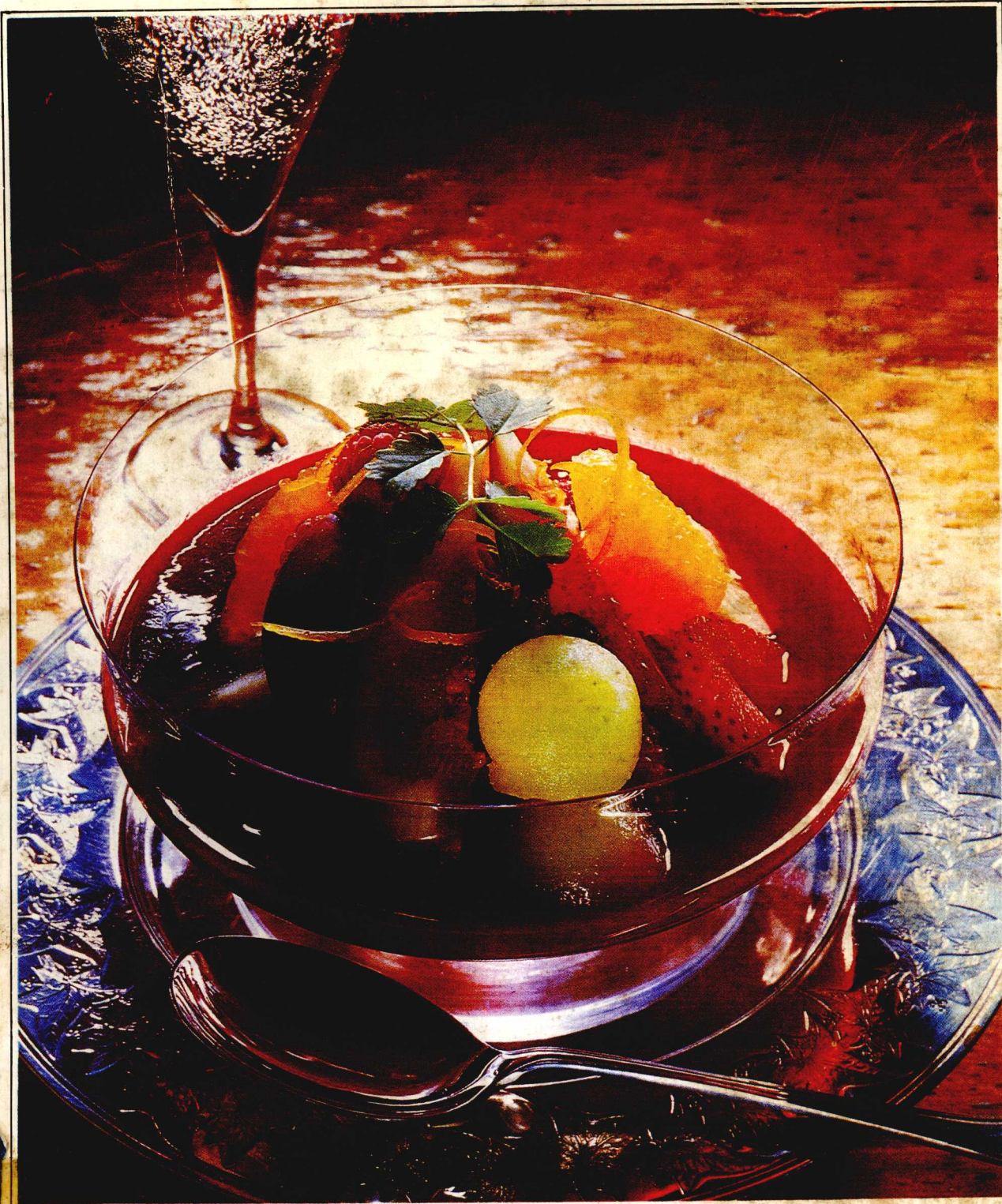




现代家务艺术

现代家务艺术

伊文编

吉林人民出版社

目 录

第一编 美化家庭

房间的色调及照明.....	1
水泥地面的涂漆.....	2
怎样打水磨石地面.....	3
怎样使房间变大些.....	4
怎样贴瓷砖.....	4
青老年的居室要有区别.....	5
怎样贴塑料墙壁纸.....	5
怎样使家具更光亮.....	6
怎样打水泥地面.....	7

