

<<家庭生活一点通>>

图书基本信息

书名：<<家庭生活一点通>>

13位ISBN编号：9787201072241

10位ISBN编号：7201072242

出版时间：2011-11

出版时间：天津人民出版社

作者：吕叔春

页数：275

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<家庭生活一点通>>

### 前言

有人说，生活不需要艺术，柴、米、油、盐凑合着过。这种想法，正是导致同等生活条件下生活质量却高低不等的原因。其实，生活就像是一条河，只有越疏导才能越顺畅。简单实用的窍门就是帮助你疏导生活的利器，将生活打理得井井有条。

生活中，我们常常会遇到这样或那样的问题，比如，面对琳琅满目的商品时，你是凭着感觉走，以至上当受骗买到假冒伪劣产品，还是用火眼金睛，识别出这些劣质商品？你新买的白色T恤不慎被染了色，你是忍痛扔掉，还是除去染色继续穿？

家里用剩了的许多漂亮的瓶瓶罐罐，你很想把它们再次利用起来。这时，你就需要运用到一些小窍门，譬如多了解一些购买商品的小窍门，你的付出便多了一分保障，增加一点解决难题的小常识，你的生活便多了一分美好。

当前，关于生活窍门的书很多，但大多是看似窍门很多，实用的却没几个。本书根据现代时尚生活舒适与快捷的特点，从大家的需要出发，把日常小事窍门化，让你一分钟搞定家务；把厨房百事窍门化，让你轻轻松松去做饭；把投资理财窍门化，让你快快乐乐去赚钱；把穿着打扮窍门化，让你时时刻刻有风采；把闲情乐趣窍门化，让你享受生活的每一天。

本书所收集的这些窍门都是来自于生活实践，更适用于生活实践，普普通通却蕴含许多创意，内容涉及到医、用、吃、穿等家庭生活的方方面面，侧重实用性、针对性、科学性。更重要的是，书中所提到的材料，在生活中都能信手拈来，而且操作简单、方便。

另外，值得说明的是，书中介绍的各种小窍门，会因情况、材质、环境等客观因素的不同而产生略有差异的效果。

本书中所介绍的医药类窍门，鼓励读者用来作为治疗疾病的辅助手段。

最后，愿本书能成为你生活中的得力助手，使你的家庭生活更加简单、轻松、幸福、美满。

当然，生活中处处有新发现，热切希望广大读者对书中的内容提出宝贵意见，以使之日臻完善。

## <<家庭生活一点通>>

### 内容概要

本书从普通大众的生活需要出发，把日常小事窍门化，让你几分钟搞定家务：把厨房百事窍门化，让你轻轻松松去做饭；把投资理财窍门化，让你快快乐乐去赚钱；把穿着打扮窍门化，让你时时刻刻都风采；把闲情乐趣窍门化，让你享受生活的每一天。

书籍目录

第一章 日常选购避险：识别食品、商品的优劣有窍门

一、食品的识别和选购：瓜果蔬菜钱虽少，食物中毒问题大

大米识别技巧：4A质米有光泽无异味

鲜蛋选购5窍门

香油识别妙法：看颜色、看外形、闻香味

植物油优劣识别有奇招

合格的酸奶凝块均匀、细腻、无气泡

如何识别病死猪肉

鉴别鸭子老嫩诀窍

怎样鉴别虾是不是新鲜的

螃蟹八只脚，力大能爬的最好

选食鸡肉有窍门，别让禽流感侵害你

好牛肉色泽鲜明呈棕红色

羊肉选购与鉴别

选购水产品最好先问问产地

如何鉴别用甲醛泡发的水产品

怎样辨别被污染的鱼

新鲜对虾选购的窍门

鲜蚬：蚬壳紧闭并冒气泡

新鲜扇贝肉白并呈半透明状

蚶的选购窍门

海蟹的选购与雄雌辨别窍门

海参鉴选窍门

选购海蜇的方法

选购带鱼有绝招

牡蛎的选购

海螺有三品

带虫眼的蔬菜质量未必差

怎样分辨含有有害物质的蔬菜

怎样选购菜花

黄花菜选购窍门

空心菜的选购

香菜选购常识

芹菜梗长并不一定好

蒜薹用手掐能分清是嫩还是老

丝瓜无论胖小，无内伤者最妙

过分成熟的苦瓜还是少买回家

怎样识别催熟番茄

辣椒有味道，选购有诀窍

莴笋的选购常识

胡萝卜小的比大的佳

豆类选购常识

冬、春笋质量鉴别常识

怎样选购腐竹

山药怕冻怕热，好坏用手握握就知道

.....

