

<<生活真需要>>

图书基本信息

书名：<<生活真需要>>

13位ISBN编号：9787564018429

10位ISBN编号：7564018429

出版时间：2008-11

出版时间：北京理工大学出版社

作者：金海豚佳美生活课题组

页数：287

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>

<<生活真需要>>

前言

什么是生活，油、盐、酱、醋是生活，哺育孩子照顾老人是生活，在熙熙攘攘的人群里挤公交车也是生活。

我们周而复始做着的事都是生活中的元素，万般酸、甜、苦、辣集合在一起，带给我们五彩缤纷的生活。

每个人都知道，生活并非十全十美，怎样才能让生活中的烦恼远离自己，享受更多的快乐呢？

看到衣服上沾上油渍；犯愁如何微波炉做出美食；冰箱里的食物发出异味；家中的水龙头像是永远都擦不亮：您是不是开始发牢骚了？

别着急，我们为您准备了简单有效的解决办法，您只需轻轻一翻，这些烦心事儿会立刻烟消云散。

当看到钱包囊空如洗，银行卡负债累累，您是不是犹豫到底是攒钱还是投资呢？

别发愁，我们的书里提供了为您量身打造的理财小窍门，让您轻松摆脱理财困扰，日子美满起来。

各位爱美的人士最希望的是：镜子里身材日渐臃肿的烦恼日子迅速远去，我们为您准备了健康合理的减肥秘笈，让您拥有自信的身材。

快乐生活离不开解决问题的办法，其中聪明的办法，我们就把它叫做窍门。

本书正是为您提供这些点石成金的小窍门，全方位地为您提供解决问题的捷径。

正所谓兵来将挡，水来土淹。

我们的办法是从生活中的点滴做起，获得更美好的家庭生活，有本书陪伴在您身边，就会发现生活中充满了更多的乐趣。

书中总结了常见问题的四大系列法宝，分别是：1000个生活小窍门生活小窍门是本书第一大重点，全方位、多角度为您排忧解难。

包括快乐厨房篇、家庭妙招篇、家庭清洁篇、养生美容篇、购房家装篇、家用电器篇和家庭休闲篇。

选取生活中最常见的困扰，提出最合理的解决方式，使您轻松应对突如其来的各种琐事；涵盖生活中最棘手、最需要的小窍门，让您在家事方面游刃有余，成为身边朋友中的生活大师；让高品质的生活成为您人生的亮丽风景。

<<生活真需要>>

内容概要

书中总结了常见问题的四大系列法宝，分别是：1000个生活小窍门 生活小窍门是本书第一大重点，全方位、多角度为您排忧解难。

包括快乐厨房篇、家庭妙招篇、家庭清洁篇、养生美容篇、购房家装篇、家用电器篇和家庭休闲篇。选取生活中最常见的困扰，提出最合理的解决方式，使您轻松应对突如其来的各种琐事；涵盖生活中最棘手、最需要的小窍门，让您在家事方面游刃有余，成为身边朋友中的生活大师；让高品质的生活成为您人生的亮丽风景。

200个家庭理财宝典 本书又一大重点是人们关心的挣钱和攒钱的问题。

从健康投资巧理财、家庭理财巧计划和个人理财巧计划等3个部分阐述了家庭理财新概念；然后从银行储蓄、利息、信用卡3个方面总结家庭储蓄小窍门；接下来从投保贷款技巧、炒股技巧、基金投资技巧、收藏技巧、教育投资技巧、医疗投资技巧和房产投资技巧等7个方面总结了家庭投资小窍门，让您不再为理财投资发愁。

80个家庭节能环保小锦囊 人与自然息息相关的生活细节尽在节能环保小锦囊。

在这一章分别给出与爷爷、奶奶、爸爸、妈妈和孩子接触最密切的各项环保节能小窍门，从五口之家的角度出发，通过对小窍门的掌握，使您在节能省钱的同时为了我们生存的环境做出一份贡献。

