

日常家务劳动的好帮手 现代家庭生活的好参谋

# 家务 料理

1500招

JIAWU LIAOLI  
1500 ZHAO

苏桐编



金盾出版社  
JINDUN CHUBANSHE

# 家务料理 1500 招

苏 桐 编



金盾出版社

# 内容提要



这是一本专门讲授怎样既科学又省事地料理家务的大众科普读物。书中紧密结合现代家庭日常生活实际,就家居客厅、卧室、厨房、卫浴间等各部位及其各种用具的清洁卫生和收拾摆放方法,以及服饰、家电等常用物品的保养、节能妙招,分门别类地作了具体介绍。本书内容翔实,科学实用,一看就懂,一学就会,是广大读者从事家务劳动的好帮手,现代家庭必备的生活参考书。

## 图书在版编目(CIP)数据

家务料理 1500 招/苏桐编. -- 北京:金盾出版社,2011.6  
ISBN 978-7-5082-6980-1

I. ①家… II. ①苏… III. ①家庭生活—知识 IV. ①  
TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 074010 号

### 金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京印刷一厂

正文印刷:北京华正印刷有限公司

装订:北京华正印刷有限公司

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:9.25 字数:176 千字

2011 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~8 000 册 定价:19.00 元

---

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、  
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



# 前言

家务劳动是家家户户日常生活的一项重要内容，是一件费力费时而令人头痛的事。怎样才能够既省时又省力地把家里收拾得井井有条、干干净净，可以说这是摆在每个家庭面前的一个重要课题。

当今中国，许多家无闲人的上班族，在紧张忙碌之余，还需耗费不少精力，利用晚间和节假日忙于收拾房间、整理物品、打扫卫生等家务事。这些家务活儿，既繁重又琐碎，而且天天必做，不能一劳永逸。虽然由于科学技术的进步，不少现代化的家用电器和卫生用品可以助人一臂之力，但终究还要靠人投入大量的时间与气力去完成。如此一来，往往把人忙得不可开交，筋疲力尽。那么，如何改变这一状况，能够做到轻松愉快做家务呢？这是许多人尤其是家庭主妇一直很想了解、很想学习的一种生活技巧。这也正是本书编写的动机与目的。

家务事看似简单，但大有学问，其中有许多诀窍、妙招，不仅可以帮助我们省时省力，做到事半功倍，还能教给我们节水节电，减少日常开支，使我们多快好省地料理好日常家务。为此，本书紧密结合现代家庭日常生活

实际,分门别类汇集整理了家务料理的各种诀窍和妙招,以供读者学习运用。本书内容丰富多彩,方法简单具体,是一本非常实用的家务参考书。

本书在编写过程中,参考了国内外的大量相关资料,并得到了范思聪、洪运楷、王赢、张昭熙、李天翔、张万源、粟仁、黄凌、蒋继岚、张达乾、李世瑶、周学增等人的大力协助,在此一并致以衷心的感谢!

由于水平所限,书中难免有疏漏、错误之处,敬请广大读者批评指正。让我们为打造美好舒适的家居而共同努力!

编 者



## 一、时尚客厅

### 客厅收纳

- 玄关..... (1)
- 移动电视柜..... (4)
- 沙发..... (4)
- 茶几..... (5)
- 有效利用墙壁空间..... (5)
- 墙角的对角折叠桌..... (6)
- 电话周围的空间..... (6)
- 遥控器..... (6)
- 碟片..... (7)

### 客厅清洁

- 擦拭家具的注意事项..... (7)
- 真皮沙发的清洁..... (9)
- 绒面沙发的清洁..... (10)
- 布艺沙发的清洁..... (10)
- 金属制品家具的清洁..... (11)





