

现在,有关生活窍门的书籍不少,我们相信“尺有所短,寸有所长”,每一本书都有它独特的视角,我们衷心的希望,本书的面世可以给您带来一缕清风,一片翠绿。

目录



1. 节能小窍门



家庭省水小窍门

20

- 20 啥样的水龙头最省水
- 20 水龙头滴漏水及时修
- 20 巧用洗碗机
- 20 用盆接水洗碗做饭
- 21 先擦后洗省水洁餐具
- 21 解冻食物勿用水冲
- 21 淘米水有大用途
- 21 食醋擦器皿去污又省水
- 22 食盐去渍比水强
- 22 半自动洗衣机更省水
- 22 用肥皂头清洁马桶
- 22 选用节水型沐浴喷头
- 22 洗衣前先浸泡
- 23 洗衣机用水量要适宜
- 23 洗澡提倡淋浴
- 23 根据衣物种类调节洗衣时间
- 23 空调冷凝水可再利用
- 24 适量添加洗涤剂
- 24 家庭绿化用水有学问
- 24 刷牙应用口杯接水
- 24 巧治马桶水箱漏水
- 25 绿化用水途径多
- 25 三招改造非节水型马桶水箱
- 25 衣物集中一起洗

家庭省电小窍门

26

- 26 照明要选节能灯
- 26 合理选择照度和照明方式
- 26 充分利用自然光
- 27 节能灯不要频繁开关
- 27 避开高峰使用电饭锅最省电
- 27 定期清洁更换灯具
- 27 妙用锡箔纸省电
- 27 少用吊灯节电能
- 28 选择经济型的电饭锅
- 28 用毛巾缩短煮饭时间
- 28 及时断开电饭锅电源
- 28 注意维护和保养电饭锅
- 28 先泡米再煮饭省电
- 28 电磁炉切忌空烧
- 29 利用余热煮饭省电
- 29 电水壶除垢提高热效率
- 29 锅具、电磁炉巧搭配
- 29 巧用余热炒菜、烙饼
- 29 依家庭需要选择微波炉
- 30 电烤箱连续使用节电
- 30 巧用微波炉省心又省电
- 30 擦干餐具降低消毒柜电能
- 30 切忌空载运行微波炉
- 30 微波炉加热食物要盖膜
- 30 选好火力利用余热烹调
- 30 选择节电型抽油烟机
- 31 使用抽油烟机省电窍门
- 31 消毒柜要放置在通风环境中
- 31 避开用电高峰时间使用热水器
- 31 洗澡时要设定合适的温度
- 31 长时间通电方便又省电
- 31 电冰箱安置有讲究
- 32 尽量减少开门频率
- 32 电冰箱存放的食物要适量
- 32 性能好的电冰箱节电
- 33 食品冷却后再放冰箱
- 33 蔬果包好再放冰箱
- 33 选好热水器省电又方便
- 33 合理调整温度控制器
- 33 要保持电冰箱门密闭
- 34 冰箱定期除霜也能省电
- 34 停电时别往冰箱放食品
- 34 自制冷饮节电效果好
- 34 冰箱节电 40% 的窍门
- 34 封闭冰箱滴水管省电
- 35 饮水机不用时关掉电源
- 35 选好空调可省电
- 36 安装空调要选朝向和高度
- 36 空调不要放在窗口附近
- 36 变频空调省电多
- 36 空调设定在 26℃ 省电
- 36 用空调时室内外温差不宜过大
- 37 空调巧使用方便又省电
- 37 不要给空调加装稳压器
- 37 空调不宜从早开到晚
- 38 空调比取暖器省电
- 38 不用空调时及时拔插头
- 38 要选择好空调制冷量
- 39 开空调也应开窗换气
- 39 选择风扇有讲究
- 39 巧摆电风扇减少电耗
- 39 电风扇转速决定耗电量

CONTENTS

- 39 节电电视机巧选购
- 40 电视机音量、亮度要适宜
- 40 家用电器待机也耗电
- 40 电视机省电小窍门
- 40 电视机摆放要合适
- 41 选择科学的洗涤方法
- 41 “强洗”比“弱洗”省电
- 41 水量适中减轻电机负荷
- 42 滚筒洗衣机的节电技巧
- 42 洗衣机额定容量洗涤省电
- 43 使用电熨斗节电小窍门
- 43 利用余热节约用电
- 43 选择调温型电熨斗
- 43 烘干机省电窍门
- 43 家用电脑巧省电
- 43 吹风机节电窍门
- 44 家用电脑省电法
- 44 台式电脑省电法
- 44 笔记本电脑的关机方法
- 45 能不用的尽量不用
- 45 没有用的不用
- 46 要给笔记本电脑散热
- 46 确保手机信号通畅
- 46 警惕家电待机耗能
- 46 数字手机优 DTX 省电模式
- 46 冬春带手机最好用振动
- 47 安静场合选择短铃提醒
- 47 把握好手机充电时间
- 47 新电池充电应采用充满放光原则
- 47 注意保护手机的电池
- 47 少用手机听音乐和玩游戏
- 47 移动途中用手机费电
- 47 在网络无法覆盖的地区关机

节约燃气小窍门

- 48 选品牌炉具节燃气
- 48 炊具选择要适当
- 48 做饭不用蒸
- 48 观、嗅味减少煤气浪费
- 48 液化气钢瓶上冻影响燃烧
- 49 保养好灶具也能节省煤气
- 49 避免燃气空烧
- 49 “挡风罩”聚火力
- 49 盖好锅盖保持热量
- 49 利用高压锅做主副食
- 50 锅底要铲干净
- 50 微波炉最好用
- 50 煮大块食物的方法
- 50 用煤气或液化气做同样饭菜
- 50 及时调整火焰大小
- 50 炉灶的余热烹饪
- 50 蒸锅水不要放得太多