8个最佳减肥秘笈 减肥一直是追求健康人士的大敌。

针对不同人群对症下药的减肥秘笈，包括男士减肥、女士减肥、中老年减肥、青少年减肥、新妈妈减肥、上班族减肥和瑜伽减肥法等八大减肥秘笈，给您相应的指导，解决减肥困扰，还您优美体态。

<<生活真需要>>

书籍目录

第一章 1000个生活小窍门 第一篇 快乐厨房篇 食物选购鉴别小窍门 龙眼选购小窍门
 沙田柚选购小窍门 香蕉芭蕉鉴别小窍门 红枣选购小窍门 羊肉选购小窍门
 羊肉鉴别小窍门 牛肉选购小窍门 猪肉选购小窍门 腌腊肉选购小窍门 鲜蛋选
 购小窍门 烧鸡选购小窍门 鸡老、嫩鉴别小窍门 板鸭选购小窍门 壤鸭选购小
 窍门 新鲜光禽选购小窍门 牡蛎选购小窍门 海蜇选购小窍门 墨鱼干选购小
 窍门 虾米选购小窍门 干贝选购小窍门 海带选购小窍门 海参选购小窍门
 海蟹选购小窍门 鲜蚬选购小窍门 对虾选购小窍门 江鱼、湖鱼鉴别小窍门
 河鳗、海鳗鉴别小窍门 污染鱼鉴别小窍门 茼蒿选购小窍门 竹笋选购小窍门
 霉干菜选购小窍门 香椿选购小窍门 四季豆选购小窍门 黑木耳选购小窍门
 银耳选购小窍门 菇类选购小窍门 豆类选购小窍门 百合干选购小窍门 板栗
 选购小窍门 莲子选购小窍门 豆浆选购小窍门 鲜奶选购小窍门 矿泉水鉴别
 小窍门 茶叶选购小窍门 新茶、陈茶鉴别小窍门 葡萄酒选购小窍门 真假名酒
 鉴别小窍门 真假西洋参鉴别小窍门 蜂蜜鉴别小窍门 果汁鉴别小窍门 啤酒选
 购小窍门 食物储存加工小窍门 干海味储存小窍门 酸奶、奶油储存小窍门 成肉、
 成鱼储存小窍门 葡萄酒储存小窍门 食用油储存小窍门 保鲜水果小窍门 干
 货储存小窍门 渐茶储存小窍门 茶叶受潮应对小窍门 干月饼、干面包储存小窍门
 大米储存小窍门 饮料瓶储豆小窍门 春季成菜储存小窍门 土豆储存小窍门
 螃蟹储存小窍门 碳酸饮料储存小窍门 除白糖、红糖结块小窍门 去黄花鱼腥味
 小窍门 去淡水鱼腥味小窍门 对虾清洗保鲜小窍门 挤虾仁小窍门 洗螃蟹小窍
 门 鱼胆破裂处理小窍门 刮鱼鳞小窍门 剥莲子小窍门 剥芋头小窍门 剥
 栗子小窍门 剥鸡蛋壳小窍门 剥蒜皮小窍门 剥西红柿小窍门 去鱿鱼皮小窍门
 切面包不掉渣小窍门 切洋葱小窍门 处理山药皮小窍门 冰冻食品不粘连小
 窍门 削皮后苹果储存小窍门 洗葡萄小窍门 白糖发蘑菇小窍门 发海参小窍门
 发鱼肚小窍门 发鱼翅小窍门 发鲍鱼小窍门 食物烹饪小窍门 烹饪肉类
 小窍门 使肉嫩小窍门 烹制肉皮小窍门 炒腰花小窍门 烹饪羊肉菜肴小窍门
 啤酒炒牛肉小窍门 炖骨头汤小窍门 煮肉防营养流失小窍门 橘皮烧肉小窍门
 炸肉酱小窍门 烹饪糖醋排骨小窍门 烹饪肥猪肉小窍门 烹饪兔肉小窍门
 烹饪蛋类菜肴小窍门 煮茶叶蛋小窍门 吃成鸭蛋小窍门 清炖清蒸鸡小窍门 熏
 鸡小窍门 老鸡速烂小窍门 烹饪鱼类小窍门 烹饪螃蟹小窍门 生姜除腥小窍
 门 做清蒸鱼小窍门 烹制海蜇小窍门 啤酒炖鲜鱼小窍门 吃生鱼片小窍门
 豆腐炒不碎小窍门 炸馒头片小窍门 救夹生饭小窍门 煮饺子小窍门 烹饪
 蔬菜小窍门 炒青菜保持鲜绿小窍门 烹饪根茎类菜肴小窍门 烹饪菇菌类菜肴小窍门
 减轻苦瓜苦味小窍门 炒豆角小窍门 牛奶炒菜花小窍门 面粉炒洋葱小窍门
 炒藕片小窍门 做泡菜小窍门 拌凉菜小窍门 烹任用水小窍门 烹任用油小
 窍门 烹任放盐小窍门 烹任用酒小窍门 烹任用醋小窍门 烹任用花椒小窍门
 熬制鲜汤小窍门 烹制月饼小窍门 煮粥小窍门 蒸米饭小窍门 烹调剩面包
 小窍门 微波炉做冷面小窍门 煎炸防溅小窍门 裹面包粉小窍门 第二篇 家庭妙招
 篇 妙招一箩筐 一物多用窍门集锦 第三篇 家庭清洁篇 清洁衣物小窍门 厨房清洁
 小窍门 第四篇 常见病自诊自查小窍门 卫生间清洁小窍门 心理保健小窍门 身
 体保健、延缓衰老小窍门 美容化妆小窍门 第五篇 购房家装篇 购房小窍门 装修居
 室小窍门 第六篇 家用电器篇 家电清洁小窍门 家电使用小窍门 第七篇 家庭休闲篇
 饲养宠物小窍门 培养花卉小窍门 快乐旅行小窍门 第二章 200个家庭理财宝典 第一
 篇 家庭理财篇 第二篇 家庭储蓄篇 第三篇 家庭投资篇 第三章 80个家庭节能环保小锦囊 第四
 章 8个最佳减肥秘笈

