

5000多种最实用的生活小窍门，涵盖食、衣、住、行、医等五大方面，将烹调、购物、清洁、收纳、养生、装修、医疗等方方面面生活窍门网罗其中。

●科学实用 全方位解决生活烦恼，实用性超强。本书所介绍的窍门富有创意，行之有效，为生活智慧的结晶；所用材料随手可得，帮助您快速解决生活各类难题，省时、省力又省钱。

●简单易懂 本书所介绍的窍门简单易懂、易学易用，能帮助您将繁杂琐碎的家庭事务打理得井井有条，大大提高您的生活质量和办事效率，使您成为居家生活的「事事通」。

●查找便捷 全书共分为食部、衣部、住部、行部、医部五大部分，每个部分又根据内容进行详细分类，方便快速查找。

解决生活难题，一册在手，可随时随地。

精品特惠  
29.80元

「皮衣不宜放在阳光下曝晒」



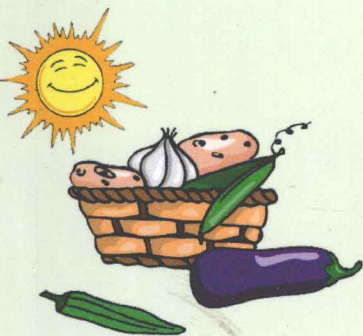
「巧除墨汁污渍」



「蛋清巧去泡泡糖」



「巧去领带上的果汁」



「巧用阳光晒蔬菜可去残留农药」



「将蛋壳敲出裂纹可使茶叶蛋更入味」



「虾皮同蔬菜一起炒更清香适口」



「烧豆腐加豆腐乳更美味」

生活难题一网打尽  
运用锦囊妙计，化身家中孔明  
巧借东风之力，排解琐事之忧



收藏经典版  
第9部

采米油盐酱醋茶，家家有本难念的经。烦琐的家常常令我们感到焦头烂额，只有讲究技巧、用对方法，难题才能迎刃而解。本书全面汇集食、衣、住、行、医等五大方面5000多种智慧生活小窍门，教您巧妙应对家中的各种难题，让生活过得轻轻松松、乐趣无穷。

# 生活窍门大全集

（收藏经典版）  
编委会◎主编

湖南美术出版社  
HUNAN FINE ARTS Publishing House

收藏经典版

# 生活 窍门 大全集

《收藏经典版》编委会◎主编



湖南美术出版社

HUNAN FINE ARTS PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目(CIP)数据

生活窍门大全集 / 《收藏经典版》编委会主编. —  
长沙:湖南美术出版社, 2011. 1

(收藏经典版)

ISBN 978-7-5356-4229-5

I. ①生… II. ①收… III. ①生活—知识 IV.

①TS976. 3

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第001142号

## 收藏经典版

### 生活窍门大全集

出版人: 李小山

策划: 金版文化

主编: 《收藏经典版》编委会

责任编辑: 李松

封面设计: 汤长城

出版发行: 湖南美术出版社

(长沙市东二环一段622号)

经销: 湖南省新华书店

印刷: 深圳市彩美印刷有限公司

(深圳市龙岗区坂田街道光雅园彩美印刷工业园)

开本: 600×1020 1/20

印张: 25

版次: 2011年1月第1版 2011年1月第1次印刷

书号: ISBN 978-7-5356-4229-5

定价: 29.80元

### 【版权所有, 请勿翻印、转载】

邮购联系: 0755-83476130 邮编: 518000

网 址: <http://www.ch-jinban.com/>

电子邮箱: [szjinban@163.com](mailto:szjinban@163.com)

如有倒装、破损、少页等印装质量问题, 请与印刷厂联系调换。

联系电话: 0755-88833688

# Preface 序言

高品质的生活在于完美的细节，所有的细节相加就构成了我们生活的全部内容。认真地对待生活中的每一个细节，就是在认真地对待我们的生活，老子曰：“我命在我不在天。”“天下大事，必做于细。”也就是说，生命完全掌握在我们自己的手中。俗话说“千里之堤，毁于蚁穴”，很多生活中的问题和麻烦往往都是由不良的生活细节引起。一旦我们掌握了处理生活细节的窍门和技巧，那么我们的生活就会是温馨的、和谐的；反之，如果我们没有恰当地处理好生活中的细节，我们的生活将会是琐碎的、复杂的、混乱的。

并不是每个人都能将生活安排得井井有条、科学合理、健康舒适，而现实生活实践中，前辈们积累了许多丰富的经验，为我们合理安排生活提供了便利。例如，衣物上的指甲油渍可以用香蕉水擦洗去，把姜埋入细沙里可以长时间保存，往下水道里倒适量的碱可以去除管道内的油脂和铁锈，用吹风机加热可以轻松除去标签，大蒜内膜在紧急情况下可以充当创可贴……生活中的许多事情都有窍门可循，也有其禁忌和误区，这些都需要我们去掌握并加以利用，以解决生活中的小难题。

本书就是为满足广大读者的需要而编写的，旨在用最简单的方法帮人们解决生活中各种各样的问题，以达到事半功倍的效果。本书

涉及饮食、着装、家居、节能、美容、保健、疗养、休闲等生活的方方面面，详尽地介绍了现代家庭生活中所涉及的各种小窍门。我们把饮食窍门化，为您开启健康之门；把家居窍门化，为您打造完美空间；把节能窍门化，让资源最大化增值；把着装窍门化，让您穿出翩翩风度；把美容窍门化，为您提升个人魅力加分；把保健窍门化，让您享受健康人生；把疗养窍门化，让您多手准备多条路；把休闲窍门化，为您增添生活情趣。本书囊括了所有您遇到的或者即将遇到的问题，帮助您轻松地打理居家琐事，充分地享受温馨生活。



为了便于查阅，全书共分为“食部”“衣部”“住部”“行部”“医部”五大部分，强力汇集了5000多个家庭生活中方方面面的智慧生活小窍门，是一本使用方便、实用有效的现代生活完全手册，具有涉及面广、针对性强、方法简便、现用现查等特点。食部主要介绍了食物的选购、清洗、储藏、加工、烹饪等技巧，让您做得省力，吃得美味；衣部从服饰的选购搭配、清洁收纳入手，帮助您修习“着装”这门重要课程；住部介绍了住房选购和省钱精装修的窍门，以及打理家居用品、智慧节能、旧物利用的妙

