

<<生活中的窍门>>

图书基本信息

书名：<<生活中的窍门>>

13位ISBN编号：9787801526397

10位ISBN编号：7801526392

出版时间：2005-02-01

出版时间：黄河出版社

作者：朱晓梅

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>

## <<生活中的窍门>>

### 内容概要

当你身处困境倍感郁闷时；当你被一些琐事弄得疲惫不堪时；当你被生活中的小问题绊住脚却无从下手时《生活百事通丛书：生活中的窍门》一书，犹如黑夜中的一颗启明星，照亮了你前进的路。《生活百事通丛书：生活中的窍门》涉及生活中的衣、食、住、行等方方面面，详细地介绍了如何巧妙应对日常琐事。编者用通俗浅显的文字，贴近百姓生活，让读者能够较快地理解这些小窍门，并加以运用。

## &lt;&lt;生活中的窍门&gt;&gt;

## 书籍目录

一、饮食小窍门 食品加工与处理 清洗青菜小窍门 清洗蔬菜上的农药小窍门 清洗水果小窍门 洗茄子小窍门 洗蘑菇小窍门 洗木耳小窍门 洗黄花菜小窍门 洗生姜小窍门 洗豆腐小窍门 洗海带小窍门 洗海蜇皮小窍门 洗猪油小窍门 洗猪大肠小窍门 洗猪腰子小窍门 洗猪肝、猪心小窍门 洗咸肉小窍门 洗冷冻鸡、鸭小窍门 洗猪肚子小窍门 洗鱼小窍门 洗肥肉沾污小窍门 洗贝类小窍门 淘米小窍门 带鱼快速除鳞小窍门 去鱼鳞小窍门 去羊肉上的毛小窍门 干蚕豆去皮小窍门 橙子剥皮小窍门 剥大蒜皮小窍门 去姜皮小窍门 新土豆去皮小窍门 去桃皮小窍门 去莴苣皮小窍门 熟土豆去皮小窍门 去番茄皮小窍门 去红萝卜皮小窍门 去板栗壳小窍门 去榛子壳小窍门 取核桃仁小窍门 去莲子皮小窍门 除蛋壳小窍门 去松花蛋皮小窍门 挤虾仁小窍门 肉类解冻小窍门 刮芋艿时防手痒小窍门 切鱼防打滑小窍门 切蛋糕、面包小窍门 切蛋不沾刀小窍门 切辣椒和葱不流泪小窍门 切洋葱小窍门 切猪肉小窍门 切猪肝小窍门 切羊肉小窍门 切牛肉小窍门 切鱼肉小窍门 切黏食品小窍门 发干贝小窍门 发玉兰片小窍门 发海参小窍门 发鱿鱼小窍门 发鱼翅小窍门 发木耳小窍门 发干香菇小窍门 发笋干小窍门 发海蜇小窍门 发海带小窍门 发蹄筋小窍门 发腐竹小窍门 发虾米小窍门 厨房中的小窍门 和面不粘盆小窍门 除大米中的沙粒小窍门 厨房用酒小窍门 花椒菜橱防蚁小窍门 花椒沸油防溢小窍门 用醋小窍门 用盐小窍门 用大葱小窍门 用大蒜小窍门 板结的白糖返散小窍门 腌制的食品变淡小窍门 除刀上腥气小窍门 消除蒜味小窍门 菠菜去涩小窍门 菜去咸味小窍门 除口中辣味小窍门 汤去咸味小窍门 菜去醋酸味小窍门 除苦瓜苦味小窍门 除酱油咸味小窍门 竹笋去味小窍门 去猪肉异味小窍门 去生肉油污异味小窍门 去手上异味小窍门 除手上蟹味小窍门 黄花鱼去腥小窍门 去粮食霉变味小窍门 除血污味小窍门 除泥腥味小窍门 去河鱼腥味小窍门 除血防腥小窍门 去菜板异味小窍门 去芥末辣味小窍门 萝卜去味小窍门 陈油去异味小窍门 豆油去味小窍门 菜籽油去怪味小窍门 ..... 二、保健小窍门 三、服饰小窍门 四、居住小窍门 五、美容小窍门

## &lt;&lt;生活中的窍门&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：炒菠菜小窍门炒菠菜前，先将菠菜用开水焯一下，去掉菠菜的涩味。

然后用急火热油炒，边炒边加盐，这样炒出来的菠菜翠绿鲜嫩。

炒藕片小窍门炒藕片前，先将藕片用开水焯一下，然后用盐腌一会，再用清水洗净，下锅。

炒的时候加点醋，这样炒出来的藕片白嫩清脆。

炒米饭小窍门炒米饭时，加少许白酒，米饭会松软可口。

炒菜何时放盐小窍门用花生油炒菜应先放盐，因为花生油容易含黄曲霉素菌毒素，加热后会降低毒素。

用菜籽油、豆油炒菜应先把菜炒好再放盐，可以减少蔬菜中营养成分的损失。

用荤油炒，先放一半盐炒到中间再放另一半。

如果用动物油炒菜，最好在放菜前下盐，这样可减少动物油中有机氯的残余量，对人体有利。

炒肉应把肉炒七八成熟再放盐，肉嫩。

炒菜省油小窍门炒菜时先用少许油翻炒，待快熟时，再放一些熟油在里面炒。

这样，菜汤减少，油也到了菜里，油用得不多，但油味浓，菜味香。

炒菜用锅小窍门家庭做饭，一般都要炒三四个菜。

炒完一个菜后，锅中会留有余油和残渣，必须将锅洗净，再炒第二个菜。

如果不洗锅就炒，害处很大。

1.这些残留物会在高温下焦化，第二个菜一下锅便容易出现糊锅现象，影响菜的质量。

2.这些焦黑色的锅垢，含有苯类致癌物质。

因此，炒菜一定要用净锅，每炒完一个菜后，必须把锅洗干净，再烹制下一个菜。

滑肉片省油小窍门在做滑肉片时，一般用五成热的温油。

如果您想少放油，可将油烧至八九成热，快速滑炒，成菜效果相同。

炒肉片小窍门选肋条或后腿肉，切成不超过一分厚的肉片，放在碗里加少许酱油（不能放盐，盐会使肉变老变硬）、料酒、淀粉、蛋，搅拌均匀备用。

油烧热，放入拌好的肉片，用勺轻轻来回拨动，直到肉片伸展为止，再加配料蔬菜，炒一会即成。

炒辣椒减辣味小窍门辣椒辣味太浓，烹制时将辣椒切成细末或丁，先用油、盐焯熟，再倒入一枚鲜鸡蛋液，炒成“蛋包椒丁”，辣味可大大减轻。

炒鸡蛋小窍门在蛋清中加一点盐，便可快速搅匀。

打蛋时加数滴冷水，会使蛋白变得坚挺爽口。

搅打蛋时，切忌放在铝制器皿中，因为铝易使蛋液变色，影响烹调色泽。

炒鸡蛋时在蛋液里倒入少量的料酒，炒出的鸡蛋味道更鲜美可口。

鸡蛋含有加热后能产生鲜味的谷氨酸钠。

炒鸡蛋不必加味精。

<<生活中的窍门>>

编辑推荐

《生活中的窍门》由黄河出版社出版。

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>