2. 食物储存小窍门



肉类海鲜储存小窍门

- 52 用冷冻法储存鲜肉
- 52 用抹油法储存肝脏
- 52 用抹油法储存肉类
- 52 怎样才能使猪肉保鲜
- 52 蜂蜜能为肉类保鲜
- 52 天热了如何为肉保鲜
- 53 用清水储存活蟹
- 53 用白酒储存鲜鱼
- 53 用草灰保鲜腊肉
- 53 牛排可用盐和胡椒保鲜
- 54 柠檬和少量钾溶液可保鲜牛肉
- 54 牛肉宜用芥末保鲜
- 54 加白酒存放香肠
- 54 鲜虾巧余后妙储存
- 55 放大蒜延长海产品保质期
- 55 猪油密封储存鲜蟹肉
- 55 海参怎样储存时间长
- 55 如何储存酱牛肉
- 55 用餐巾纸巧存活鱼
- 55 干海货的储藏方法

目录

米面蛋储存小窍门

56

- 56 大米不能在阳光下暴晒
- 56 储米小方法
- 56 沸水浸泡可防豆类生虫
- 57 鲜蛋不要直接放入冰箱
- 57 鸡蛋怕什么
- 57 鸡蛋竖放不贴壳
- 57 忌在冰箱里储存松花蛋、咸鸭蛋

蔬菜水果储存小窍门

58

- 58 豆角可以冷冻储存
- 58 把韭菜捆成小把储存
- 58 储存大白菜宜先将残叶撕去
- 58 储存青菜时宜竖放
- 59 宜用适当的方法储存青椒
- 59 冰箱储存水果蔬菜勿用报纸包
- 59 存放茄子、番茄宜注意以下几点
- 59 切开的瓜类储存时宜贴保鲜膜
- 60 巧法储存鲜姜
- 60 辣椒适合晒
- 60 加油盐保存番茄酱
- 60 豆芽可以泡水储存
- 60 放葱储食品可防苍蝇
- 61 红枣储存前宜用开水焯
- 61 宜用巧法储存花生米
- 61 苦瓜的储存
- 61 西葫芦最好立刻吃
- 61 糠皮能保存大蒜
- 62 储存竹笋宜注意保持水分
- 62 土豆的储存宜注意温度条件
- 62 储存苹果、梨时宜注意温度条件
- 62 储存香蕉时宜保持合适的温度
- 62 储存山楂宜通风和冷藏
- 62 大枣宜放阴凉处
- 63 宜巧妙储存柑橘
- 63 木瓜可以埋在米中
- 63 西瓜储存前宜用盐水浸泡
- 63 巧法储存削皮水果
- 63 宜选择器皿储存黄花菜、香菜

其他食物储存小窍门

64

- 64 忌在保温瓶里存放豆浆
- 64 蜂蜜不宜用金属器皿存放
- 64 牛奶不能见光
- 64 炼乳应避免光照射
- 64 乌梅要注意防潮
- 65 茶叶要罐装低温保存
- 65 放生姜片防蜂蜜变质
- 65 香油的储存宜加食盐
- 65 夏季宜巧妙储存食盐
- 66 香槟酒的保藏
- 66 宜用巧法储存酱油、醋
- 66 短期保鲜蛋糕方法
- 66 鲜面包不用天天买
- 66 存放食糖宜选合适的器皿



3. 厨房烹饪小窍门



米面乳制品烹饪小窍门

68

- 68 米不宜多淘、久泡、用力搓
- 68 流水淘米坏处多
- 68 煮饭不用生冷自来水
- 68 怎样熬米粥好吃
- 69 黑米粥饭的制作
- 69 熬蔬菜粥调味料后下锅
- 69 用粗粮“十谷米”熬粥润肺
- 69 捞饭要把米汤再利用
- 69 夹生米饭能补救
- 70 和面要“三光”

CONTENTS

- 70 煮元宵看火候 独特
- 70 和饺子面不单纯用水 71 包饺子馅面不剩的窍门
- 70 黏性食品刀切法 71 淀粉可代替薄面
- 71 加盐或鸡蛋增加肉馅黏性 71 煮饺子“盖锅煮馅，开锅煮皮”
- 71 西红柿肉馅饺子味美 71 蒸馒头用凉水
- 72 加葱尖或盐煮饺子不破不粘
- 72 巧热馒头
- 72 煮过水面加油盐汤清利落
- 72 牛奶加热时放糖有害
- 72 用热水瓶做泡粥
- 73 牛奶加咖啡冰块香味浓郁
- 73 快速熬绿豆汤
- 73 微波烹饪常识
- 73 居家做饭够吃就行