第二编 饮食天地

注意饮食卫生.....	9
不要空肚子喝牛奶、豆浆.....	9
怎样除羊肉膻味.....	9
“肉枣”不能吃.....	10
不要吃发芽的马铃薯.....	10
怎样煎鱼不粘锅.....	10
怎样去除鱼的腥味.....	11
怎样烧汤味更鲜.....	11
腌菜的学问.....	11

怎样保持蔬菜的营养·····	12
调味与火候·····	12
做菜何时放盐好·····	13
怎样保持粮食中的养分·····	13
鸡、鸭快速退毛·····	13
蜂蜜的作用·····	13
科学地调配幼儿膳食·····	14
黄豆芽的营养高于黄豆·····	14
皮蛋的营养和吃法·····	14
肉类的腌制·····	15
怎样保管粮食·····	15
怎样保持菜肴中的醋味·····	15
西红柿的保鲜·····	15
怎样鉴别奶粉好坏·····	16
怎样选购啤酒·····	16
鱼苦胆破了怎样除苦味·····	17
鱼、肉如何保鲜·····	17
如何鉴别蛋类的质量·····	17
冻肉如何解冻·····	17
病人应忌哪些食物·····	18
带鱼怎样快速去鳞·····	18
怎样挑选松花蛋·····	19
熏烤食品吃多了有害·····	19
喝醉酒了怎么办·····	19
怎样煮海带·····	19
怎样除去米饭的焦糊味·····	20
味精的正确使用·····	20
每日膳食营养素供给量应是多少·····	20
新鲜肉类的鉴别·····	21
火腿、腊肉的质量鉴别·····	21
咸肉的质量鉴别·····	22
家禽的质量鉴别·····	22
鱼类的质量鉴别·····	23
其他水产品的质量鉴别·····	24
调味佳品——葱·····	24

鸡蛋保鲜法.....	24
可以适当吃些肥肉.....	25
炖猪肉怎样烂得快.....	25
牛肉怎样烂得快.....	25
咸菜的贮存.....	25
怎样挑选西瓜.....	26
西瓜可以长期保存.....	26
炒菜何时放酱油.....	26
怎样制做泡菜.....	26
怎样煮面条.....	27
怎样存放茶叶.....	27
怎样发海参.....	28
怎样发鱿鱼.....	29
怎样发海蜇.....	29
怎样胀发蹄筋.....	29
怎样发干贝.....	30
拌凉菜要注意消毒.....	30
苹果的贮存.....	30
怎样炒肉片.....	31
酒该何时放.....	31
酱油、醋的防霉法.....	31
注意防止松花蛋中毒.....	31
醋的药用.....	32
大蒜生吃好.....	32
啤酒疗法.....	32
葱能治病.....	32
怎样存放香菜.....	33
炸鱼的油可除腥味.....	33
不要用热水浸洗猪肉.....	33
旺火与文火.....	33
怎样洗肠、肚.....	34
酒有多种用途.....	34
这些不良的饮食习惯应该改变.....	34
煮饺子的学问.....	35
黄瓜霜能治疗口腔溃疡.....	35

茶叶的药用·····	35
家庭窖存冬菜·····	36
怎样煮元宵·····	36
煮稀饭不宜放碱·····	36
快速发面法·····	36
食盐的用处多·····	37
菠菜的吃法·····	37
怎样腌鸡、鸭蛋·····	37
怎样腌酸菜·····	38
虾米皮可防治小儿佝偻病·····	38
怎样选购银耳·····	38
姜、蒜、葱、椒的保鲜·····	40
醋的功用·····	40
糖蒜和糖醋蒜的加工方法·····	40
绵羊肉与山羊肉有何区别·····	41
怎样识别茶叶的真假·····	41
葡萄酒的种类与选用·····	41
食物可诱发偏头痛·····	42
儿童应少吃油条·····	43
土豆的烹调·····	43
吃鸡蛋多多亦善吗·····	43

