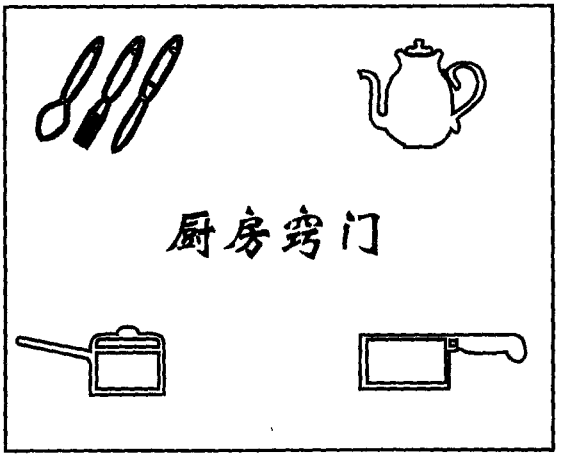
◈家庭生活百科全书



军事医学科学出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

内容简介

在生活中有很多正规资料中不记述的经验，这些经验像治病的偏方，往往大显神效。如怎样去鸡毛，怎样剥蒜快等等，本书收集了日常生活中细小之处的丰富经验，源于生活，功效极佳，只要你打开书，就能找到方便之门。

* * *

图书在版编目(CIP)数据

家庭生活百科全书·厨房窍门卷/沙勤编.
－北京：军事医学科学出版社，2000.9
ISBN 7－80121－253－3
Ⅰ.家… Ⅱ.沙… Ⅲ.①家庭生活－普及读物
②厨房－知识 Ⅳ.TS976.3
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 63693 号

* *

军事医学科学出版社出版
（北京市太平路 27 号 邮政编码：100850）
新华书店总店北京发行所发行
潮河印刷厂印刷
*
开本：787mm×1092mm 1/32 印张：14.625 字数：314 千字
2000 年 9 月第 1 版 2000 年 9 月第 1 次印刷
印数：1－3 000 册 定价：19.00 元

（购买本社图书，凡有缺、损、倒、脱页者，本社发行部负责调换）

目 录

一、贮存保管窍门 …… (1)

怎样防止致癌物质污染米面…… (1)
怎样防止大米生虫发霉…… (1)
怎样使用缺氧法灭米虫…… (2)
大米生了虫怎么办…… (2)
怎样防止小麦生虫…… (3)
绿豆生虫有何危害…… (3)
怎样防止绿豆生虫…… (3)
怎样防止大豆走油…… (4)
怎样防止蚕豆变色…… (4)
怎样防止花生米生虫…… (4)
怎样存放面包可以防干防霉…… (5)
切面怎样保鲜…… (5)
冰箱怎样存放油炸食物…… (5)
没有冰箱怎样存放豆腐…… (6)
怎样存放生日蛋糕保鲜…… (6)
蛋糕放硬怎么办…… (6)
饼干放硬了怎么办…… (7)
怎样防止饼干返潮…… (7)
怎样使硬面包回软…… (7)

外出旅行时怎样使面包回软…… (7)
怎样切面包不碎…… (8)
怎样存放鲜酵母…… (8)
怎样判断酵母是否新鲜…… (8)
怎样存放面肥…… (9)
面肥酸了怎么办…… (9)
怎样防止馒头变硬…… (9)
怎样防止馒头拉粘丝 …… (10)
怎样冻存馒头 …… (10)
怎样速冻饺子 …… (10)
怎样存放小磨香油 …… (11)
怎样防止植物油哈喇味 …… (11)
怎样存放荤油 …… (12)
有哈喇味的油怎么办 …… (12)
酱油醋长白醭怎么办 …… (12)
怎样防止食盐返潮变苦 …… (13)
怎样保存加碘盐 …… (13)
怎样保存巧克力 …… (14)
怎样防止食糖溶化结块 …… (14)
食糖结块发硬怎么办 …… (15)
怎样逐出糖罐中蚂蚁 …… (15)
蜂蜜沉淀怎么办 …… (15)
怎样防止茶叶变色走味 …… (15)
茶叶返潮发霉能晒吗 …… (16)
茶叶受潮后怎么办 …… (16)
喝剩下咖啡怎么办 …… (17)