- 消除家具烫痕 ..... (11)
- 木制家具的清洁 ..... (12)
- 清除木制家具上的特殊污渍 ..... (13)
- 银饰家具的清洁 ..... (14)
- 皮质家具的清洁 ..... (14)
- 布质家具的清洁 ..... (15)
- 藤制家具的清洁 ..... (16)
- 家具上玻璃的清洁 ..... (17)
- 家具巧防潮 ..... (17)
- 皮革制品的清洁与保养 ..... (18)
- 巧除家具尘螨 ..... (19)
- 门的清洁 ..... (19)
- 铝合金门窗的清洁 ..... (20)
- 玻璃门窗的清洁 ..... (20)
- 百叶窗的清洁 ..... (21)
- 纱窗的清洁 ..... (22)
- 不同质地窗帘的清洁 ..... (23)
- 灯具的清洁 ..... (24)
- 瓷砖墙壁污迹的清洁 ..... (25)
- 墙壁和天花板的清洁 ..... (25)
- 墙纸的清洁 ..... (26)
- 墙纸凸起如何补救 ..... (26)
- 大理石的清洁 ..... (27)
- 花岗岩台面的清洁 ..... (27)
- 地砖的清洁 ..... (28)
- 竹木地板的清洁 ..... (29)
- 实木复合地板的清洁 ..... (29)
- 巧除地板污迹 ..... (30)





木地板的打蜡与保养 .....	(31)
地毯的清洁 .....	(31)
巧除地毯污渍 .....	(32)
清除地毯上的毛发 .....	(33)
清除地毯螨虫的技巧 .....	(34)
如何保养液晶电视 .....	(34)
液晶屏幕的清洗和保养 .....	(35)
等离子电视屏幕的清洁 .....	(35)
电视荧光屏怎样除尘 .....	(36)
如向清洁遥控器 .....	(36)
卡拉 OK 伴唱机的清洁 .....	(37)
组合音响的防潮 .....	(37)
空气加湿器的清洁 .....	(38)
空气去湿器的清洗 .....	(38)
空气净化器的清洗 .....	(39)
电风扇的清洗 .....	(40)
家电线路板清洁 .....	(40)
影碟机的清洁 .....	(41)
清洗饮水机 .....	(41)
如何给饮水机消毒 .....	(42)
<b>净化室内空气,清除异味</b>	
如何清除室内的甲醛 .....	(43)
可以净化居室环境的植物 .....	(43)
简易去除室内油漆味 .....	(44)
室内潮湿味的防治 .....	(45)
少用空气清新剂 .....	(45)
保持居室空气清洁 .....	(46)
居室如何防尘 .....	(47)







- 居室空气如何消毒 ..... (47)
- 室内空气加香小窍门 ..... (49)
- 消除居室花肥臭味 ..... (49)
- 消除居室霉味 ..... (49)
- 消除室内烟味 ..... (50)

## 二、温馨卧室

### 卧室收纳

- 收纳基本技巧 ..... (51)
- 衣柜的基本利用 ..... (52)
- 衣橱的实用收纳法 ..... (53)
- 衣物超高效率收纳大法 ..... (54)
- 壁橱收纳的基本法则 ..... (56)
- 壁橱的高效收纳法 ..... (58)
- 壁橱要按次序整理 ..... (59)
- 小饰品的收纳新招 ..... (60)
- 棉被的叠放要诀 ..... (61)
- 不同服装的巧妙收藏 ..... (63)
- 衣物收纳的原则 ..... (67)
- 衣物叠放收纳的基本要领 ..... (68)
- 毛衣的叠放 ..... (68)
- T 恤衫的叠放 ..... (69)
- 衬衫的叠放 ..... (69)
- 开领短袖衬衫的叠放 ..... (70)
- 对襟衣物的叠放 ..... (70)
- 裤裙的叠放 ..... (70)
- 西服裤的叠放 ..... (71)