招，让您的居家生活更加完美和谐；行部就交通工具的选用和保养、外出旅游时的注意事项等问题给出了众多温馨提示，让您轻松享受方便、快捷又安全的旅游行程；医部介绍了生活中一些常用的急救知识和常见疾病的治疗方法，以及提高生命质量的养生保健知识，让您足不出户就能治病养生。本书就如同您生活中的得力助手，轻松帮助您解决生活中的各种烦恼和难题，给您的生活带来便利，为您营造轻松便利、健康优质、多姿多彩的完美生活。



# 目 录

## Contents

## 第一章 食 部

### 第一节 食物的选购小窍门

“毒大米”巧鉴别.....	032	注水鸡鸭的鉴别.....	039
识别新、陈大米妙法.....	032	腊肉选购窍门.....	039
优劣黑米的鉴别.....	032	巧选火腿.....	039
巧识染色黑米.....	033	香肠的选购技巧.....	040
如何辨别正宗泰国香米.....	033	巧识变质烧鸡.....	040
如何选用食用油.....	033	巧识无病鸡.....	040
如何选购优质粉丝.....	033	如何挑选皮蛋.....	040
怎样鉴别致癌大米.....	033	挑选鸡蛋的窍门.....	041
巧识食用植物油含水分.....	034	如何选购板鸭.....	041
面粉选购窍门.....	034	如何快速检验蛋的新鲜度.....	041
如何选购挂面.....	034	激素水果巧识别.....	041
怎样选购速冻米面制品.....	034	如何选购芒果.....	042
如何选购优质方便面.....	035	如何选购“安全水果”.....	042
选购酱油技巧.....	035	如何选购沙田柚.....	042
选购醋的要诀.....	035	怎样隔皮猜西瓜生熟.....	042
如何选购小磨香油.....	035	选购梨子妙法.....	042
如何选购芝麻油.....	035	选购哈密瓜要诀.....	043
巧识真假味精.....	036	巧辨盐水桃的窍门.....	043
辣椒粉真假鉴别.....	036	如何挑选金枕榴莲.....	043
如何识别真假八角茴香.....	036	如何选购香蕉.....	043
识别真假小茴香窍门.....	036	怎样选购桃子.....	043
识别真假花椒小窍门.....	036	如何辨识香蕉和芭蕉.....	044
选购姜粉的窍门.....	037	真假红富士的识别.....	044
识别优质姜有窍门.....	037	如何选购葡萄.....	044
识别真假桂皮小窍门.....	037	如何选购猕猴桃.....	045
新鲜肉的鉴别.....	037	如何选购菠萝.....	045
注水瘦肉巧鉴别.....	038	如何选购柠檬.....	045
如何鉴别病死猪肉.....	038	如何选购椰子.....	045
肉松挑选术.....	038	如何选购枇杷.....	045
怎样选购猪肝.....	038	如何选购杨梅.....	045
如何选购新鲜羊肉.....	039	如何选购樱桃.....	046
如何识别老、小羊肉.....	039	如何选购橄榄.....	046

挑选西红柿有术.....	046	鱼翅巧鉴别.....	055
如何选购蒜薹.....	046	如何选购蚝豉、虾干.....	056
选购茄子窍门.....	046	如何选购鱼干、海参.....	056
如何选购苦瓜.....	047	优质干贝巧识别.....	056
选购洋白菜妙法.....	047	墨鱼干鉴别窍门.....	056
选购香菇妙法.....	047	挑选笋干窍门.....	056
豆腐质量巧鉴定.....	047	巧识优质桂圆、腐竹.....	057
如何选购豆制品.....	047	核桃的选购技巧.....	057
如何识辨荔枝的种类.....	047	松子的选购技巧.....	057
如何选购黄瓜.....	048	杏仁的选购技巧.....	057
如何选购丝瓜.....	048	板栗的选购技巧.....	058
挑选鲜藕有妙法.....	048	白果的选购技巧.....	058
鉴别蘑菇是否有毒的妙招.....	048	巧识蜂蜜质量.....	058
选购胡萝卜窍门.....	049	巧识蜂蜜掺糖、水.....	058
识辨黄花菜好坏有窍门.....	049	巧识蜂蜜掺淀粉.....	058
鉴别优劣豆浆的技巧.....	049	如何选购雪茄.....	059
选购四季豆妙法.....	049	选购香烟真假窍门.....	059
冬、春笋质量鉴别常识.....	050	真假洋酒的鉴别.....	059
如何选购菜花.....	050	如何区分香烟等级.....	059
如何挑选蘑菇.....	050	香烟质量优劣鉴别有窍门.....	060
巧选猴头菇.....	050	如何选购巧克力.....	060
如何选购菠菜.....	050	果酒质量鉴别窍门.....	060
选购玉米窍门.....	050	真假威士忌的鉴别.....	060
巧选木耳.....	051	白酒度数巧鉴别.....	061
巧选番薯.....	051	啤酒质量巧鉴定.....	061
选购玉兰片的窍门.....	051	白兰地的识别与选购.....	061
如何选购生菜、香菜.....	051	汽酒鉴别小窍门.....	062
如何选购冬菇.....	052	葡萄酒如何鉴别.....	062
识别化肥豆芽窍门.....	052	如何识别优劣白酒.....	062
鉴别银耳的窍门.....	052	真假茅台酒巧鉴别.....	062
如何挑选芋头、空心菜.....	052	常规饮料的选购技巧.....	062
巧妙识别腐竹等级.....	052	五粮液酒真假鉴别.....	063
如何挑选新鲜韭菜.....	052	选购茶叶窍门.....	063
巧选辣椒.....	053	巧识鲜奶质量.....	064
巧选螃蟹.....	053	选购奶粉有窍门.....	064
如何选购带鱼.....	053	巧识变质酸奶.....	064
如何才能买到新鲜的鱼.....	053	怎样鉴别奶油的质量.....	064
选购对虾妙法.....	054	如何选购果汁.....	065
选购河蟹的小窍门.....	054	怎样选购罐头食品.....	065
识别鱼是否污染有窍门.....	054	咖啡的选购窍门.....	065
辨别江鱼、海鱼的方法.....	054	巧识假冒咖啡.....	065
如何选购海米.....	055	如何识别“洋饮料”.....	066
如何挑选鲍干.....	055	如何选购乳酸菌饮料.....	066
如何选购咸鱼.....	055	碳酸饮料的选购常识.....	066
鱿鱼干选购诀窍.....	055		