第三编 生活用品点滴

给厨具去污·····	45
怎样使用铁锅·····	45
高压锅的使用·····	46
高压锅的妙用·····	46
怎样保护沙锅·····	47
气压暖瓶通畅有方·····	47
如何选购电子表·····	47
衣物勤洗好处多·····	48
机械手表为什么冬快夏慢·····	48
化纤织品的洗涤熨烫·····	48
煤气有股臭味是怎么回事·····	49
煤气灶“放炮”及其消除·····	49
食品的冷冻和冷藏·····	50

怎样选用铝锅·····	51
铝锅除垢方法·····	52
铝锅的修补·····	52
怎样选用缝纫机针·····	52
怎样使用肥皂和洗涤剂·····	52
存放整理服装要讲究·····	53
轻型摩托车常见故障的判断和排除·····	54
怎样选配围巾·····	55
旅游眼镜的选择·····	55
节约煤气有方·····	56
自行车的型号编制·····	56
自行车的车型·····	57
自行车的使用·····	57
自行车的保养·····	58
摩托车的日常保养·····	58
选用哪种弹子门锁好·····	59
盛过油的器皿怎么洗·····	59
保温瓶质量的鉴别·····	59
使用合成洗衣粉三忌·····	60
拉锁出了毛病怎么办·····	60
怎样使用卫生球·····	60
怎样防止眼镜上的水汽·····	61
铁器的除锈防锈法·····	61
怎样给手表上条·····	61
自动手表使用须知·····	61
不锈钢餐具的保养·····	62
几种常用胶粘剂·····	62

第四编 家庭艺术生活

轻音乐·····	65
古典音乐和爵士音乐·····	65
偶然音乐·····	65
咏叹调·····	65
波尔卡·····	66
华尔兹·····	66
探戈·····	66

交响曲	66
夜曲	67
小夜曲	67
幻想曲	67
狂想曲	67
进行曲	67
音乐对胎儿的奇特作用	67
音乐可使家庭和谐	68
怎样欣赏音乐	68
怎样欣赏声乐曲	69
怎样欣赏器乐曲	69
跳舞时怎样邀请舞伴	70
跳舞时应注意些什么	70
跳舞时男女手臂的握法	71
摄影时怎样取景	71
怎样用光圈和快门	71
怎样掌握景深	72
风光摄影	73
摄影器材的性能	73
插花艺术	74
插花的造型艺术	75
插花的构思艺术	75
插花的搭配艺术	75
插花器皿艺术	75
插花的保鲜法	76
怎样养花	76
盆花的冬季管理	77

第五编 交际与礼节

聊天有学问	78
与人交谈的艺术	79
要学会听	81
怎样道谢	82
串门有学问	83
与人交往要注意礼节	84
注意衣着打扮	86

第六编 家用电器

电视机的选购·····	88
怎样收看电视效果好·····	88
怎样保护电视机·····	89
怎样调整新购置的彩色电视机·····	90
彩色电视机为什么图象有时没有彩色·····	90
怎样架设室外天线·····	90
不要频繁开关电视机·····	91
正确使用电视机的天线·····	91
收看彩电的最佳距离·····	92
防止彩电被磁化·····	92
电视机要防止哪些干扰·····	93
电视机与录像机的配合使用方法·····	93
清洁录像机磁头的方法·····	94
怎样选购称心如意的电冰箱·····	95
电冰箱的等级·····	96
搬运电冰箱切不可倒置·····	96
电冰箱食物怎样放合理·····	96
电冰箱压缩机启、停频繁是何原因·····	97
冰箱运行中出现磁撞声怎么办·····	97
用简单方法检查制冷剂是否泄漏·····	97
电冰箱不是“保险箱”·····	98
巧用电冰箱的化霜装置·····	98
冬季电冰箱是否停用·····	98
怎样使用电冰箱更省电·····	99
几种国产家用电冰箱的耗电情况·····	99
电子钟·····	100
石英电子表·····	100
电熨斗·····	101
使用电熨斗的节电法·····	101
怎样判定电熨斗的温度·····	101
如何给电熨斗去垢·····	102
使用电熨斗应注意什么·····	102
喷汽电熨斗出现漏水、漏气现象怎么办·····	102
电饭煲·····	102