肉类海鲜烹饪小窍门

74

- 74 热水浸洗猪肉影响味道
- 74 用醋清洗猪肚效果好
- 74 肉丸制作要巧“打”
- 75 肉类烹饪前去异味
- 75 烧菜用酒的最佳时机
- 75 牛肉膻味消除法
- 75 炒牛肉宜用啤酒
- 75 用淘米水洗猪肉干净
- 76 烹兔肉多用香辛料
- 76 加绿豆可使牛羊肉更鲜美
- 76 羊肉膻味去除法
- 76 加萝卜羊肉味道更纯正
- 76 炖肉加什么熟得快
- 77 炖鸡肉牛肉高压锅沙锅并用
- 77 烹调牛羊肉巧用小苏打
- 77 烫鸭水不要烧开
- 77 菜籽油去异味方法
- 77 烹烧猪蹄略加醋
- 78 炖鸡肉宜香醋爆炒
- 78 肥肉去腻法
- 78 烹制猪腰子几个步骤
- 79 酱肉制品巧入味
- 79 白斩鸡怎样做才质嫩味美
- 79 肥肉去腻做法
- 79 老母鸡吊汤好
- 80 炖骨头汤注意掌握方法
- 80 猪肉皮加工假鱼肚
- 80 鱼腹黑膜要除净
- 80 烧鱼防肉碎
- 81 煎鱼防粘锅
- 81 鱼要这样烧才有好营养
- 81 活鱼烹调不利营养吸收
- 81 炒鳝鱼要配香菜
- 82 鲜鱼食用时间掌握法
- 82 好糖色炒出来
- 82 虾类烹饪常识
- 83 按顺序添加调味品
- 83 用辣酱自制辣油
- 83 沸水冲滋补品有损营养
- 83 鲜鱼余制鱼汤三法

蔬菜烹饪小窍门

84

- 84 淡盐水洗蔬菜好处多
- 84 豆腐用淡盐水浸泡可防炒碎
- 84 洗瓜蔬可适当用点洗涤剂
- 84 清除菜类残留农药五法
- 85 海带不宜长时间浸泡
- 85 姜汁入菜色味双佳
- 85 合理食用大白菜
- 85 吃土豆要先削皮
- 86 水中切洋葱可避免流眼泪
- 86 风味独特的皮蛋汤
- 86 做菜如何有效保持营养
- 86 莲藕生啖熟食两相宜
- 87 放盐时机因菜而异
- 87 加葱姜蒜爆锅得用温油
- 87 烧茄子盐腌干煸都省油
- 87 炸过鱼虾的油炸茄子好吃
- 88 盐搓毛豆色泽鲜丽
- 88 花生米泡涨后炸香脆
- 88 小锅炒菜增味三分
- 88 加牛奶制香酥味美的土豆丸子
- 89 炒豆芽放醋保护营养素
- 89 用胡萝卜做菜喜油多
- 89 蔬菜合炒营养互补
- 89 蔬菜现吃现买最新鲜
- 89 大蒜要捣碎了吃

蛋类烹饪小窍门

90

- 90 冷水打鸡蛋
- 90 滴食醋打漂亮的蛋花汤
- 91 吃松花蛋可放姜醋汁
- 91 炒鸡蛋不必放味精
- 90 煮鸡蛋先泡凉水
- 90 咸鸭蛋再加工“赛蟹肉”
- 91 鸡蛋煎炒滴点水或酒嫩滑

目录

91 3分钟煮熟鸡蛋
92 炒鸡蛋加砂糖

92 煎鸡蛋放足油
92 煎鸡蛋撒面粉

92 分离蛋黄、蛋白
92 蛋卷皮的制作

92 切白煮蛋的方法
93 蒸鸡蛋如何不“护皮”



4. 辨别小窍门



米面油辨别小窍门

94

94 识别大米霉变
94 大米质量的鉴别
95 大米含水分高低的鉴别
95 “有毒大米”的辨别
95 识别好稻米掺籼米

95 黑米的辨别法
96 识别陈小米冒充新米
96 鉴别挂面的质量
96 巧法鉴别方便面质量
96 鉴别面粉的质量

97 鉴别元宵及元宵粉质量
97 植物油种类的识别
97 鉴别食用植物油质量
98 玉米油的质量识别
98 花生油的质量识别

98 真假香油的识别
99 精制食用油的选择
99 识别掺假豆油

蔬菜水果辨别小窍门

100

100 分辨含有有害物质的蔬菜
100 鉴别催熟番茄
100 鉴别有毒蘑菇
100 鉴别冬、春笋质量
101 菇类的选购
101 黑木耳选购四妙法
101 腐竹等级的识别
101 鉴别银耳的质量

102 买白萝卜要看表皮
102 选择黄豆芽看头部颜色
102 正常的绿豆芽略是黄色的
102 豆粒饱满为好毛豆
102 如何区分两种刀豆
103 选购红辣椒看颜色
103 丝瓜要挑硬的买

103 表面有白霜的南瓜好
103 豆角要有弹力
103 买甜椒看色泽
103 西葫芦要看外观新鲜程度
103 洋葱应挑外层干爽的
104 鉴选荔枝
104 挑苹果用手捏
104 洋水果真伪识别法

104 激素水果的识别技巧
105 如何辨别水果罐头
105 宜购买优质哈密瓜、西瓜
105 宜购买优质的桃、杏和李子
105 宜购买新鲜葡萄

肉鱼蛋禽辨别小窍门

106

106 怎样鉴定鲜肉质量优劣
106 牛、羊肉的选购
106 猪肉好坏的鉴别
107 家畜活杀宰的鉴别

别窍门
107 怎样鉴别注水鸡鸭
107 新鸡老鸡的鉴别妙法
107 活鸡与病鸡的鉴别

108 劣质香肠巧识别
108 选购板鸭的方法
108 猪牛羊内脏的质量鉴别
109 鉴别5种猪肝的技巧

109 腌腊制品优劣巧鉴别
109 鉴别中毒鱼的技巧
109 鉴别有毒水产品的窍门
110 对虾鲜度的辨别

CONTENTS

- 110 选购冰虾仁的窍门
- 110 选购对虾三妙法
- 111 挑选螃蟹的方法
- 111 海蜇皮质量的鉴别
- 111 有光泽的泥鳅最新鲜
- 111 海蜇皮质量的鉴别
- 111 海参的选购
- 112 鱿鱼干质量的鉴别
- 112 选购带鱼的方法
- 112 虾米质量的鉴别
- 113 宜购买优质烧鸡
- 113 宜购买优质牡蛎和活贝
- 113 宜购买优质冻鱼
- 113 宜购买健康鳖