没喝完的啤酒怎样保鲜 …… (17)
怎样防止黄酒变酸 …… (17)
怎样存放高级香烟 …… (17)
怎样贮存可可 …… (18)
怎样延缓鱼的生命 …… (18)
怎样存放鲜鱼 …… (18)
存放鱼的最佳温度是多少 …… (19)
怎样防止咸鱼变质 …… (19)
咸鱼发红怎么办 …… (19)
怎样给鲜鱼穿“冰衣” …… (20)
冰箱存鱼怎样防干缩 …… (20)
活甲鱼怎样活冷藏 …… (21)
怎样冷冻鲳鱼 …… (21)
怎样存放活蟹 …… (22)
怎样存放对虾 …… (22)
哪些对虾不宜冷藏 …… (22)
怎样在冰箱内贮存鲜虾 …… (22)
冻鱼怎样解冻 …… (23)
怎样存放海鲜干制品 …… (23)
怎样在旺季存放蟹肉淡季吃 …… (24)
怎样存放吃不完的海蜇 …… (24)
怎样存放鲜蛋 …… (24)
怎样保存冰蛋 …… (25)
怎样用酒腌鸡蛋 …… (26)
怎样用泥包法腌鸡蛋 …… (26)
怎样用盐卤腌鸡蛋 …… (26)

需要全本请访问 www.ertongbook.com

怎样在两天内腌好鸡蛋 …… (27)
怎样当天腌蛋当天吃 …… (27)
怎样快速腌鸭蛋 …… (28)
怎样腌辣味鸡蛋 …… (28)
腌蛋怎样保持水清香 …… (28)
怎样腌蛋可使蛋黄出油多 …… (29)
蛋腌得过咸怎么办 …… (29)
怎样腌鸡蛋不会太咸 …… (29)
夏季怎样存放软包装牛奶 …… (30)
拆袋奶粉怎样存放 …… (30)
如何存放使肝鲜嫩 …… (30)
夏天怎样保存鲜肉 …… (30)
夏天怎样用食油腌肉 …… (31)
夏天怎样用细盐腌肉 …… (31)
夏天怎样用酱油腌肉 …… (32)
怎样收藏火腿 …… (32)
火腿切开后怎样存放 …… (32)
火腿出现哈喇味怎样处理 …… (32)
怎样存放广式香肠 …… (33)
怎样存放熏肠 …… (33)
怎样使香肠鲜艳 …… (33)
怎样收藏腊味食品 …… (33)
怎样存放牛肉干 …… (34)
怎样鉴别塑料袋是否有毒 …… (34)
食品塑料袋可否正反面使用 …… (34)
怎样存置蔬菜鲜嫩 …… (35)

韭菜怎样保鲜 …… (35)
马铃薯怎样保鲜 …… (35)
怎样存放芹菜 …… (36)
怎样防止萝卜空心 …… (36)
空心的萝卜怎样复鲜 …… (36)
怎样存放葱头 …… (37)
怎样防止大蒜干瘪 …… (37)
怎样存放辣椒鲜艳 …… (37)
怎样贮存青椒 …… (38)
怎样保管鲜姜 …… (38)
怎样存放茄子 …… (39)
切开的茄子土豆怎样存放 …… (39)
怎样存放西红柿 …… (39)
开瓶西红柿酱怎样存放 …… (39)
怎样使干菜保持绿色 …… (40)
怎样保管大葱 …… (40)
大葱冷冻后怎么复原 …… (40)
怎样存放香菜 …… (40)
怎样存放鲜藕 …… (41)
黄瓜怎样保鲜 …… (41)
怎样存放冬瓜 …… (42)
切过的冬瓜怎样保鲜 …… (42)
怎样存放西瓜 …… (42)
怎样存放榨菜色香味不变 …… (43)
怎样保存豆角鲜嫩 …… (43)
怎样存放冬笋 …… (43)