电饭煲的使用与维修.....	103
电烤炉.....	103
电褥子.....	103
洗衣机.....	104
洗衣机的使用.....	104
洗衣机的维修.....	104
防止洗衣机漏电伤人.....	105
怎样洗衣服更干净.....	105
如何减轻洗衣机的噪音.....	106
吸尘器.....	106
怎样使用吸尘器.....	106
吸尘器的维护.....	107
吸尘器吸力下降是什么原因.....	107
空调器.....	107
怎样确定房间的空调负荷量.....	108
如何选择窗式空调器的安装地点.....	109
怎样安装窗式空调器.....	109
使用窗式空调器应注意事项.....	110
普及型录音机不宜选用高级磁带.....	110
盒式磁带有哪些种类.....	111
立体声信号磁带和单声道信号磁带是否可以通用.....	111
怎样使用和保管录音磁带.....	111
如何判断录音机磁头是否衰老.....	112
使用录音机应注意哪些问题.....	112
如何使用录音机的电脑选曲装置.....	112
音箱.....	113
怎样调试音箱.....	113
录音小窍门.....	114
电风扇的选购.....	114
电扇在使用中应注意什么.....	114
开、关电扇电源应注意什么.....	115
怎样使用电风扇的摇头装置.....	115
电扇上的定时旋钮的正确使用.....	116
电热杯的应急修理.....	116
电吹风.....	116

使用电吹风应注意什么	116
电吹风的修理	116
袖珍电子计算器	118
电动剃须刀	118
保险丝的故障排除	118
微机常识	119
电磁灶	119
选用哪种电子琴好	120
如何选用家用电度表	120
新型家用炊具——微波灶	121
微波灶的特点	121
简单易做的家常便饭	122
香肠炒油菜	122
蛋炒饭	122
炒土豆丝	122
雪里蕻烧豆腐	122
虾皮萝卜丝汤	123
菠菜肉末汤	123
韭菜炒肉	123
绿豆芽炒肉丝	123
土豆烧牛肉	124
葱烧豆腐	124
肉丝炒干豆腐	124
打卤面	124
蒜苗炒肉	125
浇汁鱼	125
麻辣豆腐	125
酸溜卷心菜	126
糯米香藕	126
藕泥糖丸	126
糖醋瓜皮	126
扒鸡	127
烹带鱼	127
糖醋咕嚕肉	127
陈皮鸡丝	128

元盅鸡	128
熘带鱼	128
镶黄瓜	129
拌黄瓜西红柿	129
怪味鸡	129
清炒墨鱼丝	129
炒木樨肉	130
糖醋藕片	130
生爆盐煎肉	130
番茄大虾	131
红珠大虾	131
炸虾段	131
溜虾段	132
芙蓉虾仁	132
红烧鲤鱼	132
鱼余丸子	133
红烧块鱼	133
炒鱼片	133
砂锅鱼头	134
砂锅鸡块	134
砂锅三鲜汤	135
砂锅豆腐	135
榨菜肉丝汤	135
肉片豆腐汤	136
酸菜白肉汤	136
涮羊肉	136
白肉火锅	137
三鲜火锅	137
什锦火锅	138

第七编 家庭法律顾问

结婚需要具备哪些条件	139
结婚需要办理哪些手续	139
未登记就“结婚”有什么不好	140
领到了结婚证而又不愿同居，可否把结婚证退掉	140
登记结婚而未同居，可否享受探亲假	141

第一编 美化家庭

● 房间的色调及照明

房间的色调指的是墙面、地面、门窗和家具的颜色。怎样才能使房间的色调大方、协调，使人赏心悦目，实在有很多学问。

首先介绍一些有关色彩的知识：

1. 色相与明度

色相指的是各种颜色之间的差别，如红、橙、黄、绿、青、蓝、紫等，为不同的色相。明度指一种颜色的明暗差别，如黄色可分深黄、中黄、奶黄、朱黄等。另外，不同的颜色，其明度也不一样。如黄与白的明度就不一样，白比黄的明度就高一些。

