

<<家有妙招>>

图书基本信息

书名：<<家有妙招>>

13位ISBN编号：9787509606674

10位ISBN编号：7509606675

出版时间：2010-1

出版时间：经济管理

作者：魏清素

页数：177

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>

<<家有妙招>>

内容概要

生病是不可避免的事情，但是生病不一定要找医生，很多小病痛我们自己就能解决了。腹泻的时候，食用几块煮熟的苹果就可以缓解症状；冷水加按摩还可以治鼻炎。这样简单的方法，您不妨一试。

养生保健要从年轻的时候开始，从日常生活的小事做起，这样才能保证我们拥有一个好身体。所以，要时刻保持愉悦的心情，进行适当的自我按摩，远离电脑和手机辐射，为健康竖起安全屏障。休闲旅行也是颐养身心、让身体变得更健康的好途径，所以您就需要一些小窍门方便自己在出游时也能把心爱的宠物、花草照顾得更好，出游时也不要忘记把小窍门带在身边。

<<家有妙招>>

作者简介

魏清素，女，毕业于全国重点大学新闻系，专攻记者专业，后因对中医的热爱，专注于进行中医养生学的研究，颇有心得。

现为专职编辑。

广泛涉猎中医养生、美容养颜、社科文史等多个领域。

已经出版的书籍有《实用生活妙招全集》、《国宝密码》、《26位大明星的养颜经》等。

<<家有妙招>>

书籍目录

第一部分 一物多用要知晓——物尽其用妙处多 1.米面蛋奶多用篇 大米既可存物又可去污 米汤可防漏、洗涤还醒酒 面粉去腥又解成 鸡蛋清也能做黏合剂 牛奶能做“口腔清新剂” 2.水果蔬菜多用篇 美容去污靠柠檬 洋葱是烹饪保洁多面手 土豆也是灵丹妙药 西红柿是美容养生佳品 苹果帮变黑铝锅“美白” 3.调料饮品多用篇 盐泡豆腐炒不碎 醋洗洗衣机,干净又放心 祛毒止痛找酱油 花椒防虫又止痛 厨房以外用砂糖 酒在清洁烹调中的妙用 咖啡好喝又好用 染发护发用可乐 茶叶除异味,安全又高效 4.废弃物多用篇 淘米水“淘”出便利生活 废瓶子用对地方就成宝 小瓶盖单独使用妙处多 蛋壳碎片洗瓶子 咖啡渣天生就是防潮剂 过期牛奶别丢了 隔夜茶也有妙用

第二部分 生活DIY——手指活起来,生活亮起来 1.自制饰品篇 饮料瓶和吸管做精美相框 巧手做干花篮 一次性纸杯做花瓶 旧竹筷做花盆 2.自制收纳用具篇 自制多功能角架 硬纸壳做CD架 毛绒玩具做纸巾架 硬纸壳做叠衣架 布头花巧制储物袋 十字绣架巧制作 自己动手制作首饰树 3.旧物品改造篇 废旧雨伞骨架做晾衣架 旧伞面变身防尘套 旧领带做雨伞套 旧袜子巧利用 旧报纸的实用功能 牛奶盒变身收纳盒 物品包装巧利用 废瓶巧制储物筒