## 第二节 食物的清洗小窍门

巧洗桃子.....	067	芋头去皮妙法.....	070
葡萄清洗小窍门.....	067	巧用日光消毒蔬菜.....	071
苹果去蜡有窍门.....	067	西红柿剥皮绝招.....	071
巧洗杨梅.....	067	橙子剥皮妙法.....	071
巧用洗洁精洗菜.....	068	巧用淘米水洗出放心菜.....	071
妙用开水泡烫蔬菜.....	068	巧用开水去菠菜涩味.....	071
巧用面粉洗葡萄.....	068	清洁球巧擦鲜藕皮.....	072
怎样去枣皮.....	068	巧剥松花蛋壳.....	072
土豆去皮妙法.....	068	猪心、猪肝巧清洗.....	072
小黄瓜的清洗妙法.....	068	蛋的清洁方式.....	072
巧洗苹果.....	069	巧洗猪腰.....	072
木耳清洗妙法.....	069	禽类快速拔毛的绝招.....	072
清除蔬菜小虫有窍门.....	069	清洗牛肚的窍门.....	072
豆芽菜的清洗窍门.....	069	拔鸭毛的诀窍.....	073
如何清洗西芹.....	069	如何清洗猪皮上的蓝色印章.....	073
怎样清洗青椒.....	069	猪肠、猪肚巧清洗.....	073
巧用碱洗放心菜.....	069	妙用植物油除蚌、螺泥土.....	073
巧用盐水洗蘑菇.....	070	巧除河鱼泥味.....	073
如何除去鲜笋的苦涩味.....	070	巧洗带鱼.....	074
带皮蔬菜的清洗窍门.....	070	巧洗海蜇皮.....	074
加热烹饪出放心菜.....	070	鲜虾的清洗技巧.....	074
巧用淡盐水洗菜.....	070	螃蟹的清洗技巧.....	074
板栗去皮窍门.....	070		

## 第三节 食物的储存小窍门

巧用食盐储存植物油.....	075	酱油防霉保存妙法.....	079
怎样去除大米中的砂粒.....	075	贮存西瓜妙法.....	079
巧防大米发生霉变.....	075	贮存苹果妙法.....	079
怎样防止米生虫.....	075	长时间保鲜荔枝.....	080
小磨香油巧贮存.....	076	日常西瓜贮存窍门.....	080
巧用花椒储存植物油.....	076	常温贮藏龙眼窍门.....	080
巧用杨树叶除米面生虫.....	076	速冻贮藏龙眼妙法.....	080
花生米巧贮存.....	076	低温巧贮藏龙眼.....	080
冷冻除虫妙法.....	076	削皮水果保鲜法.....	080
阴凉通风除虫妙法.....	076	巧用小苏打保鲜柑橘.....	081
怎样保存面包.....	077	塑料袋贮藏板栗妙法.....	081
巧防面包变硬.....	077	板栗湿沙混存妙法.....	081
贮存面粉的窍门.....	077	巧存猕猴桃.....	081
保存醋的窍门.....	077	荔枝保鲜妙法.....	081
防醋霉变窍门.....	077	坛内混藏板栗妙法.....	081
如何收藏卤水.....	078	储存白菜的最佳温度.....	082
巧防食盐受潮变苦.....	078	怎样保存青椒最科学.....	082
贮油妙法.....	078	香菇日常贮存窍门.....	082
番茄酱保鲜窍门.....	078	怎样储存梨.....	082
酱油收藏有窍门.....	078	罐瓮贮藏石榴.....	082
红枣保鲜有绝招.....	079	生菜巧贮存.....	082



如何保存老姜 .....	082	浸泡法保存海蜇 .....	088
韭菜、蒜苗保鲜窍门 .....	083	鲜鱼保鲜法 .....	088
冬天蔬菜保鲜窍门 .....	083	巧用食盐长时间保存鲜肉 .....	088
如何储存白菜 .....	083	鲜蛋巧保存 .....	088
大蒜保鲜有妙法 .....	083	巧养活蟹 .....	089
莲藕保存法 .....	083	煮好的肉如何贮存 .....	089
韭菜保鲜妙招 .....	083	鲜虾保鲜的妙法 .....	089
小黄瓜的贮存方法 .....	084	海味干货保存窍门 .....	089
生姜保鲜法 .....	084	纸贴鱼眼可保鲜 .....	089
芹菜保鲜窍门 .....	084	短时间保存鲜肉小窍门 .....	089
贮存豆腐妙法 .....	084	刚杀禽鱼冷藏窍门 .....	090
豆类食品保存窍门 .....	084	贮存糖果妙法 .....	090
冬笋储存窍门 .....	085	黄酒的保存方法 .....	090
香菜保鲜窍门 .....	085	果酒的保存窍门 .....	090
洋葱保存法 .....	085	药酒的保存期不宜长 .....	090
贮存绿豆窍门 .....	085	冬季存放啤酒窍门 .....	091
保存豆腐干妙法 .....	086	保存食糖的窍门 .....	091
白菜如何保鲜 .....	086	生石灰贮存茶叶妙法 .....	091
生鸡蛋保存窍门 .....	086	蜂蜜的贮存窍门 .....	091
巧用蜂蜜保存鲜肉 .....	086	鹿茸如何贮藏 .....	091
巧用醋酸钠保存鲜肉类 .....	086	田七的贮藏要诀 .....	091
腌制法保存海蜇 .....	087	贮藏蛤士蟆油的窍门 .....	092
腌制食品储存妙法 .....	087	贮藏枸杞子有窍门 .....	092
防鲜鱼发干窍门 .....	087	人参的贮藏窍门 .....	092
活鱼存活窍门 .....	087	麝香如何贮藏 .....	092
巧用米糠存咸肉 .....	087	阿胶、鹿角胶、龟板胶的贮藏 .....	092
坛存腊肉味道鲜 .....	087	冬虫夏草贮藏窍门 .....	093
海参的储存窍门 .....	088	枸杞霉变处理窍门 .....	093