2. 色彩的冷暖

不同的颜色可以使人产生不同的感觉。绿、蓝、紫等色彩使人感到寒冷，称之为冷色；橙、红、黄等颜色能给人以温暖的感觉，称之为暖色。

3. 色彩的搭配

色彩一经组合便会千变万化，但有三种颜色是最基本的颜色，习惯称为三元色，这三种颜色是红、黄、蓝。用这三种颜色可调出任何其他颜色。如红与黄可调成橙色；红与蓝可调成紫色；黄与蓝可调成绿色；用橙色与绿色可调成黄灰色；橙与紫可调成灰红色；绿与紫可调成蓝灰色。调的次数越多，颜色越灰。如果想使所调的色调明亮些，可加适量的白色。

不同的色调，给人的感受不同。暖调会使人感到热烈兴奋，冷调会使人安静，使人的心情变得淡泊。明快的色调会使人感到清新、愉快；灰暗的色调则使人感到忧郁、沉闷。

房间的色调，房顶大都用白色，以增加室内的亮度。墙壁的色彩要和家具的色彩协调起来，小房间为了增加房间的“开阔感”，减少压迫感，可采用明快的浅色，如黄灰色，奶黄色或浅灰色。

中大型房间为借墙面与家具的较大对比反差来衬托家具。墙面不宜过于鲜艳。如果家具是深色，墙面可用浅黄、浅灰来装饰，如果室内光线充足，墙面宜用偏冷的色彩，如绿灰色、湖绿色、浅蓝色或蓝灰色。因绿色最能适应人的视觉，可优先选择。如果房间光线暗淡，可选用偏暖的色调，如米黄、奶黄、淡紫罗兰或浅褐色等。

地面色彩应比较沉稳持重，不宜用浅色。由于家具将直接放置到地面上，因此，地面的色彩要与家具色彩有大的区别。家具如是深色，地面宜用黄棕色，家具如是黄褐色的，地面应以棕红色为宜。棚顶、墙壁、地面的色调，应由浅到深，并应界限分明，色调反差明显。

在门窗、壁画、沙发、床罩色彩的选择上，应与室内基本色调保持一致。这样，可增加室内的空间感和整体感。

照明方式有两种：反射照明和直接照明。反射照明宜在房间面积较小的情况下使用，这种照明可以减少闷寒感，并可得到较为柔和的光线，避免较强的阴影。直接照明比较常见，装修时也比较容易，缺点是容易造成阴影，使人感到压抑，这种照明最好在棚顶较高的房间使用。

照明除正常的灯具外，还有吊灯、落地灯和壁灯。吊灯分为垂吊式和吸顶式，落地灯一般只和沙发配套使用，壁灯除具有一定的实用价值外，主要起装饰作用。

●水泥地面的涂漆

新建的楼房，大都是水泥地面。如果在水泥地面上涂刷一层油漆，既可美化室内环境，又克服了水泥地容易起沙、发凉等缺点。

一、用T80—1钙酯或80—2酯胶地板漆涂地。这种漆建筑材料商店大都出售。一平方米大致用一公斤左右。使用时可先将水泥地面冲洗干净，待干后，先刷一遍底漆结合层（按熟桐油：汽油1：2.5配制），然后刮石膏或血料腻子。石膏腻子是按石膏粉：熟桐油：松香水：清水=16：5：1：5～7的比例配制，配什么颜色可自行确定。血料腻子是用猪血、大白粉按15：55的比例配制而成。先将腻子堆到地面上用铲刀刮2—3遍，约过24小时后即干透，再用细砂纸打磨平整，然后涂上地板漆。涂漆时要快，纵横各刷2～3遍，待漆面完全干燥后，打蜡上光。

二、用107胶做彩色地面。这是一种用有机高分子聚合物——聚乙稀醇缩甲醛胶（107胶）、水泥、颜料配制成的厚质涂料。它比较坚固，不容易掉漆，而且具有良好的耐磨性。做法是先刷一层底色（底色用107胶、水、颜料按1：1.2：0.16～0.2的比例配制），然后再将107胶、500号水泥按1：3的比例配制，然后再加20%的颜料制成浆糊状的涂料，将其堆到地面上，用刮腻子板纵横涂刮三遍，用细沙纸打光，最后涂上地板漆。这种方法的优点是，价格比较便宜，每平方米地面不到两元钱。每平方米地面平均用料为：107胶0.4公斤，水泥1.5公斤，颜料0.08公斤、地板漆0.15公斤。