饮品甜品辨别小窍门

114

- 114 识别真假名酒的一般方法
- 114 酒类优劣鉴别法
- 114 果酒的质量鉴别
- 115 白酒的质量识别
- 115 啤酒质量识别
- 115 葡萄酒的选购方法
- 116 真假洋酒的鉴别
- 116 真假茶叶的鉴别
- 116 识别新茶要诀
- 117 不同季节茶叶鉴别技巧
- 117 陈茶新茶巧鉴别
- 117 妙识晒干茶
- 117 妙识染色茶
- 118 固体饮料质量的鉴别
- 118 变质果汁的识别法
- 118 选购常规饮料的方法
- 118 碳酸饮料的选购常识
- 119 果汁与果子露的识别
- 119 妙识牛奶的好坏
- 119 果汁真伪识别小窍门
- 119 识别天然矿泉水的窍门
- 120 变质酸奶的识别技巧
- 120 鉴别巧克力的质量
- 120 纯牛奶与含乳饮料的识别
- 120 真假奶粉识别法
- 121 鉴别掺假蜂蜜筒易法
- 121 食糖的质量
- 121 蜂蜜优劣鉴别法
- 121 鉴别糖果的质量

家电辨别小窍门

122

- 122 识别假冒伪劣大屏幕彩电
- 122 等离子彩电选购常识
- 123 彩色电视机的质量鉴别
- 123 冒牌彩电识别法
- 124 选购浴霸的常识
- 124 电热水器选购
- 124 选购电冰箱的常识
- 124 微波炉选购
- 125 空调的质量鉴别常识
- 125 电磁炉的选购
- 126 电子节能灯的选购常识
- 126 选购数码相机的常识
- 127 灯具的选购
- 127 购买数码相机省钱窍门
- 127 买数码产品省钱之道

家居品辨别小窍门

128

- 128 如何选购瓷砖
- 128 家庭橱柜质量鉴别
- 128 油漆的质量识别
- 129 如何挑选优质水龙头
- 129 选购石材窍门
- 129 真皮沙发的选购
- 130 如何选购绿色环保家具
- 130 木质家具的选购常识
- 130 橱柜的选购
- 131 沙发的挑选
- 131 选购床垫的常识
- 131 玻璃镜的质量鉴别

服装化妆品辨别小窍门

132

- 132 购衣省钱之道
- 132 买衣十不要
- 133 挑选羽绒服的常识
- 133 丝绸服装选购
- 133 化妆品质量的鉴别

目录

保健品辨别小窍门

134

- 134 人参的选购
- 134 蛤什蟆油质量的鉴别
- 134 山参与园参的识别
- 135 西洋参的特点及其
- 真伪的鉴别
- 135 人参质量优劣鉴别法
- 136 冰片质量的简易识别
- 136 伪品鹿茸的鉴别
- 136 劣质鹿茸的鉴别方法
- 137 三类蜂王浆的比较识别
- 137 蚕蛹挑选浅黄色的
- 137 珍珠真伪识别
- 137 肉豆蔻香气浓
- 138 蛤什蟆油的真假鉴别
- 138 冬虫夏草真伪识别



5. 清清小窍门

厨房清洁小窍门

140

- 140 地面油污巧清洁
- 140 水池清洁小窍门
- 140 灶具墙壁清洁妙招
- 140 微波炉的清洁
- 141 料理台巧清洁
- 141 巧刷厨房纱窗
- 141 巧除煤气炉污垢
- 141 消毒柜的清洁
- 141 碗柜的清洁
- 141 排水管的清洁
- 142 巧除铁锅油垢
- 142 咖啡杯清洗妙招
- 142 洗碗小窍门
- 142 除铝锅水垢
- 142 巧去鱼腥味
- 142 茶垢巧除
- 142 巧除锅盖上的油渍
- 142 巧除热水瓶中的水垢
- 143 菜篮清洁
- 143 巧洗果汁机
- 143 电饭锅“沾底”好清洗
- 143 菜刀清洗技巧
- 143 去除刀锈妙招
- 143 巧洗玻璃杯
- 144 番茄巧去铝锅油污
- 144 研钵污垢巧清除
- 144 洗烧焦的牛奶锅
- 144 高压锅的清洗
- 144 清洗有酸性味的餐具
- 144 巧去厨房异味
- 144 洗筷筒的窍门
- 144 木砧板发黑巧处理
- 145 苏打粉去铁锅焦黑表面
- 145 消除瓶罐中异味
- 145 塑料砧板污迹巧除
- 145 面粉袋清洗妙招
- 145 咖啡壶的清洁
- 145 刷锅用碱水可保光泽
- 145 巧除烧水时的浮油
- 146 抹布清洁三法
- 146 洗碗盆的清洗
- 146 巧洗刀叉
- 146 果盘、冷食餐具的洗涤
- 146 巧清除茶壶表面污渍
- 146 雕花玻璃器皿的清洁
- 147 陶瓷案台的清洁
- 147 洗碗机的清洁
- 147 烤面包机的清洁
- 147 巧除饭盒霉味
- 147 食物处理机的清洁
- 147 巧清洗平底锅
- 147 砧板防裂小窍门
- 148 烤箱巧清洁
- 148 巧清洁玻璃桌
- 148 吸尘器的清洁
- 148 电饭煲外表的清洁
- 148 搅拌机外表的清洁
- 148 塑料碗碟的清洗
- 148 厨房白色柜的清洁
- 149 冷藏室和冷冻室的清洁
- 149 冰箱异味清除五妙招
- 149 铜锅的清洁
- 149 玻璃锅的清洁妙招
- 149 发霉铁锅清洗窍门
- 150 巧去餐盘鱼腥味
- 150 巧清洁玻璃桌
- 150 厨房木质餐桌烫痕去除
- 150 绞肉机的清洗窍门
- 150 巧清洁厨房玻璃
- 150 厨房瓷砖接缝处的巧清洗
- 151 清洗油渍餐具的小窍门
- 151 除水壶水垢三法
- 151 木质餐具水渍清洗窍门
- 151 巧清洁排气扇
- 151 烟灰巧洗油杯
- 152 沙锅清洗小窍门