怎样存放鲜蘑 …… (44)
怎样快速渍酸菜 …… (44)
怎样快速泡菜 …… (45)
泡菜汤怎样处理 …… (45)
泡菜长白膜怎么办 …… (45)
泡菜怎样防杂菌污染 …… (45)
腌咸菜怎样防生蛆 …… (46)
怎样腌雪里蕻 …… (46)
怎样做京味五香萝卜干 …… (46)
怎样腌制翡翠蒜 …… (47)
怎样腌制糖蒜 …… (47)
怎样腌制糖醋蒜 …… (47)
怎样做酱黄瓜 …… (47)
怎样把咸菜变成酱菜 …… (48)
怎样做韭菜花酱 …… (48)
怎样自制苹果酱 …… (48)
怎样防腌菜变黄 …… (49)
怎样使腌菜鲜嫩可口 …… (49)
腌制食品怎样防癌 …… (49)
贮存苹果应选什么品种 …… (49)
怎样用酒贮存苹果 …… (50)
怎样用沙子贮存苹果 …… (50)
怎样用缺氧法贮存苹果 …… (50)
怎样使酸苹果变甜 …… (51)
怎样处理冻苹果 …… (51)
怎样使香蕉变熟 …… (51)

香蕉可放入冰箱存放吗 …… (52)
怎样存放柑桔甘甜味美 …… (52)
柑桔干瘪了怎么办 …… (52)
怎样保管荔枝 …… (52)
怎样存放鲜橙 …… (53)
怎样保存切开的柠檬 …… (53)
削皮水果怎样保鲜 …… (53)
怎样贮藏柿子 …… (53)
怎样使柿子脱涩变甜 …… (54)
怎样存放红枣 …… (54)
怎样自制铃铛脆枣 …… (54)
怎样自制醉枣 …… (55)
怎样存放栗子 …… (55)
怎样自制水果保鲜片 …… (55)

二、五谷制作窍门 …… (56)

怎样培养面肥 …… (56)
怎样用蜂蜜代替面肥 …… (56)
怎样把面发好 …… (57)
怎样鉴别面团发酵正好 …… (57)
怎样知道发酵过头 …… (58)
发面时加碱有什么作用 …… (58)
怎样掌握加碱量 …… (58)
怎样鉴别发面酸碱度 …… (59)
怎样快速发面 …… (59)
面没有发好怎么办 …… (59)

蒸馒头放碱多了怎么办 …… (60)
怎样判断馒头生熟 …… (60)
怎样用火柴判定馒头生熟 …… (60)
馒头没蒸熟怎么办 …… (61)
怎样制作糖馅不外溢 …… (61)
蒸馒头怎样美观 …… (61)
蒸包子怎样防止破馅 …… (62)
怎样给剩馒头加热 …… (62)
怎样巧吃剩下的干硬馒头 …… (62)
怎样炸馒头省油香脆 …… (63)
家庭怎样做狗不理包子 …… (63)
怎样做陕西牛（羊）肉泡馍 …… (64)
家庭怎样自制蛋糕 …… (64)
怎样做水煎馒头 …… (65)
怎样贴香脆玉米饼 …… (65)
怎样用压力锅烤面包 …… (65)
冷面包怎样加热 …… (66)
怎样将干硬面包做成西式点心 …… (66)
怎样掌握和面加水量 …… (67)
和面怎样达到“三光” …… (67)
和面怎样做到盆光 …… (68)
冬季和面有何特殊要求 …… (68)
和好的面当时不用怎么办 …… (68)
做擀面怎样和面 …… (68)
怎样抻面条 …… (69)
怎样做山西刀削面 …… (69)