章节摘录

鲜蛋选购小窍门选鲜蛋窍门多多，下面介绍几种简便易行的方法。

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。

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。

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。

表示已是陈蛋。

烧鸡选购小窍门首先是闻气味。

买烧鸡时，先拿起来闻一闻，如有异臭味，则说明这只烧鸡已存放很久或是用病死鸡加工而成的。

其次是看眼睛。

看烧鸡的眼睛是否半睁半闭，如果鸡眼半睁半闭则可断定是好鸡做成：若鸡的双眼紧闭，说明是病死鸡做成，因为病死鸡的眼睛在死前就闭上了。

再次是挑肉皮。

用筷子挑开肉皮，若肉呈血红色，说明是病死鸡做的，因病死鸡没有放血，血溶在鸡肉内了，而好鸡的肉色是白色的。

鸡老、嫩鉴别小窍门老鸡的爪尖磨损得光秃，脚掌皮厚。

而且僵硬；脚腕间的凸出物较长。

嫩鸡爪尖，磨损不大，脚掌皮薄而无僵硬现象，脚腕间的凸出物也较小，尤其是小鸡，腕间凸出物几乎没有，仔细看时，仅有一圆形小点，而且老鸡的毛孔粗大，肉色比嫩鸡要深。

板鸭选购小窍门质量好的板鸭身体表面光洁，颜色呈白色或乳白色，其形体为扁圆形，腿肌发硬，胸肉突起，腹腔内壁干燥有盐霜，肌肉切面呈玫瑰红色，组织状态紧密有光泽，具有板鸭固有风味。