但是，用这种方法涂地，也有一定的缺陷。很多人反映涂完地后很快发花，怎样解决这个问题呢？首先，水泥质量要好，不能用已经结块或成粒的水泥。第二，隔夜要将水泥地面冲刷干净，然后用拖布或干布将水分吸去，让其慢慢阴干。第三，调料时一定要先把107胶水和白水泥充分拌匀，颜料单独用水拌，然后将颜料放入107胶水和白水泥里用力搅拌。107胶水最好先放在炉子上加热，稍感烫手即可，这样，可使颜色调的均匀。

采取以上措施，即可有效的防止“人造彩色地板”发花的毛病。

●怎样打水磨石地面

材料：一般采用400号以上的水泥，受潮凝固结块的不能使用，如想使颜色浅一点可使用白水泥。石子用不含杂质、色泽一致的白云石，花岗石等，平均粒径8毫米。砂要无杂质的？粗砂，颜料应用耐碱，耐光照的矿物颜料，要求无结块，颜色自行选择。草酸为工业用的块状或粉末状的均可。地板蜡、玻璃嵌条以3毫米厚、10~15毫米宽为宜。一般饮用水。

配合比：打底用的砂浆为1:3（1份水泥3份黄沙），石子浆为1:1.5（1份水泥、1份半石子）。

施工方法：（1）做底：将基层面冲刷干净，做标筋（水平标准），然后刷一层纯水泥浆，把1:3水泥砂浆用木括尺平拍实，再用木蟹打磨平整，厚度15~20毫米。若在原地板上做水磨石，底子可以不做，先将面层凿毛，刷一层纯水泥浆。

（2）嵌条：根据房间形状、面积，设计好水磨石分格图案，再按比例在水泥底子上弹线，然后镶贴玻璃条。镶贴方法是：在线条边缘用一长2米，厚6~9毫米，宽30~40毫米的木条，反面用水泥纸筋贴牢，将玻璃条紧靠木条随即用纯水泥浆嵌在玻璃一边，待纯水泥浆收水后，拿掉木条，再嵌另一边，玻璃条必须牢固平直，接缝处要紧密。

（3）粉石小浆：玻璃条嵌好24小时后即可粉抹。在粉抹之前，底子必须洒水润湿并再刷水泥浆一遍，然后把拌好的石子浆铺地，其厚度应比玻璃条高出1~2毫米，并用铁板拍平，如石子不均匀可撒一些同色石子补齐压平。待石子浆稍收水后，再用铁板重力拍平、拍实至水泥浆永上泛。

在同一面层做不同颜色时，一般先做深色，后做浅色，一般要待前一种颜色的石子浆凝固后再做第二种颜色。

（4）磨光：手工磨光，春秋季节一般在粉石后1.5~2.5天进行，夏季1~2天。冬季2~3天。机械磨光可适当再延长一些。手工磨光时，第一遍用较粗的金钢石（60~80号）洒水粗磨，磨至石子全部外露均匀，分格条清晰后，将水泥浆冲洗干净，待略干后用同色水泥浆将表面孔隙填补密实，隔两三天用稍细（100~150号）金钢石再

磨第二遍，若表面还不平整，可用上述方法再磨第三遍。

(5) 打蜡：磨好后，冲洗干净，然后洒上草酸水（1公斤草酸加3公斤热水化开），用细油石研磨，磨到表面光滑，再用清水冲洗干净，待表面干燥发白，涂上薄薄一层地板蜡进行揩擦，直到光亮为止。

每平方米地面用料参考表

单位：公斤

砂浆名称	规格		用料				
	配比	厚度(厘米)	水泥	黄沙	石子	白云石	107胶水
水泥砂浆	1:2	1.5	8	18			
水泥砂浆		2	11	24			
水泥砂浆	1:3	2	8	26			
细石混凝土	1:2:4	2	6.5	13	26		
细石混凝土		3	10	20	40		
水泥白石子浆	1:1.5	1	8			13	
水泥白石子浆		1.5	12			20	
107水泥浆		0.2	2				0.4