第十三章 其他小窍门

## 章节摘录

一、食品的识别和选购：瓜果蔬菜钱虽少，食物中毒问题大 大米识别技巧：优质米有光泽无异味 刚收割的米称为新米，含水量较大，煮熟的饭黏性较大，口味鲜香；存放时间较久的米称为陈米，其味稍次。

优质米的标准是有光泽，颗粒整齐，较干燥，无虫蛀、无沙粒、无灰尘、无霉味、异味。质量差的米，颜色发灰，米粒散碎，潮湿而有异味。

在选购大米的时候，可参照以下标准识别： 1. 富有光泽，糠屑少，无虫害、无杂物、无发霉、无黏连、无结块。

2. 米粒形整齐、饱满、均匀，碎米少。

3. 米上“腹白”（指米粒上呈乳白色不透明的部位）少或基本没有。

关键词：有光泽 / 无异味 / “腹白”少 鲜蛋选购5窍门 选鲜蛋窍门多多，下面几种方法简更易行：

1. 观察法。鲜蛋外壳光洁，颜色鲜归。

壳上有一层霜状粉末，若壳发暗无光泽，或用手掂之轻飘，则为陈蛋。

2. 晃听法。

把蛋放在耳边摇动，鲜蛋着实；空头蛋有空洞声，贴皮蛋、臭蛋有敲瓦碴子声。

3. 光照法。

将一只手握成筒形，对准鸡蛋的一端，向着灯光或太阳光照射，可见蛋内蛋黄呈鲜黄色，无任何斑点，蛋黄也不移动，这是新鲜鸡蛋。

坏蛋颜色发暗，不透明；孵过的蛋则有血丝或血环；臭蛋发暗或有污斑。

4. 盐水测试法。

先在一盆水中加上1匙盐，使其溶化搅匀，把蛋放入盐水中，若是新鲜蛋会沉入水底；不新鲜的浮在水面；放置时间较长的则半浮半沉。

5. 清水测试法。

将蛋浸放在冷水中，如果横卧在水里，表示十分新鲜；如果倾斜，表示至少已有3天；如直立水中，表示是陈蛋。

关键词：观察 / 晃听 / 光照 / 盐水测试 / 清水测试 香油识别妙法：看颜色、看外形、闻香味 1. 看颜色。

质量好的香油应呈黄红色。

小磨香油色较重；机制香油色较淡。

如颜色深黄则应考虑是熟菜籽油。

2. 看外形。

香油在阳光下应是透明的，如果油中掺入0.15%的水，在光照下会呈不透明的液体；如掺入0.35%的水，油就会分层，并易沉淀变质。

3. 闻香味。

质量好的香油，香味浓郁。

如果存放时间过长，香味变淡，甚至有异味，说明油已被氧化分解，开始变质；如果掺入其他油，不仅香味不浓，而且带有掺入油的油味。

关键词：看颜色 / 看夕卜形 / 闻香味 植物油优劣识别有奇招 1. 取油样少许，滴入碘溶液，如出现蓝色，说明油中掺有米汤等含淀粉的物质。

2. 取油样少许，在锅中加热至沸腾，然后冷却至常温，如有沉淀，说明油中掺有杂质。

关键词：碘 / 加热 合格的酸奶凝块均匀、细腻、无气泡 酸奶可分为发酵型酸奶和乳酸饮料。

如果不太计较“名与实”和营养价值，只是单纯解渴的话，口味不错的乳酸饮料当然也有可取之处。但如果执意要选购真正的酸奶，就请注意标签内容。

根据国家标准，酸奶和含乳饮料的包装上都应标明产品成分和配料。

配料表中如果出现“水”这一项，则是“含乳饮料”无疑，而且一般含乳饮料的配料中都含有“山梨

## &lt;&lt;家庭生活一点通&gt;&gt;

酸”，蛋白质含量标示的应为“不低于1.0%或0.7%”。

而酸奶的蛋白质含量不应低于2.9%或2.3%。

合格的酸奶凝块均匀、细腻、无气泡，表面可有少量的乳清析出，呈乳白色或淡黄色，气味清香并且具有弹性。

混合型酸奶由于添加的配料不同，会出现不同的色泽。