煮沸后的肉汤芳香，沸腾的液面有大片团聚脂肪，肉味嫩鲜。

而质次的板鸭，肉汤煮沸后鲜味较差。

有轻度哈喇味和腥味。

填鸭选购小窍门选购填鸭时，应挑表皮白净光洁，毛孔均匀，皮色白中略黄；脂肪稍薄，大小适中为好。

若体表发黏，甚至皮色发暗、发绿，则说明已趋变质或已经变质，不可购买。

新鲜光禽选购小窍门看眼球是否饱满。

看皮肤是否有光泽。

看外表是否微干或稍微湿润，不黏手。

用手指压后凹陷是否立即恢复。

气味是否正常，有无异味。

煮沸后肉汤是否透明，当脂肪团聚于汤表面时，是否有香味。

牡蛎选购小窍门牡蛎又名海蛎子。

产于沿海岩石上，牡蛎的优质品应该是体大肥实、颜色淡黄、个体均匀。

而且干燥。

而那些颜色褐红，个体不均匀，有潮湿感的，质量较差。

海蜇选购小窍门海蜇是由水母加工制成，营养丰富。

选购海蜇皮以片大色白，肉质透明结实，无红皮、无泥沙杂质为优质品；海蜇片中等，白色稍有红皮，略有沙子的质量次之；片小，色发黄、有红皮、有泥沙杂物的最次。

海蜇头以个大、浅黄色、水分大、脆嫩、泥沙少为上品。

否则，墨鱼干选购小窍门优质墨鱼干体形完整、光亮洁净、颜色柿红、有香味、干透、淡口；如体形基本完整，局部有黑斑，表面带粉白色，背部暗红的品质较次。

<<生活真需要>>

虾米选购小窍门买虾米时，应选择那些肉细结实、洁净无斑、色鲜红或微黄、光亮、有鲜香味、够干、淡口、大小均匀的为好；肉结实但有一些黑斑或黏壳、色淡红、味微咸的次之。

小贴士：虾米溯源注文。

宋代临安市食有“姜虾米，见于《武林旧事》。

明代的《本草纲目》指出：“凡虾之大者蒸民初，民间将其收作“海八珍”之一。

干贝选购小窍门优质干贝应该是干燥，颗粒完整均匀，颜色淡黄略有光泽，肉质嫩，鲜味浓，回味微甜，具有特有的腥香，而且无杂质，略带咸味。

那些颜色老黄、粒小、稍有松碎残缺的质量较次。

色泽深暗或呈黄黑色的质量更差。

海带选购小窍门海带的优劣，仅凭其色泽或以手触摸，无法作出正确判断。

必须撕下一小片海带。

放进水中，若能即刻展开，便属上品，反之，则为劣品。

海带从水中捞起后，水的颜色越清，表示品质越好。

而且还应挑选颜色滋润、深褐或绿褐色的为宜。

质地宽厚带长、无根、带形完整、黄色带梢较少、无杂质的海带为上品。

海参选购小窍门买海参时，应选择那些体形完整、够干（含水量小于15%）、淡口、结实而有光泽、大小均匀、肚无沙的为好；形体、肉质、色泽较差，两侧有微红点的为下品。

海蟹选购小窍门海蟹的蟹腿、蟹钳均挺而硬，并与蟹体连接牢固者为佳。

质量次的海蟹，蟹腿、蟹钳均松懈或碰时易掉。

质量严重不佳者，蟹腿、蟹钳均易自行脱落。

若海蟹发出过于腥臭的气味，说明已经变质不能食用。

蟹腹部有圆脐的是雌蟹，有黄长脐的是雄蟹，有油。

<<生活真需要>>

编辑推荐

快乐生活离不开解决问题的办法，其中聪明的办法，就是窍门。

《生活真需要:1288个小窍门(精华本)》为您提供的那些点石成金的小窍门，全方位地为您提供了解决问题的捷径。

——之宝贝网推荐《生活真需要:1288个小窍门(精华本)》汇集生活智慧的书可以为您的生活带来欢乐和方便，是您的“生活真需要”！

——当当网推荐

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>