怎样做川味担担面 …… (70)
怎样炸酱味香浓 …… (70)
没有面酱怎样做炸酱面 …… (71)
怎样把挂面煮好 …… (71)
怎样和好饺子面 …… (71)
怎样煮好饺子 …… (72)
吃不完的饺子怎样防粘破 …… (72)
怎样烙饼外酥里软 …… (72)
煮元宵怎样防粘连 …… (73)
煮元宵怎样防夹生 …… (73)
元宵多时怎么煮 …… (74)
怎样炸元宵防崩裂 …… (74)
炸油饼用什么代替明矾 …… (74)
炸食品时怎样防止油的热氧化 …… (75)
炸食品时怎样防止溢锅溅油 …… (76)
油锅起火怎么办 …… (76)
油锅冒烟怎么办 …… (76)
炸年糕怎样注意安全 …… (77)
怎样切生日蛋糕整齐 …… (77)
怎样淘米减少营养损失 …… (77)
怎样把米中沙石淘出来 …… (78)
煮米饭加多少水 …… (78)
籼米怎样做出好吃的饭 …… (78)
陈米怎样煮变“新米” …… (79)
煮米饭“夹生”了怎么办 …… (79)
米饭焦糊怎么办 …… (79)

需要全本请访问 www.ertongbook.com

用自来水煮饭何时加米 …… (80)
煮稀饭怎样防止溢锅 …… (80)
怎样用沙锅焖米饭 …… (81)
怎样把米饭煮得白粘香 …… (81)
怎样使压力锅做米饭不粘锅底 …… (81)
急于吃饭怎样防饭粘锅底 …… (82)
怎样熬米粥 …… (82)
熬米粥可否加些碱 …… (82)
怎样使馒头稀饭一锅熟 …… (83)
一锅怎样做干稀两样饭 …… (83)
怎样去掉剩饭异味 …… (84)
不用锅怎样煮蛋做稀饭 …… (84)
怎样快熬绿豆汤 …… (84)
怎样用暖水瓶加工绿豆汤 …… (85)
怎样用干豆熬好豆粥 …… (85)
煮豆沙怎样防糊锅底 …… (85)
冷稀饭为什么难煮 …… (86)
怎样煮冷稀饭 …… (86)
怎样炒米粉软韧鲜香 …… (86)
怎样煮玉米味鲜美 …… (86)
怎样煮红薯甜香软 …… (87)
怎样用压力锅烧红薯 …… (87)
怎样烧煮冰糖莲子汤 …… (87)
怎样给宝宝做三明治 …… (88)
家庭怎样做烧麦 …… (89)

三、原料加工窍门 …… (90)
怎样掌握切刀法 …… (90)
怎样掌握片刀法 …… (91)
切制时怎样防止刀伤手指 …… (91)
切片怎样做到薄厚一致 …… (92)
怎样切丝粗细均匀 …… (92)
怎样切块美观 …… (93)
怎样对不同肉类做刀工处理 …… (93)
怎样切熟肉 …… (94)
怎样加工肉茸 …… (94)
怎样给鲜鱼打花刀 …… (95)
怎样剞鱿鱼卷 …… (95)
怎样切好鱼片 …… (96)
拌腌菜怎样打花刀 …… (96)
汆丸子用什么肉剁馅 …… (97)
丸子馅怎样细切粗剁 …… (97)
怎样汆丸子不散 …… (97)
怎样干炸丸子 …… (98)
家庭怎样做水面筋 …… (98)
怎样洗掉菜叶上的小虫 …… (98)
怎样用花盆生豆芽 …… (99)
怎样防止豆芽烂堆 …… (99)
怎样增加豆芽维生素 C 含量 …… (99)
怎样除掉蔬菜残留农药 …… (99)
怎样清洗黄瓜 …… (100)

怎样切葱不流泪……（100）
怎样洗净木耳……（100）
怎样洗干净香菇……（101）
老化的香菇怎样加工处理……（101）
怎样除去蘑菇泥沙……（101）
怎样使干蘑菇味美……（102）
怎样使鲜蘑菇味美……（102）
怎样泡发海带……（102）
怎样泡发猴头……（103）
怎样泡发干笋……（103）
怎样泡发芥末……（103）
怎样泡发海米……（104）
怎样防止发过的海米变质……（104）
怎样泡发海参……（104）
怎样用暖水瓶发海参……（105）
怎样泡发海蜇脆嫩……（105）
怎样泡发鱿鱼干……（105）
怎样用油泡发鱼肚……（106）
怎样用水泡发鱼肚……（106）
怎样泡发燕菜……（106）
怎样泡发鱼翅……（107）
怎样泡发熊掌……（107）
怎样涨发墨鱼干……（108）
怎样泡发干贝……（108）
怎样泡发鱼唇……（109）
怎样泡发鲍鱼干……（109）