夏装的叠放 .....	(71)
短裤的叠放 .....	(71)
马甲的叠放 .....	(72)
连帽衫的叠放 .....	(72)
睡衣的叠放 .....	(72)
胸罩、女用短裤的叠放 .....	(73)
袜子、长筒丝袜的叠放 .....	(74)
儿童房的轻松收纳法 .....	(74)
<b>卧室清洁</b>	
清除衣橱后方灰尘的诀窍 .....	(76)
榻榻米的清洁 .....	(76)
床单上散落毛发的清理 .....	(77)
清除床上浮灰 .....	(77)
清洁凉席的技巧 .....	(78)
凉席除螨虫的技巧 .....	(78)
棉被(垫)的消毒常识 .....	(79)
枕头的清洁常识 .....	(79)
正确使用吸尘器 .....	(80)
被罩的清洗小窍门 .....	(81)
合成纤维棉被的清洗技巧 .....	(82)
床垫的保养与清洁 .....	(82)
电热毯的清洁 .....	(83)
电熨斗的清洁 .....	(83)

### 三、清雅书房

#### 书房收纳

书房创意收纳秘诀 .....	(85)
----------------	------





书桌电源线路的收纳 .....	(86)
字画的收纳 .....	(87)
照相机 .....	(87)
西药 .....	(88)
中药 .....	(89)
各种文具 .....	(90)
报纸和杂志 .....	(90)
<b>书房清洁</b>	
电脑显示器的清洁 .....	(91)
液晶显示器的清洁 .....	(91)
电脑显示器擦拭物的选择 .....	(91)
电脑显示器的保养 .....	(92)
电脑键盘的清洁 .....	(92)
笔记本电脑触摸板的清洁 .....	(93)
光驱激光头的清洁 .....	(93)
钢琴浮灰的清除 .....	(93)
照相机的清洁 .....	(94)
摄影镜头的清洁 .....	(94)
家用摄像机的清洁 .....	(95)
随身听的清洁 .....	(95)
电子计算器的清洁 .....	(96)

## 四、整洁厨房

### 厨房收纳

厨房收纳的基本规则 .....	(97)
厨房要按照顺序整理 .....	(98)
清洁厨具放置要领 .....	(99)





水槽周围的收纳	(101)
平底锅	(102)
普通锅	(102)
盆具、圆筛	(103)
砧板、刀具	(103)
灶台下面的收纳	(103)
灶台下隔板的收纳	(104)
吊柜的收纳	(105)
吊柜门背面的收纳	(106)
碗柜的收纳	(106)
屉的收纳	(108)
调味料	(109)
餐具	(110)
冰箱的收纳	(110)
<b>厨房清洁</b>	
如何选择洗涤剂	(112)
厨房卫生的几点误区	(113)
厨房除异味方法	(114)
抹布消毒的方法	(115)
清除餐桌上的白垢	(115)
修补餐桌椅上的刮伤	(116)
处理桌椅上汤汁造成的色差	(116)
清除餐桌椅上的污垢	(116)
清洗桌布上油渍的方法	(117)
各种桌布的洗涤技巧	(117)
清除厨房灯泡的污垢	(118)
厨房地面上油污的清除	(118)
清除墙壁上的油垢	(119)





巧除厨房瓷砖黑垢·····	(119)
厨房玻璃的清洁·····	(120)
厨房纱窗的清洁·····	(120)
清洁水池上的油污·····	(121)
不锈钢水池变亮的方法·····	(121)
去除洗碗池的异味·····	(121)
水龙头的清洁·····	(122)
下水管道巧防锈·····	(122)
橱柜的清洁·····	(122)
橱柜玻璃上油污的清除·····	(123)
橱柜门板的清洁·····	(123)
清除碗柜上烟熏的痕迹·····	(124)
修补碗橱刮伤的妙法·····	(124)
梳理台的清洗·····	(124)
砧板去污妙法·····	(125)
砧板消毒的方法·····	(125)
菜刀巧除锈·····	(126)
清洗抽油烟机的妙招·····	(127)
排气扇的清洁窍门·····	(128)
灶台的清洁·····	(128)
灶具油污的去除·····	(129)
瓦斯炉的清洁·····	(129)
锅具外部的清洗·····	(130)
炒菜锅上油垢的清除·····	(130)
清洗平底锅·····	(130)
铜锅的清洁·····	(131)
铜火锅的清洁·····	(131)
清洁不粘锅·····	(132)