CONTENTS

152 巧用面包清除厨房
墙壁
152 巧除微波炉的异味
152 案台橱柜异味巧处理

152 苏打粉去餐柜的霉垢
152 云石案台白印巧去除
153 厨房天花板油渍巧
清除

153 清洗铝框油渍小窍门
153 通气窗油污巧清除
153 蒸屉变黑的清洁窍门
153 墙壁烟熏巧处理

153 油渍味巧清除
153 小器皿的清洁

衣物清洗小窍门

154

154 洗化纤织品的小窍门
154 洗羊毛衣物的小窍门
154 巧洗涂改液渍
154 丝绸衣物的清洗窍门
154 洗棉衣物的窍门
155 汗衫的洗涤小窍门
155 羽绒制品清洗窍门
155 清洗染色衣服的窍门
155 洗皮质衣物小窍门
155 呢料衣服清洗妙法
156 红墨水渍的巧去除
156 酱油渍巧去除
156 巧清洗草渍
156 巧除衣物酒渍
157 蓝墨水清洗小窍门
157 除葡萄汁渍的小窍门
157 清洗口红印小窍门
157 巧克力污渍去除法
157 除鸡蛋渍的小窍门
157 除菜汤渍的窍门
158 巧洗白衣黑斑
158 茶水渍巧清除
158 除羊毛膻味的小
窍门
158 巧除西红柿斑
158 除翻毛裘衣油渍的
小窍门
158 兔毛衣服洗涤小窍门
158 巧除墨汁渍

159 巧除沥青渍
159 衣物泛黄清洗小窍门
159 去除漆渍的小窍门
159 除去碘酒的小窍门
159 除咖啡渍的小窍门
159 巧除绸衣黄色小窍门
159 巧去黄药水渍
159 洗涤开司米的窍门
160 巧除冰淇淋渍
160 除尿渍的小窍门
160 除膏药渍的小窍门
160 西装洗涤小窍门
160 去除陈血渍的小窍门
161 去除衣物霉渍的窍门
161 巧除新血渍
161 清洗白衣白袜的小
窍门
161 除蟹黄渍的小窍门
161 去除衣物怪味的小
窍门
161 巧去除蜡烛油
162 巧除黄泥渍
162 减少泡沫的窍门
162 巧除松树油渍
162 巧除复写纸、蜡笔色渍
162 巧除白色皮毛发黄
的窍门
162 长袖衬衫机洗小窍门
162 巧除圆珠笔油渍

163 去除烟油渍的小
窍门
163 巧除食用油渍的小
窍门
163 衣物汗渍清洁小窍门
163 巧除紫药水渍
163 软皮手套的清洗小
窍门
163 口香糖渍巧清除
164 巧除桐油渍
164 巧除绒布灰尘
164 巧洗绒衣绒裤
164 白糖巧去醋渍
164 清洗毛料裤的小
窍门
164 毛衣洗晒的窍门
164 巧洗衬衣领子和袖口
165 洗衣不掉色的妙招
165 巧洗牛仔褲不变形
165 巧洗牛仔褲不褪色
165 巧洗牛仔褲不褪色
166 巧洗牛仔褲不褪色
166 巧除皮草霉味
166 除球衣上熨号迹
166 巧除西装上的招纸印
166 洗棉织帽的小窍门
166 清洗真丝围巾的窍门
166 巧洗毛巾污渍

167 巧除真皮包的霉污
167 清洗合成皮包的小
窍门
167 染料渍的去除小窍门
167 巧洗内衣不变形
167 清洗臭袜子的窍门
167 巧除皮箱上的霉点
167 如何清理皮面夹克
167 巧洗书包污渍
168 巧洗帆布包
168 巧除皮包油污
168 毛巾衫巧洗涤
168 牛奶渍巧清洁
168 巧除真皮鞋上的
泥土
168 洗白球鞋的小窍门
168 巧除麂皮发霉
168 巧除衣物可乐污渍
169 冬天大衣巧清洁
169 衣服混泡染色巧处理
169 巧除香水、指甲油渍
169 巧除皮鞋上的油滴
169 巧除皮鞋上的油漆渍
169 巧洗呕吐渍
169 泳衣巧清洗
170 巧除万能胶
170 毛巾衫巧洗涤
170 内裤清洗小窍门
170 针织帽的清洗技巧