第三部分 日常饮食奥妙多——窍门教你做巧妇

第四部分 居家用具巧清洁——省时省力有妙招

第五部分 衣饰清洁与保养——持久“靓装”有诀窍

第六部分 美容修身有窍门——美丽原来很简单

第七部分 健康生活哪里找——自有窍门来效劳

第八部分 居家旅行有难题——窍门在手不用愁

第九部分 生活细节全方位——用对窍门最实惠后记

<<家有妙招>>

章节摘录

3.食物清洗加工篇 对付难以清洗的木耳 木耳的清洗的确很麻烦，稍不注意就会有小沙子之类的漏网，下面两个办法可以帮你对付。

(1) 将木耳放入加盐的温水中浸泡半个小时，木耳即可变软，容易清洗。

(2) 温水中放入木耳，然后再加入两勺淀粉，之后再搅拌。

用这种方法可以去除木耳上细小的杂质和残留的沙粒，接下来只需要用清水把木耳清洗干净就可以了。

洗葡萄，面粉、牙膏来帮忙 洗葡萄的确是一件很麻烦的事，将一串葡萄一颗颗洗净会耗费很长时间，可是有什么办法能又省事洗得又干净呢？

看看下面的两个方法。

(1) 在一盆清水中撒入适量的面粉搅匀，把葡萄放在面粉水里面浸泡2~3分钟后，轻轻地用手洗一下葡萄表面，然后再用清水冲洗干净即可。

面粉水的黏稠感已经把葡萄表面的脏东西粘掉了。

(2) 用剪刀剪去葡萄根蒂部分，保留完整颗粒，放到盐水中浸泡，达到消菌的效果。

这样处理过的葡萄表面还残留着一层白膜，挤些牙膏，把葡萄在手掌间轻轻揉搓，再过一遍清水就可以放心吃了。

轻松清洗猪内脏 (1) 先用淡盐、醋混合液将猪肠浸泡片刻，摘除脏物，再将其放入淘米水中浸泡一会儿，然后在清水中轻轻搓洗两遍即可。

若在淘米水中放几块橘皮，异味更易除去。

(2) 用酸菜水洗涤猪肚、猪肠，只需两次，腥味便可全除。

(3) 清洗猪肝时，先用水将肝血洗净，然后剥去薄皮，放进盘中，加入适量牛乳浸泡，异味即可消失。

(4) 将猪心、猪肝裹上一层面粉，放置1小时后再清洗，很容易就能洗净，这样处理过的猪心、猪肝炒出来的味道也会非常鲜美纯正。

蛤蜊吐沙快又好 用海水或者盐水浸泡蛤蜊，然后在水中滴入几滴花生油，并用筷子搅开，使油花均匀铺在水面上，这样水与空气隔绝，蛤蜊很快就会把泥沙吐出来。

另外一个更简单的办法是，利用贝类闻到铁味便吐泥沙的习性，把一把剪刀或者其他铁器放进盛蛤蜊的容器中，蛤蜊也会很快把泥沙吐出。

食物去皮，轻松掀起盖头来 (1) 莲子。

先将莲子冲洗一下，然后放入混有适量老碱的开水中，稍焖片刻，再倒入淘米箩内用力揉搓，莲子皮就能很快去掉了。

(2) 胡萝卜。

先将胡萝卜整条放进水中煮一下，然后放在水龙头下，借助水的冲力把皮去除。

(3) 毛豆。

先把洗净的毛豆荚放进锅里煮开，然后盖上锅盖焖一会儿，随即倒入冷水中。

这样，只需将毛豆荚轻轻一挤，毛豆就会自己弹落出来。

(4) 虾。

剥虾的诀窍就在虾子第二及第三节的壳。

(5) 橙子。

方法一：把橙子放在两手中用力揉搓，直到皮软，就可像剥橘子那样很容易将皮剥掉了。

方法二：用一个钢勺把橙子蒂部挖掉，挖一个比勺子略大的圆，然后把勺子贴着橙子皮插进去（勺子的弧度贴合橙子皮的弧度），一点一点撬开表皮即可。

(6) 核桃。

先把核桃放入蒸屉上稍微加热，取出后马上投进冰水，这样剥出的核桃仁通常比较完整。

(7) 枣。

将干的大枣用清水浸泡3小时，然后放入锅中煮沸，待大枣完全泡开发胖时，将其捞起剥皮，很容易

<<家有妙招>>

就能剥掉。

(8) 葡萄。

可先将其洗净放入冰箱内冷冻后再取出，然后将葡萄浸入微暖的水内，稍泡至果肉软化，最后用手轻轻按压葡萄，即可使整粒果肉轻松脱皮而出。

(9) 马铃薯。

把马铃薯放在开水中煮一下，然后再用手直接剥皮，就可很快将皮去掉。

(10) 西红柿。

先把西红柿放在开水中浸泡一会，或把西红柿放在容器内，以开水均匀冲浇，取出后用手轻轻撕，就可将皮撕掉。

去枣核妙招 准备好一个带圆眼的笼屉、一根筷子，将枣的顶部中心点对准笼屉的圆眼处，垂直放置，然后用筷子从枣的另一端向下捅，枣核就乖乖出来了。

切洋葱不再“流泪” (1) 将洋葱对半切开放在冷水中泡一会，切时就不会流泪。

(2) 切洋葱前，先把刀放在冷水中浸一会儿，再切时就不会流泪了。

(3) 切洋葱时在砧板旁点支蜡烛，这样会减少洋葱的刺激气味，对抑制流泪有一定效果。

别让番茄“泪横飞”切西红柿时，可先放进冰箱冷冻10分钟，待稍硬时再切，这样切出来的西红柿完全不会流汁。

另外一种方法就是，切之前先观察一下西红柿表面的凹痕，沿着凹痕切通常就不会流汁。

<<家有妙招>>

后记

本书在策划和编写过程中，得到了许多同行的关怀与帮助，在此向以下参与本书编写的人员致以诚挚的谢意：欧红梅、周珊、赵红瑾、齐红霞、齐艳杰、陆晓飞、赵广娜、王非庶、王杰、张保文、李亚莉、何瑞欣、杜莉萍、梁素娟、许庆元、姚迪雷、毛定娟、尹娜、王巧、杨婧、张艳芬、许长荣、王爱民、李琳、李伟楠、王鹏、罗华杰、甘艳河、杨英、李良婷、上官紫薇、杨艳莉、于海英、肖冬梅、张乃奎、刘红强。

本书在编写过程中，借鉴和参考了大量的文献和作品，从中得到了不少启悟，也汲取了其中的智慧精华，谨向各位专家、学者表示崇高的敬意——因为有了大家的努力，才有了本书的诞生。

<<家有妙招>>

编辑推荐

《家有妙招:居家生活必知的1000个小窍门》：百姓生活实用必备丛书

<<家有妙招>>

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>