怎样油发蹄筋……（109）
怎样用水发蹄筋……（110）
怎样发制肉皮……（110）
怎样加工处理蟹……（110）
蟹螯钳住手怎么办……（111）
怎样宰杀甲鱼……（111）
甲鱼宰杀后怎样整理……（111）
怎样宰杀鳝鱼……（112）
做蝶形鳝鱼片怎样宰鳝……（112）
怎样宰鸡杀鸭……（113）
宰杀鸡鸭的最佳时间……（113）
怎样宰杀鹌鹑……（113）
鹌鹑和鸡哪个出肉率高……（113）
怎样抽出鲤鱼筋……（114）
怎样除去黄花鱼内脏……（114）
怎样清洗墨斗鱼……（114）
怎样使蚌螺吐净泥土……（115）
怎样取虾仁……（115）
如何清洗虾体中污物……（115）
怎样清洗鱼体粘液……（115）
怎样快速剥鱼鳞……（116）
怎样做刮鱼鳞器……（116）
带鱼体上银白物是什么……（116）
怎样去掉带鱼表面污物……（116）
鱼胆破了怎么办……（117）
怎样利用甲鱼胆……（117）

怎样使咸鱼返鲜……（117）
怎样泡发海螺干……（118）
怎样给橡皮鱼剥皮……（118）
怎样快速煺禽毛……（118）
怎样切除鸡的腔上囊……（119）
怎样快速拔猪毛……（119）
可用沥青拔猪毛吗……（119）
怎样快速拔猪蹄毛……（119）
怎样快速拔兔毛……（120）
冻鸡鸭怎样返鲜……（120）
怎样使凉烤鸭复鲜……（120）
怎样片烤鸭……（121）
怎样使冷鸭片回热……（121）
咸肉怎样退盐……（121）
怎样清洗猪羊肠肚……（122）
怎样清洗猪羊肺……（122）
怎样洗净猪油……（123）
怎样去除猪脑血筋……（123）
怎样煮肚丰满厚实……（123）
怎样煮制灌肠不破……（124）
怎样用肥肉炼油……（124）
夏天炼油如何使油凝固……（125）
怎样煮火腿不脱皮……（125）
怎样煮鸡蛋不崩裂……（125）
怎样煮有裂纹鸡蛋……（126）
怎样煮有裂纹咸鸭蛋……（126）

煮蛋怎样掌握老嫩……（126）
怎样剥鸡蛋完好……（127）
怎样剥松花蛋……（127）
怎样切好煮鸡蛋……（128）
怎样切松花蛋完整……（128）
怎样将蛋黄与蛋清分开……（128）
给婴儿调牛奶加多少水和糖……（129）
给婴儿调奶粉加多少水和糖……（129）
煮牛奶什么时间加糖……（129）
怎样给牛奶脱脂……（130）
牛奶煮糊了怎么办……（130）
煮牛奶怎样防止粘锅底……（131）
怎样煮消毒牛奶……（131）
怎样冲奶粉不结块……（131）
冲奶粉出现浮垢怎么办……（132）
吃桃怎样去毛……（132）
怎样剥掉桃子皮……（132）
怎样快剥板栗皮……（132）
桔柑怎样剥皮……（133）
怎样迅速剥莲子皮……（133）
怎样除去蚕豆皮……（133）
怎样快速剥去核桃皮……（134）
怎样除去苹果皮……（134）
怎样快速除去土豆皮……（134）
生姜怎样去筋……（134）
怎样快剥芋艿皮……（135）

需要全本请访问 www.ertongbook.com