目录

- 170 草织帽清洁小窍门
- 170 清洗保暖内衣的窍门
- 170 缩水毛衣巧处理
- 171 洗衣物不留洗衣斑的窍门
- 171 巧洗毛绒玩具
- 171 巧除黄泥渍
- 171 篮球鞋巧清洗
- 171 新毛衣异味巧清除
- 172 巧除羽绒服皂渍
- 172 衣物褪色巧处理
- 172 染色包清洁小窍门
- 172 巧防止衣物领、袖口松垮
- 172 新买的内衣要先洗后穿
- 172 清洗领带的小窍门
- 173 围巾清洗的小窍门
- 173 白毛衣除尘
- 173 巧除皱褶
- 173 宝宝衣物清洗法
- 173 巧除蜜桃汁

卫生间清洁小窍门

- 174 卫生间磁砖的清洁
- 174 巧清洁镜子
- 174 浴室拉门巧清洗
- 174 卫生间洗脸台的清洁
- 174 浴缸清洁窍门
- 174 电热水器的清洁
- 174 排水口的清洁
- 175 巧清洗淋浴喷头
- 175 马桶巧清洁二法
- 175 浴帘清洁小窍门
- 175 巧除浴室天花板霉菌
- 175 巧除卫生间异味
- 176 瓷盆巧除锈
- 176 巧除浴缸中的水泥污垢
- 176 浴用小件的巧清洗
- 176 厕兜巧清洁
- 176 巧铺浴室擦脚垫
- 177 浴室木门巧防潮
- 177 瓷浴缸光亮巧恢复
- 177 浴室地板巧清洁
- 177 浴巾巧清洁
- 177 马桶清洁忌用热水
- 178 巧除瓷砖牙膏渍
- 178 巧清洗洗手间门上的霉斑
- 178 马桶臭味巧除二法
- 178 浴缸厕所的消毒
- 178 淋浴拉门轨道的清洁
- 179 洗脸台巧清洗
- 179 排水管的清洁疏通
- 179 巧止冲厕臭味
- 179 防止浴缸打滑的小窍门
- 179 正确选用浴室的洗涤剂

居室清洁小窍门

- 180 巧除地毯焦痕
- 180 巧除地毯压痕
- 180 地毯清洁小窍门
- 180 巧除墙壁蜡笔渍
- 180 瓷砖、大理石的清洁
- 180 木质地板的清洁
- 181 墙面的巧清洁
- 181 家具清洁两忌
- 181 巧洗百叶窗
- 181 居室死角卫生巧清洁
- 181 木质家具裂缝巧处理
- 182 巧用牙膏清洁白色家具
- 182 巧洗海绵垫
- 182 地毯墨水渍巧清洁
- 182 巧清洗毛绒沙发
- 182 巧洗皮质沙发
- 182 布艺沙发的清洗窍门
- 183 凉席巧清洗
- 183 窗帘的清洗
- 183 巧用醋除家具上标签
- 183 家具打蜡的技巧
- 183 家具擦痕巧处理
- 183 地板打蜡的技巧
- 183 琴键巧清洁
- 184 巧恢复家具漆面光泽
- 184 塑料地板巧清洁
- 184 重物移动小窍门
- 184 巧开铁锈锁
- 184 地毯清洁保养小窍门
- 184 巧用淘米水清洁木质家具
- 184 巧取碎灯泡灯头
- 185 巧除云石的茶锈渍
- 185 巧用酒精去除室内霉菌
- 185 巧除天花板霉斑
- 185 墙纸污迹清洁妙招
- 185 塑料家具保养的小窍门
- 185 巧去衣柜油漆味
- 186 窗户浅沟处污垢巧处理
- 186 藤制家具的清洁窍门
- 186 玻璃水渍巧处理
- 186 巧清洁窗台
- 186 藤制家具巧防变色
- 186 柱子的清洁
- 186 牛奶巧洗家具
- 186 巧用锡箔纸擦茶桌
- 187 地毯烧焦巧处理
- 187 木板墙面的清洁
- 187 钢琴的清洁
- 187 石、砖墙巧清洁
- 187 瓷砖墙壁的清洁
- 187 人造皮革家具的清洁

CONTENTS

家电清洁小窍门

188

- | | | | |
|-----------------|------------------|--------------|----------------|
| 188 电话机的清洁 | 190 电风扇清洁窍门 | 191 冰箱面板的清洁 | 193 洗衣机的清洁窍门 |
| 188 巧洗数码镜头 | 190 电熨斗的巧清洗 | 191 水晶吊灯巧清洗 | 193 巧除家电缝隙灰尘 |
| 188 电脑显示器、主机的清洁 | 190 数码相机 LCD 的清洁 | 192 相机镜头的清洗 | 193 电热毯的清洁 |
| 188 电脑鼠标、键盘的清洁 | 190 磁头的清洗 | 192 打印机清洗窍门 | 194 手表进水巧处理 |
| 189 开关、插座、灯罩清洁 | 190 清洗磁带 | 192 电视机的保养窍门 | 194 珍珠的清洗窍门 |
| 189 电视机的清洁技巧 | 191 手机泡水巧处理 | 192 吸尘器的保养窍门 | 194 黄金首饰的清洗 |
| 189 空调巧清洁 | 191 遥控器失灵的清洗窍门 | 192 冰箱背部的清洁 | 194 宝石戒指巧清洗 |
| 189 清洁家用电器的线路板 | 191 笔记本电脑的清洁 | 193 饮水机的清洁窍门 | 194 钻石清洗窍门 |
| | | 193 垃圾处理器的清洁 | 194 银饰的清洗 |
| | | | 194 电脑显示器边框巧清洁 |