## 第四节 食物的加工小窍门

巧去桃皮 .....	094	巧切黄瓜、土豆片 .....	097
巧去柑子皮、苹果皮 .....	094	巧去鱼鳞 .....	097
巧去山药皮、橘子皮 .....	094	巧去鱿鱼皮 .....	098
巧去核桃皮 .....	095	巧去虾皮 .....	098
巧去甜菜皮、毛芋皮 .....	095	巧去带鱼鳞 .....	098
巧去莲子衣 .....	095	巧去墨鱼皮 .....	098
巧去灌肠皮、蚕豆壳 .....	095	巧去马面鱼皮 .....	098
巧去大蒜皮 .....	095	鱼去腥的妙招 .....	099
巧去核桃内衣 .....	096	鳝鱼宰杀的妙招 .....	099
巧切柠檬 .....	096	除鱼胆苦味的妙招 .....	099
巧切蔬菜 .....	096	解冻鱼的妙招 .....	099
切洋葱不流泪的技巧 .....	096	咸鱼返鲜的妙招 .....	099
巧切西红柿 .....	096	泡发鱼翅的妙招 .....	100
巧切干辣椒 .....	097	虾仁去腥的妙招 .....	100
巧切菠萝 .....	097	除蟹腥味的妙招 .....	100
巧切辣椒 .....	097	除甲鱼腥味的妙招 .....	100
将洋葱切成细丝的技巧 .....	097	巧切猪肉丝 .....	100
巧切生姜、大蒜 .....	097	巧切牛肉 .....	100

巧切兔肉.....	101
巧切熟肉.....	101
巧切鸡肉、鲜肝.....	101
巧切肥肉、羊肉.....	101
巧切火腿.....	101
巧切白煮蛋.....	101
巧切松花蛋.....	102

巧剁肉馅.....	102
如何使咸肉退盐.....	102
如何处理干肉皮.....	102
何泡发蹄筋.....	102
如何除羊肉膻味.....	103
如何除狗肉异味.....	103
如何分蛋清蛋黄.....	103

## 第五节 食物的烹饪小窍门

开水煮饭最营养.....	104
煮出晶莹剔透米饭的窍门.....	104
巧除米饭焦味.....	104
淘米次数不可过多.....	105
煮出喷香扑鼻米饭的窍门.....	105
醇香炒饭的窍门.....	105
香喷喷的蛋炒饭.....	105
焖沙锅饭的简单方法.....	105
巧焖韭菜花饭.....	105
香喷喷的花椒热狗炒饭.....	106
做好小米饭的要诀.....	106
煮稀饭不外溢的窍门.....	106
熬白粥不宜放碱.....	106
粥底、辅料应分煮.....	106
让粥更滑的窍门.....	107
让清粥更美味的窍门.....	107
煮稠粥不粘锅的窍门.....	107
巧煮豆粥.....	107
剩饭煮粥有高招.....	107
煮粥时要搅拌.....	107
煮粥前先将米用冷水浸泡.....	108
煮粥时要一次性将水放足.....	108
煮八宝粥不宜加矾.....	108
煮皮蛋瘦肉粥的窍门.....	108
炒面条不粘锅的窍门.....	108
巧妙炸春卷.....	109
煮饺子“敞锅煮皮盖锅煮馅”.....	109
巧炸饺子皮.....	109
巧蒸冷冻面食.....	109
饺子不粘小窍门一.....	109
饺子不粘小窍门二.....	109
面条加盐煮不易烂糊.....	110
龙骨汤煮面条的窍门.....	110
煮面条加食用油不粘连.....	110
自制炸酱小窍门.....	110
汤圆制作小窍门.....	110
口感柔软的清汤挂面.....	111
做拔丝汤圆的要领.....	111
汤煮汤圆的要领.....	111

蒸馒头的要诀.....	111
焦黄酥脆的馒头如何炸.....	111
做花卷时可加一块猪油.....	112
烤制小薄饼用点啤酒.....	112
干硬饼干变酥香.....	112
利用冰块巧做凉面.....	112
巧用高压锅烙饼.....	112
巧做千层饼.....	112
巧做蒸饼.....	113
做三明治的小窍门.....	113
干面包变香喷喷的窍门.....	113
鲜嫩味美的炒肉片.....	113
滑肉片省油法.....	113
平底锅炒肉片的诀窍.....	114
做焦溜肉片的窍门.....	114
巧炖猪肉味鲜美.....	114
炖猪肉既酥又烂妙法.....	114
炖猪肉的窍门.....	114
山楂片炖肉能快熟.....	115
排骨汤放醋好.....	115
炸肉皮有窍门.....	115
炸制品怎样才能酥香脆.....	115
油锅放盐防油溅.....	115
做红烧肉的窍门.....	115
制烤肉的技法.....	116
烤肉加面包.....	116
猪油防焦窍门.....	116
让猪油立即冻结的窍门.....	116
猪油长久不变味的窍门.....	116
烤肉防焦小窍门.....	116
稻草白酒除猪肉异味.....	116
白萝卜除咸肉异味.....	117
如何将排骨蒸爽滑.....	117
鲜香可口的厚猪肚.....	117
做肉馅放盐的比例.....	117
巧用小苏打处理肉片.....	117
巧炒猪肝.....	117
猪肝炒前先用白醋腌.....	118
炸猪排不收缩的方法.....	118