清洁烤锅.....	(132)
锅具除锈小妙方.....	(132)
铜锈的清除方法.....	(133)
生铁锅如何除锈.....	(133)
清除锅盖油污.....	(133)
去除铝锅的污垢.....	(134)
清洗电饭锅.....	(134)
高压锅的清洗.....	(135)
微波炉的清洗.....	(135)
巧除微波炉中的异味.....	(136)
烤箱的清洁.....	(136)
清洁烤面包机的妙法.....	(137)
沙锅的清洁.....	(137)
清洁冰箱的禁忌.....	(138)
冰箱的清洁.....	(138)
冰箱去除异味的妙法.....	(139)
清洗餐具要有顺序.....	(141)
巧洗餐具上的油污.....	(141)
银质刀叉的清洗.....	(142)
清除骨筷的黄褐色.....	(142)
塑料容器上污垢的清除.....	(143)
塑料容器内异味的清除.....	(143)
清除陶瓷器皿的污垢.....	(143)
清洗玻璃器皿.....	(143)
清除餐具的异味.....	(144)
餐具消毒的方法.....	(144)
清洁不锈钢厨具的小窍门.....	(145)
巧洗果蔬篮.....	(146)





厨房电话的清洁	(146)
暖水瓶内污垢的清除	(146)
水壶除垢九法	(147)
清除咖啡壶里的黑垢	(148)
清洗茶壶的技巧	(148)
去除茶煲表面的黑迹	(148)
清洗茶杯上的茶渍	(149)
紫砂壶的日常保养	(149)
巧防炖盅发霉	(150)
瓦煲底黑斑的去除	(150)
<b>食品保鲜贮藏</b>	
储存大米的技巧	(151)
储存面粉的窍门	(152)
调料的保存	(153)
蔬菜保鲜的妙招	(156)
青椒的储存	(158)
香菜的储存	(158)
西红柿储藏妙法	(159)
豆腐的保鲜	(159)
黄瓜保鲜妙法	(159)
大白菜储存妙法	(160)
储藏冬笋妙法	(160)
防止土豆发芽	(161)
巧存香菇	(161)
洋葱储藏三法	(162)
萝卜越冬保鲜法	(162)
肉类在常温下的保鲜	(163)
鸡蛋的储存	(163)





活鱼的储存	(164)
活蟹的保存	(165)
鲜虾储存	(166)
海味储存	(167)
海参的储藏	(167)
咸蛋的储存	(168)
咸鱼、咸肉的储存	(168)
红枣巧保存	(169)
板栗储存方法	(169)
核桃的储存	(170)
苹果的储藏	(171)
梨的储存	(172)
香蕉保鲜法	(172)
橘子的储存	(172)
鲜荔枝的储藏	(173)
绿豆的储存	(173)
葡萄酒的储存	(174)
药酒的储存	(174)
新茶贮存五法	(175)
蜂蜜的储存	(176)
奶粉的储存	(176)
牛奶的储存	(177)
巧克力的储存	(177)
面包巧保鲜	(178)
<b>厨房用具养护</b>	
保养刀具窍门	(178)
使用铝制品的禁忌	(179)
如何保养铝锅	(180)







使用新铁锅的常识	(180)
正确使用沙锅	(181)
使用电饭煲注意事项	(181)
正确使用电磁炉	(182)
使用微波炉八忌	(183)
煤气炉的保养	(184)
保养铜火锅方法	(184)
如何保养洗碗机	(185)
合理使用消毒碗柜	(185)
如何保养消毒碗柜	(186)
自助面包机如何保养	(186)
紫砂壶的保养	(186)
砧板巧防裂	(187)

## 五、清香卫浴

### 卫浴收纳

卫浴间全方位收纳的法则	(188)
卫浴间的收纳	(190)

### 卫浴清洁

卫浴间清洁细则	(191)
电热水器的清洁	(192)
燃气热水器的清洁	(192)
洗衣机的清洁	(193)
清洗浴缸的技巧	(194)
浴缸有划痕如何修补	(196)
如何清洁盥洗盆	(196)
盥洗盆异味的处理	(197)