6. 收纳小窍门



衣物收纳小窍门

196

- | | | | |
|-----------------|----------------|----------------|---------------|
| 196 整体收纳的基本原则 | 198 领带的收纳方法 | 201 皮带的收纳方法 | 褶处理法 |
| 196 牛仔裤的收纳方法 | 199 丝袜的折叠收纳法 | 201 长裤固定法 | 204 针织衫的收纳方法 |
| 196 不怕皱的衣服的收纳方法 | 199 长靴的收纳方法 | 202 旧衣大变身 | 204 皮衣的收纳方法 |
| 196 找出最佳的收纳地点 | 199 胸罩的折叠收纳法 | 202 不常穿的鞋子收纳法 | 204 羊绒衫的收纳方法 |
| 197 衬衫的收纳方法 | 200 连帽衫的收纳方法 | 202 衣物的存放 | 204 裘皮大衣的收纳方法 |
| 197 易变形的裤子的收纳方法 | 200 化纤衣物的收纳方法 | 202 做好衣柜的上下搭配 | 205 丝绸衣物的收纳方法 |
| 197 毛衣收纳法 | 200 旅行时衣物快干法 | 202 丝袜使用小秘方 | 205 纯棉绒衣的收纳方法 |
| 197 T 恤衫收纳法 | 200 夹克的收纳方法 | 203 帽子不变形 | 205 尼绒衣物的收纳方法 |
| 198 内裤的折叠收纳法 | 200 连身丝袜的收纳 | 203 依照衣服长短节省空间 | 205 纯棉外衣的收纳方法 |
| 198 长袖衣服的收纳方法 | 201 鞋套让你轻松带凉鞋 | 203 冬季大衣的收纳方法 | 205 浅色衣物的收纳方法 |
| 198 袜子的折叠收纳法 | 201 衬裙的折叠法 | 203 衣服纽扣的保护 | 205 冬衣的收纳方法 |
| | 201 贴身衣物的折法与收纳 | 203 出外旅行时衣物有 | 206 丝巾的收纳方法 |
| | | | 206 长靴不变形的收纳 |