●怎样使房间变大些

房间面积是固定的，所谓“变大”只是相对的。怎样才能使固定的房间变得大一些呢？

如果房间较小，最好买一些折叠家具或组合家具。比如组合柜，房间的一面墙都能利用起来，可以省一些地方。再如折叠椅，折叠床，就非常适合于人口多住房面积小的家庭。

另外，家具还可向高空发展，一些不常用的物品可以摆放的高一些。有些组合柜不仿一直顶到天棚，这样，就可以向空间要地盘，可以使房间变得宽敞一点。

床在居室中是比较占地方的。我们可以把床垫高一点，这样床底下可放很多东西。

有些人家，在一个屋里摆两张床，一边摆一个，当中留出一个过道，这样摆放即显得拥挤，也不美观。比较好的摆法是，让一张单人床靠墙，紧顶着墙角，另一个紧挨着它，形成一个直角。这样，即节省地方，又比较大方。

●怎样贴瓷砖

将墙面清扫后浇上水润湿，用水泥沙浆粉抹两遍、括平后磨平整，然后打毛，要求阴阳角、墙面垂直，小角方正。按铺设瓷砖墙面的面积和位置计算出上下左右瓷砖的块

数，再在基层上弹出垂直线和水平线。

瓷砖排列方式有两种，一种是直缝；另一种是骑马缝。瓷砖在铺设前应浸水1~2小时，取出晾干后方可使用，以增加粘结力。铺设应自下而上地进行。第一块瓷砖要直接座在木条上，先将瓷砖背面抹上水泥浆（水泥：纸筋石灰=1:0.5），用力贴于墙上，然后用铲刀柄敲击，使之紧密结合。瓷砖边挤出的灰浆要当即刮出。每当铺完一排应用长尺按照标志块进行检查，务使墙面平整，纵横缝平直。缝宽不超过1~1.5毫米，过大或过小均应用铁皮拨正。铺好后将表面砂浆清除，然后用软干的水泥浆擦缝，把所有缝隙全部填嵌密实、深浅一致，最后用干布将其表面揩擦干净。

●青老年的居室要有区别

青年人由于活泼好动，喜爱用一些小摆设点缀房间。从这一点来说，是以繁胜简。而老年人一般都喜欢安静，室内不愿搞更多的陈设，从这一点来说，是以简胜繁。

青年人都要学习，应在室内放个书柜，床前最好有个床头柜，放置台灯。也可自己动手，在头部墙壁上手够得着的地方，做一个三角架代替床头柜。

老年人房间的墙面以蛋清、湖绿、绿灰色为上，这会使老人产生宁静、平和之感，有益于身体健康。

老年人的床铺，一般以硬床为宜，弹簧床、海绵垫软床会增加老年人翻身的困难，而且海绵垫软床透气性差，容易反潮，不适于老年人使用。

老年人的居室可摆上几盆花，闲暇时洒一点水，观赏一会，会增加老年人的乐趣。老年人的房间温度以18~20℃为宜，湿度一般在55~60%最为合适。北方冬天干燥，在炉子上烧壶开水，或在屋内晾件湿衣服，或在地上洒一点水，都可以提高室内空气湿度。

●怎样贴塑料墙壁纸

塑料墙壁纸是一种新型的墙面装饰材料，特点是便于剪裁，装饰效果好，质感强，表面可以擦洗，更新也十分容易。

贴塑料墙壁纸，要求墙面坚实，不疏松掉皮。墙面的麻点要用沙纸打去，凹坑要用腻子嵌平，贴前先将其裁好，然后在纸背面刷水，使纸充分吸湿、伸胀，再用107胶水加水50%配制粘合剂薄薄的刷一遍，放置5分钟后上墙。往墙上贴时，墙面要刷上一层薄薄的胶水，然后将塑料墙壁纸贴到墙上，用干净的湿抹布一揩，就十分挺括了。