如何将腊肉炒得松软.....	118	白水煮土豆放奶味道好.....	127
烧肉加橘皮肉香而不腻.....	118	炒洋葱的小妙招.....	127
妙炒猪肾.....	118	妙用白葡萄酒炒洋葱.....	127
丸子配料比例.....	118	妙用牛奶处理炒焦的洋葱.....	128
如何烹饪牛肉更鲜嫩.....	119	炖莲藕宜用沙锅.....	128
两种让炒牛肉丝变嫩的方法.....	119	挑选莲藕的窍门.....	128
煮牛肉要用沸水.....	119	清炒莲藕怎样保持洁白.....	128
老牛肉返嫩法.....	119	烧豆腐加豆腐乳更美味.....	128
巧炒牛肉丝.....	119	又黄又嫩的炸豆腐.....	128
啤酒烧牛肉味独特.....	120	煮豆腐不碎的窍门.....	129
牛肉快速烧烂的妙法.....	120	如何烹饪豆腐更入味.....	129
巧用生姜煮牛肉.....	120	快炒西红柿营养多.....	129
炖鸡有窍门.....	120	巧妙蒸红薯.....	129
啤酒蒸鸡味纯正.....	120	如何煮出内外皆熟的南瓜.....	129
美味炸鸡块.....	120	煮豆子的窍门.....	130
炖老鸭的妙法.....	121	炒大白菜的窍门.....	130
老鸡肉返嫩法.....	121	怎样炒蔬菜营养流失最少.....	130
老母鸡煲高汤最好.....	121	快速煮绿豆汤.....	130
火腿涂糖容易煮烂.....	121	巧炒苋菜.....	130
皮脆肉嫩的炸乳鸽.....	121	如何炒空心菜更好吃.....	131
不同水温下不同汤料.....	122	海带加醋煮容易烂.....	131
皮脆肉嫩的炸乳鸽.....	122	炒菠菜去涩味有高招.....	131
烤冷冻肉的方法.....	122	如何烹制蔬菜更清香.....	131
巧除羊肉膻味.....	122	如何使烫青菜颜色翠绿.....	131
煎蛋的诀窍.....	122	煮笋技巧.....	131
炒鸡蛋宜加少量砂糖.....	122	做青菜汤如何保存维生素C.....	132
鸡蛋炒豆腐窍门.....	123	怎样做拔丝香蕉才能脆软香甜.....	132
炒鸡蛋的窍门.....	123	怎样使蒜薹熟透.....	132
煮带壳蛋的窍门.....	123	保持蔬菜颜色的窍门.....	132
滑嫩可口的炒鸡蛋.....	123	烧青菜时间不宜长.....	132
西红柿炒鸡蛋的窍门.....	123	腌咸菜的时间.....	133
煎荷包蛋的窍门.....	123	咸菜吃前要用水煮.....	133
炒鸡蛋如何放葱花.....	124	保持海带营养的妙法.....	133
蒸鸡蛋不沾碗窍门.....	124	巧做蔬菜沙拉.....	133
蒸鸡蛋羹的窍门.....	124	巧炒五香花生米.....	133
自制茶叶蛋小技巧.....	124	炸花生米不焦的窍门.....	133
怎样腌蛋可使蛋黄出油.....	124	巧煮花生米.....	134
鲜嫩味美的玉米如何煮.....	125	炸花生米先水泡.....	134
煮玉米时加点小苏打.....	125	山楂巧烧鱼.....	134
煮玉米加少量食用碱.....	125	啤酒炖鱼省时味鲜.....	134
炒茄子时温度不宜过高.....	125	糖醋烧鱼儿童最爱.....	134
茄子不吸油的窍门.....	125	炒鱼片不碎的窍门.....	134
炒茄子时妙用醋.....	126	鸡油蒸鱼口感好.....	134
美味茄子烹制法.....	126	煎鱼易酥的窍门.....	135
炒茄子先用盐腌渍.....	126	做鱼防粘锅二法.....	135
油炸土豆先用水煮.....	126	鲢鱼与姜不宜同煮.....	135
不会煮烂土豆的窍门.....	126	牛奶浸鱼格外香.....	135
不粘锅的酸辣土豆丝.....	126	酒醋浸鱼香味浓.....	135
巧除土豆涩味.....	127	做鱼汤要一次加足水.....	135
脆嫩清爽土豆丝.....	127	米酒除咸鱼咸味.....	135

煮鱼块不碎的窍门.....	135	煲鱼汤鱼不变形的窍门 .....	145
炒鱼块的窍门 .....	136	怎样炖白鳢汤 .....	145
煎鱼巧入味.....	136	巧煲牛肉汤 .....	145
怎样烹制冻鱼肉 .....	136	巧用紫菜除汤中油腻 .....	145
带鱼如何烹饪最营养 .....	136	巧用冰块除去汤中浮油 .....	145
清蒸甲鱼的窍门 .....	136	鲜橘皮煲汤减少油腻感 .....	145
烧鱼不要早放姜 .....	137	做浓汤的技巧 .....	146
鉴别鱼生熟的窍门.....	137	巧制奶白汤.....	146
烧鱼放盐的诀窍 .....	137	煲龙骨防止骨髓流失的窍门 .....	146
炸带鱼不碎小窍门.....	137	让骨头汤无渣的妙法 .....	146
怎样煎鱼不粘锅 .....	137	巧做美味皮蛋汤 .....	146
巧制鱼汤 .....	138	怎样炖鸡汤更鲜美.....	147
沸水煮鱼更好 .....	138	巧做奶味蛋汤 .....	147
煮白灼虾可加适量柠檬片 .....	138	巧做芒果甜汤 .....	147
煮白灼虾不可放盐.....	138	鲜美可口的紫菜汤.....	147
虾不宜浸泡太久 .....	138	巧做蔬菜蛋花汤 .....	147
炸虾片要用沸油 .....	138	巧放骨头煲汤 .....	147
虾仁上浆更鲜嫩 .....	139	美味冻豆腐金针汤.....	148
虾仁使用料酒的恰当时间.....	139	煲肉汤宜“飞水” .....	148
烹调虾仁要控制好油温 .....	139	煲汤如何用调料.....	148
炸虾仁的技巧 .....	139	清汤变浓汤小窍门.....	148
烹调虾仁调味要得当 .....	139	处理咸汤小窍门.....	148
虾皮烹饪妙法多 .....	139	最佳挂浆比例 .....	149
龙虾下锅宜用大火煮 .....	140	炒菜温度最高时放料酒最好 .....	149
如何使虾仁爽嫩可口 .....	140	怎样煸出葱、姜、蒜的香味 .....	149
做蒜茸虾、芝士虾的窍门.....	140	健康用油巧搭配 .....	149
烹制海参不宜加醋.....	140	低温油更利于健康.....	149
海参如何入味 .....	140	放油的最佳时间 .....	150
巧烹鲜贝 .....	140	荤素油如何搭配 .....	150
蒸煮螃蟹不掉脚的方法 .....	141	豆油不能生吃.....	150
煲汤选料要得当 .....	141	健康食用花生油窍门 .....	150
煲汤配药材小技巧 .....	141	糖醋合用怎样配比最合适.....	150
巧选猪肉煲好汤 .....	141	菜肴放醋有讲究 .....	150
汤料的选择窍门 .....	142	烹调青菜不宜加醋 .....	151
煲骨头汤的小窍门.....	142	怎样使用咖喱粉.....	151
煲汤不能中途添加冷水 .....	142	巧吃胡椒.....	151
煲出清汤好窍门 .....	142	榨菜的保健作用.....	151
煲肉汤最好冷水下锅 .....	142	巧吃豆豉更健康.....	151
煲汤调味料的投放顺序 .....	142	巧用醋保鲜 .....	151
煲汤时间不要过长.....	143	烧猪蹄加点醋好 .....	152
煲汤应该加多少水.....	143	炒肉时巧用醋 .....	152
煲汤时要善用原汤、老汤.....	143	用醋除海带腥味 .....	152
煲汤不焦糊小窍门.....	143	巧用醋做鸡蛋皮 .....	152
陈年瓦罐煨鲜汤效果好 .....	143	巧用醋除羊肉杂味.....	152
掌握煨汤的要诀 .....	144	用食醋消除辣椒味.....	152
煨汤时配水要合理 .....	144	醋放多了怎么补救.....	153
什么鱼最适合做汤 .....	144	炒豆芽宜加醋 .....	153
做鱼汤要一次加足水 .....	144	凉拌心里美萝卜巧用醋 .....	153
怎样煲鱼汤没有腥味 .....	144	醋变香醋小窍门 .....	153
巧制甲鱼汤 .....	144	蒸肉放盐窍门 .....	153