变质的酸奶，有的无凝块，呈流质状态；有的酸味过浓或有酒精发酵味；有的冒气泡，有一股霉味；有的颜色变深黄或发绿。

关键词：无气泡 / 乳白色 / 凝块状 如何识别病死猪肉 一是看表皮。

健康猪肉表皮无任何斑痕：病死猪肉表皮上常有紫色出血斑点，甚至出现暗红色弥漫性出血，也有的会出现红色或黄色隆起疹块。

二是看脂肪。

健康猪的脂肪呈白色或乳白色：病死猪肉的脂肪呈红色、黄色或绿色等异常色泽。

三是看肌肉。

健康猪的瘦肉一般为红色或淡红色，光泽鲜艳，很少有液体流出：病死猪瘦肉颜色发红发紫，无光泽，挤压时有暗红色的血汁渗出。

四是看弹性。

健康猪肉有弹性病死猪肉死板、无弹性。

五是闻气味。

健康猪肉无异味；病死猪肉有血腥味、腐臭味及其他异味。

关键词：紫色 / 无弹性 / 血腥味 鉴别鸭子老嫩诀窍 老嫩鸭的吃法不同，嫩鸭适宜用短时间加热的爆、炒、炸等烹调方法；老鸭适宜用文火长时间加热的蒸、炖、焖等烹调方法。

所以在选购时必须鉴别鸭子的老嫩，方法有：一看皮色与脚色。

皮呈黄色、脚呈深黄色是老鸭；皮雪白光润、脚呈黄色是嫩鸭；脚色黄中带红的是老嫩适中鸭。

二摸鸭嘴和胸骨。

嘴壳根部硬、胸骨也硬是老鸭；嘴壳根部软、胸骨尖也软是嫩鸭。

三辨外貌。

老鸭羽毛灰暗，嘴上有花斑；嫩鸭羽毛光洁鲜艳，嘴上没有花斑。

四掂分量。

同样的个头，老鸭比嫩鸭重。

关键词：一看 / 二摸 / 三辨 / 四掂 怎样鉴别虾是不是新鲜的 新鲜的虾，壳应是青灰色的，透明有光泽，头身紧密连接。

如果虾壳已经变成红色，头身破碎，最好不要购买。

买虾时还应该用手捏一捏，通过虾肉的手感和弹性来判断虾的新鲜度：新鲜的虾肉有弹性，不新鲜的则往往发干、发软。

关键词：透明有光泽 / 有弹性 螃蟹八只脚，力大能爬的最好 螃蟹可分河蟹和海蟹两种。

河蟹肉质鲜嫩，味较鲜美，为人们所喜爱。

河蟹一定要买活的，死蟹含有大量嗜盐菌，人吃了会出现恶心、呕吐甚至中毒的症状。

新鲜、活力强的螃蟹的特点：蟹壳呈青绿色、有光泽，蟹螯夹力大，腿毛顺，腿完整、饱满(硬实而不空)，爬得快，连续吐沫有声音。

买时可用手指逗弄河蟹的眼睛，如果它立即有反应，就表示生命力旺盛；若眼睛突出且无反应，则可能已经死亡。

另外，将河蟹拿到逆光处，根据它透光缝隙的宽窄，可确定其肥瘦(透光越窄，河蟹越肥)。

关键词：爬得快 / 眼睛 / 逆光处 选食鸡肉有窍门，别让禽流感 侵害你 近年频频出现的禽流感，让很多人谈鸡色变。

而鸡肉由于肉质鲜嫩，是广受大众喜爱的肉类之一，大家很难抵挡白斩鸡、三黄鸡、香辣炸鸡等鸡肉食物的诱惑。

为了远离禽流感的侵害，这里要提醒主妇们的是，在选择食用鸡时，一定要清楚鸡的来源，不食用来

<<家庭生活一点通>>

路不明的鸡。

P3-5



## <<家庭生活一点通>>

### 编辑推荐

生活就像是一条河，越疏导才能越畅通。

简单实用的窍门就是疏导生活的利器，帮你将生活打理得井井有条。

吕叔春编著的《家庭生活一点通(你不可不知的2000个生活小窍门)》所收集的这些窍门都来自于生活实践，适用于大众生活，内容涉及到吃、穿、用等家庭生活的方方面面，便捷实用。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>