目录

方法

206 让衣服公平亮相

206 雨衣的收纳方法

207 小物件的收纳方法

207 大小提包的有效收纳

207 报纸有妙用

207 束腿裤的收纳方法

207 束形内衣的收纳方法

207 披肩的收纳方法

207 多年皱褶消除法

207 衣柜里侧的收纳法

厨房收纳小窍门

208 玻璃瓶调料的收纳方法

208 冰箱门格里的收纳方法

208 在餐桌的下面收纳杂物

208 考虑厨房物品的使用频率

208 厨房食谱的收纳方法

208 调料的收纳方法

209 不要累积过多的物品

209 吊柜可以用来收纳

209 明细收纳小储物格

209 冰箱空间大利用

209 筷子和勺子的收纳方法

209 水槽下的柜门上挂垃圾袋

210 铁篮子收纳料理工具

210 厨房清洁工具的收纳方法

210 厨房小工具的收纳方法

210 洗涤用品放在水盆柜里面

210 垃圾桶的收纳方法

211 贴墙挂钩挂东西很方便

方便

211 微波炉也是微波用具的收纳地

211 干货的收纳方法

211 蔬菜的收纳方法

211 茶杯的收纳方法

211 碗碟的收纳方法

208

卫生间收纳小窍门

212 在洗衣机下方安装毛巾架

212 收纳袋巧利用

212 凹凸墙面巧收纳

212 将同类物品收纳在一起

212 浴室天井空间巧利用

212 玻璃架收纳法

213 用塑料壁兜巧进行收纳

213 镜后空间巧利用

213 用纸巾盒收纳卫生巾

213 用毛巾架收纳浴室拖鞋

213 利用墙面空间

213 洗涤用品的收纳方法

214 用链子串接卫生纸

214 梳妆台隔架巧收纳

214 巧用玻璃收纳架

214 连壁隔板及塑料储物盒收纳法

物盒收纳法

214 利用洗脸池上面的空间

214 洗脸池下面设置储物架

214 巧利用卫生间空隙空间

214 浴室门后巧装筐

214 防水储物盒就是最好选择

215 充分利用面盆下面的空间

215 洗衣网袋的妙用

215 吸盘挂钩巧收纳

215 洗衣机侧面大利用

215 妙用镜柜

215 饮料小桶巧收纳

215 墙上挂壁兜

215 浴镜旁的收纳

212

卧室收纳小窍门

216 藤篮收纳丝巾围巾

216 巧利用花盆架

216 纵向利用空间

216 墙角空间巧利用

216 床尾空间的巧利用

216 床头的墙壁艺术收纳

217 衣柜墙壁间小空间巧利用

217 床底收纳方法

217 衣柜顶部神奇收纳

空间

217 玩具箱 DIY

217 首饰收纳盒

217 自制带纸箱抽屉的箱式柜

217 巧利用床头两边墙壁空间

216

CONTENTS

小物件收纳小窍门

218

- 218 包包的收纳方法
- 218 资料夹整理旅游资料
- 218 粉类收纳大公开
- 219 超好用插针包
- 219 将发饰完整收纳
- 219 油性笔做密封袋
- 219 小相簿的大利用
- 219 照片的收纳方法
- 219 收纳底片
- 219 手机链的收纳方法
- 220 手链的收纳方法
- 220 项链的收纳方法
- 220 别针的收纳与展示
- 220 戒指的收纳方法
- 220 分类整理小东西的方法
- 220 善用不要的纸箱
- 221 发卡的收纳方法
- 221 珍珠的收纳
- 221 旅游地图要放好
- 221 整理数码充电器
- 221 票据的收纳方法
- 221 银饰的收纳与保养
- 221 录像带空盒是收纳好工具
- 222 橡皮圈密封法
- 222 棉被的收纳方法
- 222 化妆品存放小叮咛
- 222 遥控器的收纳方法
- 222 报纸的收纳方法
- 222 杂志不乱倒
- 222 面巾纸盒的收纳方法
- 222 空底片盒收纳小东西
- 223 笔的收纳方法
- 223 说明书的收纳方法
- 223 打折卡、积分卡的收纳方法
- 223 针类物品的收纳方法
- 223 拖鞋的收纳方法
- 223 手机的收纳方法
- 223 雨伞的收纳方法
- 223 纸抽盒的收纳方法
- 223 针类物品的收纳方法
- 224 书籍的收纳方法
- 224 信件的收纳方法
- 224 布娃娃的收纳方法
- 224 化妆品、保养品的收纳方法
- 224 固定衣架的方法



7. 熨烫晾晒小窍门



熨烫小窍门

226

- 226 在衣服上喷水熨烫平整
- 226 熨烫更省力
- 226 怎样才能熨得更好
- 227 衣服洗干净才能熨烫
- 227 注意熨烫标示
- 227 衬衫熨烫法
- 227 衣边熨烫法
- 227 衣领熨烫法
- 228 长裤熨烫法
- 228 西装裤熨烫法
- 228 大衣熨烫法
- 228 毛衣熨烫法
- 229 棉布衣服熨烫法
- 229 容易变形的裤子熨烫法
- 229 丝绸熨烫法
- 229 羊绒制品熨烫法
- 230 化纤衣物熨烫法
- 230 羊毛织物熨烫法
- 230 毛料织物熨烫法
- 231 领带熨烫法
- 231 皮革服装熨烫法
- 231 唐装熨烫法
- 231 羽绒服熨烫法
- 231 裙子熨烫法
- 232 风衣熨烫法
- 232 女式衬衫衣袖熨烫法
- 232 刺绣部分熨烫法
- 232 西服熨烫法
- 233 补救烫坏的衣物
- 233 熨完的衣物挂起来
- 233 用醋熨衣服
- 233 烫衣服同时熨床单
- 233 丝巾熨烫法

目录

晾晒小窍门

234

- 234 衣服不要在阳光下暴晒
- 234 晾晒衣服要注意风向
- 234 不同颜色衣服的晾晒
- 234 晾晒前一定要整形
- 235 晾晒被子
- 235 有些被子不宜拍打
- 235 晒衣除皱法
- 235 毛料服装
- 235 毛衣晒干法
- 235 皮衣的晾晒
- 236 裙子晾晒法
- 236 化纤类衣服
- 236 纯棉、棉麻类服装
- 236 丝绸服装晾晒法
- 236 牛仔服应带水晾晒



8. 日常品妙用



日常用品妙用

238

- 238 牙膏能修复手表细纹
- 238 牙膏去汗渍油垢
- 238 牙膏去除积垢
- 238 牙膏去除银器氧化层
- 238 牙膏使车辆型号标识重现光泽
- 238 牙膏去除灶台焦垢
- 238 牙膏可去除墙面字迹
- 239 牙膏能治脚气
- 239 毛巾能避免火灾
- 239 热毛巾可以取玻璃板下受潮的照片
- 239 毛巾能修复地毯凹痕
- 239 毛巾清除绒面沙发上的灰尘
- 239 毛巾能去除电熨斗的锈污
- 240 用毛巾自制抹布
- 240 小苏打的烹饪妙用
- 240 小苏打能清除水垢、黄斑
- 240 小苏打放在冰箱里可以排除异味
- 240 小苏打可以消除宠物的尿臊味
- 241 小苏打可修复受损头发
- 241 小苏打可消除双脚疲劳
- 241 茶叶可放冰箱冷藏
- 241 肥皂可用于装修
- 241 肥皂能消肿
- 241 肥皂能防止产生霉斑
- 241 肥皂能轻松去锅底黑斑
- 242 冷藏干电池可防漏电
- 242 电熨斗的妙用
- 242 用熨斗恢复倒绒
- 242 生姜放入冰箱不干燥
- 242 蜡烛放冰箱可以防止滴蜡油
- 242 吸尘器可节省储藏空间
- 243 咸鸭蛋放入冰箱容易切
- 243 用吸尘器吸附小东西
- 243 微波炉能消毒
- 243 中药材加热后保存时间长
- 243 加热抹布能杀菌
- 243 蔬菜干燥脱水

调味品的妙用

244

- 244 撒盐能铲下沾在锅上的面
- 244 盐水可发面
- 244 和面时可加盐
- 244 过咸的腌肉可用淡盐水清洗
- 244 凉拌西红柿可放盐
- 244 用盐水清洗下水
- 245 菠萝在淡盐水中浸泡去苦涩味
- 245 藕切好放入盐水中不变色
- 245 豆腐在淡盐水中浸泡不易破碎
- 245 做泡菜放盐质量好
- 245 淡盐水漱口预防感冒
- 245 桃放入盐水里浸泡易剥皮
- 245 喝盐水治便秘
- 245 盐水可止痒