烹制鸡鸭放盐窍门.....	153	芥末开胃解毒还美容 .....	156
炒菜放盐窍门 .....	153	生食辣椒更健康 .....	156
煲汤放盐窍门 .....	154	巧食花生酱 .....	156
啤酒调味小窍门 .....	154	巧用花椒 .....	157
做菜巧用淀粉 .....	154	土豆与醋巧搭配 .....	157
烹调中用盐的技巧 .....	154	姜汁可使冻肉返鲜 .....	157
料酒的最佳替代品 .....	155	配制辣椒油的诀窍 .....	157
食用味精的诀窍 .....	155	姜在盛夏的妙用 .....	157
放盐的最佳时间 .....	155	加香菜的最佳时间 .....	157
放味精的最佳时间 .....	155	做菜加淀粉, 营养又美味 .....	158
凉拌菜怎样使用味精 .....	155	橘皮肉汤味鲜美 .....	158
先放糖后放盐 .....	155	肉汤放芹菜叶味清香 .....	158
放料酒的最佳时间 .....	156	孜然的妙用 .....	158
使用芥末要注意什么 .....	156		

## 第二章 衣 部

### 第一节 衣物的选购小窍门

挑选毛料妙法.....	160	巧识毛线商标上的数字 .....	164
毛料服装里子选购要诀 .....	160	进口服装尺寸的识别 .....	165
巧识原毛羽绒制品 .....	160	辨识驼毛有窍门 .....	165
挑选羽绒服要诀.....	161	选择合体西装的窍门 .....	165
巧识衣料的正反面 .....	161	上装“号”“码”的识别 .....	165
巧识腈纶棉羽绒制品 .....	161	怎样选购合身牛仔裤 .....	166
真假丝绵鉴别法.....	161	运动鞋选购妙招 .....	166
巧选真丝绣衣 .....	161	皮鞋的挑选要诀 .....	166
选择裘皮面料的要点 .....	162	旅游鞋选购窍门 .....	166
巧识粉碎绒羽绒制品 .....	162	巧鉴猪皮鞋和牛皮鞋 .....	167
巧选羊绒衫 .....	162	鉴别真假“皮”鞋有窍门 .....	167
燃烧法巧辨兔毛真伪 .....	162	皮鞋种类巧识别 .....	167
选购内衣要诀 .....	162	小腿肚圆的美女选购靴子窍门 .....	167
仿羊皮服装优劣识别 .....	163	“O”形腿美女选购靴子窍门 .....	167
识别兔毛衫真伪妙法 .....	163	如何根据身高选购帽子 .....	167
巧选婴儿服装 .....	163	如何选购适合自己脸形的帽子 .....	168
选购泳衣有窍门 .....	163	巧选丝袜 .....	168
选购保暖内衣四招.....	164	小腿粗直的美女选购靴子窍门 .....	168
选配纽扣的技巧 .....	164	小腿较粗的美女选购靴子窍门 .....	168
衣领选择要诀 .....	164		

### 第二节 衣物的搭配小窍门

如何穿着可以让手臂看起来美 .....	169	葫芦身型的穿衣窍门 .....	170
腿粗和腿短的穿衣窍门 .....	169	浑圆身型的穿衣窍门 .....	170
梨身型的穿衣窍门 .....	169	上围丰满型的穿衣窍门 .....	170
如何穿着可以让双腿看起来更修长 .....	169	服饰配色小窍门 .....	170

冬季型的人着装窍门 .....	170
靴子与服装的搭配技巧 .....	171
秋冬季节黑色怎么搭配 .....	171
冬季如何穿着 .....	171
西装的搭配之道 .....	171
秋季运动装怎么样搭配 .....	171
丝巾与肤色搭配小窍门 .....	172
深色型与西服的搭配要领 .....	172
明净型与西服的搭配要领 .....	172
暗色型与西服的搭配要领 .....	172
白皙皮肤适合什么颜色的衣服 .....	172
深褐色皮肤如何搭配衣服 .....	172

牛仔裤提臀美腿装扮秋冬 .....	173
健康小麦色皮肤适合什么颜色的衣服 .....	173
白皙肌肤挑战白色衣装窍门 .....	173
秋冬针织衫与风衣的混搭窍门 .....	173
职场人士服饰搭配技巧 .....	174
中老年人服饰搭配技巧 .....	174
中老年人不适合穿保暖内衣 .....	174
中老年人不适合穿平底鞋 .....	174
小孩不宜穿松紧带裤 .....	175
小孩冬天出门的穿衣技巧 .....	175
学龄前小孩不宜穿气垫鞋 .....	175

### 第三节 衣物的清洗小窍门

如何清洗兔毛服装 .....	176
剪绒服装如何洗涤 .....	176
洗绒衣绒裤的小窍门 .....	176
洗衣粉用多少才合适 .....	176
洗涤用品忌混用 .....	177
新衣服须用盐水清洗 .....	177
蛋壳在洗涤中的妙用 .....	177
有刺绣的衣物如何清洗 .....	177
嵌金银丝衣物的洗涤窍门 .....	177
洗涤衣服应按哪些步骤 .....	178
巧洗灯心绒服装 .....	178
使衣服光亮如新有妙招 .....	178
衣服要分类洗 .....	178
风雨衣脏污后如何清洗 .....	179
裘衣巧清理 .....	179
干洗衣服不宜马上穿 .....	179
拆洗毛线织物的窍门 .....	179
怎样洗涤拉绒织物 .....	179
印花T恤如何洗涤 .....	179
蕾丝饰品巧清洗 .....	180
花色衣服洗涤后保持鲜艳的窍门 .....	180
清洗蚕丝软装饰的方法 .....	180
人造皮革、绒面革服装怎么水洗 .....	180
洗饰品服装不损伤饰物窍门 .....	180
洗涤手工编织服装的窍门 .....	181
洗涤彩条羊毛衫技巧 .....	181
全棉防皱衬衫的洗涤方法有哪些 .....	181
如何洗涤的确良衬衫 .....	181
T恤圆领不变形的窍门 .....	181
汗湿衣服巧洗法 .....	181
巧洗磨砂皮衣 .....	182
巧洗汗衫、背心 .....	182
洗涤羽绒服妙法 .....	182
蚕丝软服饰如何晾晒 .....	182

巧洗毛料服装 .....	183
呢绒大衣除尘妙法 .....	183
毛裤巧清洗 .....	183
洗涤衬衣硬领技巧 .....	183
浅色皮茄克去污妙法 .....	183
怎样洗毛衣不会硬板 .....	183
巧防真丝衣裙缩水 .....	184
羽毛防风外套如何洗晾 .....	184
麻类衣服如何晾晒 .....	184
麻类服装洗涤窍门 .....	184
皮衣变硬了如何回软 .....	184
防兔毛衫掉毛窍门 .....	184
巧用甩干桶洗毛呢衣物 .....	185
衣领、袖口如何清洗 .....	185
处理毛衣起球小窍门 .....	185
厚重裤子快干秘籍 .....	185
熨烫可去呢服尘土 .....	186
洗涤西装领带技巧 .....	186
有色衣服保养要诀 .....	186
睡衣的洗涤方法 .....	186
如何正确洗内衣 .....	187
怎样洗泳衣 .....	187
内衣如何晾晒 .....	187
洗涤领带小窍门 .....	187
手套的清洁与保养 .....	187
如何洗涤童装 .....	188
如何不用水清洗领带 .....	188
婴幼儿衣物如何清洗 .....	188
婴幼儿衣物如何晾晒 .....	188
洗刷旅游鞋窍门 .....	188
巧擦黑皮鞋 .....	188
巧擦白色皮鞋 .....	189
涂抹鞋油要适量 .....	189
翻毛皮鞋整洗窍门 .....	189

如何巧洗白球鞋 .....	189	树脂斑的清除窍门 .....	198
涂擦皮鞋油窍门 .....	189	巧除衣物泥污渍 .....	198
巧洗白色衣物 .....	190	去除尿渍的窍门 .....	198
化纤类袜子洗涤窍门 .....	190	如何去除树脂类旧污斑 .....	198
巧洗羊毛袜 .....	190	巧除衣服上的皮鞋油 .....	198
怎样给毛巾消毒 .....	190	清洗呕吐渍的小窍门 .....	199
枕头如何洗涤 .....	190	巧去指甲油污渍 .....	199
洗涤纯毛毛毯妙法 .....	191	巧去唇膏污渍 .....	199
干洗绸缎被面窍门 .....	191	巧去凡士林油污渍 .....	199
腈纶毛毯洗涤要诀 .....	191	巧除衣物上的印泥 .....	199
如何辨别衣料会掉色 .....	191	清除发膏旧渍的窍门 .....	199
巧洗毛巾解决发硬问题 .....	192	香水污渍清除有窍门 .....	200
巧洗蚊帐 .....	192	巧除领带上的果汁 .....	200
巧用啤酒使衣服复色 .....	192	巧用豆腐渣除桐油渍 .....	200
衣物互染后巧恢复 .....	192	清除衣服上圆珠笔油渍的妙法 .....	200
水洗绸缎被面要诀 .....	192	巧去头油及染发水污渍 .....	200
使衣物不褪色的妙法 .....	193	如何去除衣服上的奶渍 .....	201
衣服反晾防掉色 .....	193	如何去除衣物上的蜡烛油 .....	201
帆布包应如何洗涤 .....	193	巧除衣物上的油渍 .....	201
褪色衣服巧复原 .....	193	食醋能除汗渍味 .....	201
拉绒围巾的洗涤窍门 .....	193	巧除白背心黑斑 .....	201
酸洗法防止衣服掉色 .....	194	巧除白球鞋上的黄污点 .....	201
盐水浸泡防止衣服掉色 .....	194	巧除墨汁污渍 .....	202
除油渍小窍门 .....	194	如何去除衣服上的笔印 .....	202
去除油漆新渍妙法 .....	194	巧除碘酒渍 .....	202
如何去除衣服上的果汁 .....	194	白绸衬衣去黄技巧 .....	202
丝绸衣服去霉斑窍门 .....	195	巧除沥青渍 .....	202
巧用双氧水除衣服黄斑 .....	195	巧除衣服上的絮状物 .....	203
服装洗涤巧防皱 .....	195	巧除衣服上的葡萄汁 .....	203
衣物去霉斑妙法 .....	195	化学纤维衣物如何洗涤 .....	203
巧用双氧水除衣服血渍 .....	195	洗涤光面皮革技巧 .....	203
巧去白裤上的橘子水 .....	196	巧去衣物油漆渍 .....	203
如何去除万能胶污渍 .....	196	清洗水彩污渍的窍门 .....	203
如何洗涤衣物上的新血迹 .....	196	巧除冰激凌渍 .....	204
巧用刮胡膏去除衣领污垢 .....	196	巧除咖啡渍 .....	204
巧用爽身粉去除衣领上的污垢 .....	196	除柿子渍窍门 .....	204
巧用蛋白去污 .....	196	巧除胶鞋异味 .....	204
巧用牙膏除衣领污渍 .....	197	巧除酱油渍 .....	204
饭粒可以清除墨水污垢 .....	197	除烟油渍妙法 .....	204
巧用萝卜泥清除红墨水污垢 .....	197	巧除青草渍 .....	205
巧用氨溶液去除咖啡及茶渍 .....	197	怎样除鸡蛋渍 .....	205
牛奶污垢不能用热水清洗 .....	197	巧除泡泡糖渍 .....	205
衣服沾到油渍时该怎么处理 .....	197	去除汗渍妙法 .....	205

## 第四节 衣物的熨烫小窍门

巧熨真丝衣服 .....	206	熨花边窍门 .....	206
弹力衣料巧熨烫 .....	206	熨衣料窍门 .....	207
熨裤子妙法 .....	206	皮革服装的熨烫技巧 .....	207

毛料衣服如何熨烫 .....	207	怎样让熨烫过程更顺滑 .....	209
如何熨褶衬衫 .....	207	怎样熨平衬衫领子 .....	210
旗袍如何洗烫 .....	207	补救衣服烫黄的技巧 .....	210
熨烫衣领的技巧 .....	207	熨烫皮革服装如何去皱 .....	210
熨烫化纤衣料技巧 .....	208	熨牛仔裤如何防止掉色 .....	210
有刺绣衣服如何熨烫 .....	208	防止衣物烫坏小窍门 .....	210
毛衣如何熨烫 .....	208	电熨斗巧加热 .....	211
衣裤巧熨烫 .....	208	如何选择熨烫方式 .....	211
中山装如何熨烫 .....	208	熨烫应注意三个要点 .....	211
羊毛衫如何熨烫 .....	209	掌握熨烫温度的窍门 .....	211
巧熨羽绒服 .....	209	不用熨斗简易熨平窍门 .....	211
熨领带窍门 .....	209		

## 第五节 衣物的收纳小窍门

衣物收藏如何防虫 .....	212	如何收纳真丝软装饰 .....	216
衣物收藏防潮有绝招 .....	212	巧用洗衣粉防霉 .....	216
收纳方式巧应用 .....	212	巧用吹风机去霉味 .....	216
呢绒衣服如何收藏 .....	213	防治衣蛾妙法 .....	216
毛线衣物收纳法 .....	213	巧除衣服上的烤肉味 .....	217
顽强的拉链巧变乖 .....	213	收藏夏装小窍门 .....	217
丝绸服装在收藏前应注意什么 .....	213	如何收纳婴幼儿衣物 .....	217
丝绸服装如何收藏 .....	213	皮衣要先清洗后存放 .....	218
西服套装如何收拾整理 .....	213	如何保养鞋子 .....	218
储藏三类衣物不宜放卫生球 .....	214	靴子巧收纳 .....	218
皮衣存放忌暴晒受潮 .....	214	储藏凉鞋的窍门 .....	218
皮毛服装上的毛被压平后如何处理 .....	214	怎样放鞋子占地少 .....	219
皮衣存放宜挂放忌折叠 .....	214	皮凉鞋收藏保养 .....	219
收藏皮茄克应注意什么 .....	214	小衣物收纳 .....	219
皮衣收藏忌驱虫药剂 .....	215	巧补皮衣破口 .....	220
干洗后的服装如何收纳 .....	215	延长丝袜寿命的方法 .....	220
皮草衣物的收藏方法 .....	215	如何保养运动休闲鞋 .....	220
轻松去除衣物霉味 .....	215	人工皮革制运动鞋去污保养方法 .....	220
羊毛衫收藏要诀 .....	215	丝巾小巧架 .....	220
衣物收藏如何防霉 .....	216		

# 第三章 住 部

## 第一节 购房指南

如何检测门的质量 .....	222	如何检查精装房的配套电器 .....	223
如何避免精装修同质化 .....	222	怎样提高精装房的质量 .....	223
如何检查精装修房电路配置 .....	222	如何检查管道安装的通畅和密封 .....	223
巧测门窗的密封性 .....	223	如何检查精装房的开关插座 .....	224
如何检查屋内布线 .....	223	关注精装修住宅售后服务 .....	224
精装房内如何验收 .....	223	精装房乳胶漆质量巧查收 .....	224



精装修房合同中应注意什么.....	224	如何选择舒适又不落伍的新居 .....	228
如何检测厨房和卫生间的墙面.....	225	怎样解决户口问题 .....	229
如何检测暖气片.....	225	怎样比较房价 .....	229
如何查看卫生间.....	225	你需要什么样的环境 .....	229
如何确定贷款年限 .....	225	要了解房屋使用情况 .....	229
买房尽量用公积金 .....	225	既重房龄又重质量 .....	229
购房小心报价有虚 .....	225	不要只看位置 .....	230
如何选择户型 .....	226	如何借助中介的帮助 .....	230
购房要看准地段.....	226	怎样实地查看下水管道.....	230
如何选择购房位置 .....	226	签合同要确认双方合法身份 .....	230
购房要摸清开发商背景.....	226	如何查看墙体和天花板渗、漏、裂问题 ..	230
怎样检查毛坯房.....	227	如何查看电路及开关接口 .....	231
整改后的毛坯房如何验收 .....	227	查看门窗密封及隔音效果.....	231
验收毛坯房有哪些标准.....	227	产权状况你是否了解清楚.....	231
如何了解商品房的适用性 .....	227	交房前应该注意哪些问题.....	231
年轻人买房应首先考虑什么.....	228	个税时代购买二手房省钱窍门 .....	232
屋面工程项目进行蓄水、淋水试验.....	228	购买二手房对房屋产权要注意哪些问题 ..	232
买房价格欺诈的手段有哪些 .....	228	购买二手房对房屋结构要注意哪些问题 ..	232

## 第二节 装修小窍门

空间宽敞化 .....	233	巧用镜子扩大空间 .....	239
空间的最高化.....	233	用屏风为家居添情趣.....	239
景观的最佳化.....	233	居室挂画有技巧.....	239
照明的最亮化.....	233	居室壁灯装饰小技巧 .....	239
材质的通用化.....	234	让背阴客厅变明亮 .....	240
风格的普及化.....	234	巧用暖色增加亲切感.....	240
交通的最优化.....	234	巧用镜子营造风景线.....	240
家具的适用性.....	234	厨房橱柜如何设计 .....	240
小户型光源应注意哪些 .....	234	如何划分厨房功能区 .....	240
玄关设计要点是什么.....	234	厨房布局多样 .....	241
如何选择小户型色彩.....	235	煤气管道改造的窍门 .....	241
客厅地板用什么更好.....	235	厨房操作平台量身定制.....	241
装饰照明设计窍门 .....	235	厨房的灯光设计诀窍 .....	241
巧用花草布置居室 .....	235	怎样合理装修厨房.....	241
小户型线条宜曲不宜直.....	236	巧造暖色调厨房 .....	242
客厅的设计风格.....	236	修改水路应注意什么.....	242
客厅功能如何分区 .....	236	厨房天花板装修窍门.....	242
小户型家具摆放有哪些讲究.....	236	厨房装修地板选材小窍门 .....	242
巧用超小家具打破使用局限.....	236	厨房装修还应考虑哪些问题.....	242
客厅怎样装潢更吸引眼球 .....	237	如何合理分配厨房电器 .....	243
客厅天花宜用白色和浅蓝色.....	237	开放式厨房选用什么样的换气设备.....	243
怎样突出客厅中的主题墙 .....	237	开放式厨房应选用什么材料.....	243
在客厅装修中如何节省瓷砖.....	237	装修开放式厨房家具应注意什么 .....	243
地毯融入居室搭配出亮丽色彩 .....	238	开放式厨房重视电路安全 .....	243
重点照明设计要诀 .....	238	墙壁材料选材要诀 .....	244
背景照明如何设计 .....	238	巧用色彩营造冷色调厨房 .....	244
怎样使布艺沙发更温馨 .....	238	浴室巧布局 .....	244
竹麻饰品怡人情趣 .....	238	卫浴地板防漏巧装修.....	244