家庭生活窍门大全

　　1 生活窍门:巧用牙膏6:若有小面积皮肤损伤或烧伤、烫伤，抹上少许牙膏，可立即止血止痛，也可

防止感染，疗效颇佳。

　　2 生活窍门:巧除纱窗油腻3:可将洗衣粉、吸烟剩下的烟头一起放在水里，待溶解后，拿来擦玻璃窗

、纱窗，效果均不错。

　　3 生活窍门:将虾仁放入碗内，加一点精盐、食用碱粉，用手抓搓一会儿后用清水浸泡，然后再用清

水洗净，这样能使炒出的虾仁透明如水晶，爽嫩可口。

　　4 生活窍门:和饺子面的窍门:在1斤面粉里掺入6个蛋清，使面里蛋白质增加，包的饺子下锅后蛋白

质会很快凝固收缩，饺子起锅后收水快，不易粘连

　　5 生活窍门:将残茶叶浸入水中数天后，浇在植物根部，可促进植物生长；把残茶叶晒干，放到厕所

或沟渠里燃熏，可消除恶臭，具有驱除蚊蝇的功能。

　　6 生活窍门:夹生饭重煮法:如果是米饭夹生，可用筷子在饭内扎些直通锅底的孔，洒入少许黄酒重

焖，若只表面夹生，只要将表层翻到中间再焖即可。

　　7 生活窍门:烹调蔬菜时如果必须要焯，焯好菜的水最好尽量利用。如做水饺的菜，焯好的水可适量

放在肉馅里，这样即保存营养，又使水饺馅味美有汤。

　　8 生活窍门:炒鸡蛋的窍门:将鸡蛋打入碗中，加入少许温水搅拌均匀，倒入油锅里炒，炒时往锅里

滴少许酒，这样炒出的鸡蛋蓬松、鲜嫩、可口。

　　9 生活窍门:如何使用砂锅:新买来的砂锅第一次使用时，最好用来熬粥，或者用它煮一煮浓淘米水

，以堵塞砂锅的微细孔隙，防止渗水。

　　10 生活窍门:巧用“十三香”:炖肉时用陈皮，香味浓郁；吃牛羊肉加白芷，可除膻增鲜；自制香肠

用肉桂，味道鲜美；熏肉熏鸡用丁香，回味无穷。

　　11 生活窍门:和饺子面的窍门2:面要和的略硬一点，和好后放在盆里盖严密封，饧10-15分钟，等面

中麦胶蛋白吸水膨胀，充分形成面筋后再包饺子

　　12 生活窍门:香菜是一种伞形花科类植物，富含香精油，香气浓郁，但香精油极易挥发，且经不起

长时间加热，香菜最好在食用前加入，以保留其香气。

　　13 生活窍门:当进行高温洗涤或干衣程序时，不可碰触机门玻璃，以免烫伤。拿出烘干的衣物时，

要小心衣物上的金属部分，如拉链、纽扣等，以免烫伤。

　　14 生活窍门:如果衣领和袖口较脏，可将衣物先放进溶有洗衣粉的温水中浸泡15-20分钟，再进行正

常洗涤，就能洗干净。

　　15 生活窍门:如何使用砂锅2:用砂锅熬汤、炖肉时，要先往砂锅里放水，再把砂锅置于火上，先用

文火，再用旺火。

　　16  生活窍门:烹调蔬菜时，加点菱粉类淀粉，使汤变得稠浓，不但可使烹调出的蔬菜美味可口，而

且由于淀粉含谷胱甘肽，对维生素有保护作用。

　　17 生活窍门:米饭若烧糊了，赶紧将火关掉，在米饭上面放一块面包皮，盖上锅盖，5分钟后，面包

皮即可把糊味吸收。

　　18 生活窍门:洗衣粉用量:若衣服不太脏或洗涤时泡沫过多，则要减少洗衣粉用量。避免洗衣粉使用

过量，不仅省钱而且保护环境，可令洗衣机更耐用。

　　19 生活窍门:煮饺子时要添足水，待水开后加入2%的食盐，溶解后再下饺子，能增加面筋的韧性，

饺子不会粘皮、粘底，饺子的色泽会变白，汤清饺香。

　　20 生活窍门:许多人爱吃青菜却不爱喝菜汤，事实上，烧菜时，大部分维生素已溶解在菜汤里。比

如小白菜炒好后，会有70%的维生素Ｃ溶解在菜汤里。

　　21 生活窍门:白袜子若发黄了，可用洗衣粉溶液浸泡30分钟后再进行洗涤。对于衣服上的奶渍，可

用洗衣粉进行污渍预处理，然后再进行正常洗涤。

　　22 生活窍门:如何使用砂锅3:从火上端下砂锅时，一定要放在干燥的木板或草垫上，切不要放在瓷

砖或水泥地面上。

　　23 生活窍门:烧荤菜时，在加了酒后，再加点醋，菜就会变得香喷喷的。烧豆芽之类的素菜时，适

当加点醋，味道好营养也好，因为醋对维生素有保护作用

　　24 生活窍门:面包能消除衣服油迹:用餐时，衣服如果被油迹所染，可用新鲜白面包轻轻摩擦，油迹

即可消除。

　　25 生活窍门:用残茶叶擦洗木、竹桌椅，可使之更为光洁。把残茶叶晒干，铺撒在潮湿处，能够去

潮；残茶叶晒干后，还可装入枕套充当枕芯，非常柔软。

　　26 生活窍门:饺子煮熟以后，先用笊篱把饺子捞出，随即放入温开水中浸涮一下，然后再装盘，饺

子就不会互相粘在一起了。

　　27 生活窍门:炒鲜虾的窍门:炒鲜虾之前，可先将虾用浸泡桂皮的沸水冲烫一下，然后再炒，这样炒

出来的虾，味道更鲜美。

　　28 生活窍门:蔬菜尽可能做到现炒现吃，避免长时间保温和多次加热。另外，为使菜梗易熟，可在

快炒后加少许水闷熟。

　　29 生活窍门:面包能消除地毯污迹:家中的小块地毯如果脏了，可用热面包渣擦拭，然后将其挂在阴

凉处，24小时后，污迹即可除净。

　　30 生活窍门:男子剃须时，可用牙膏代替肥皂，由于牙膏不含游离碱，不仅对皮肤无刺激，而且泡

沫丰富，气味清香，使人有清凉舒爽之感。

　　31  生活窍门:风油精的妙用（1）:在电风扇的叶子上洒上几滴风油精，随着风叶的不停转动，可使

满室清香，而且有驱赶蚊子的效用。

　　32  生活窍门:刷油漆前，先在双手上抹层面霜，刷过油漆后把奶油涂于沾有油漆的皮肤上，用干布

擦拭，再用香皂清洗，就能把附着于皮肤上的油漆除掉。

　　33 生活窍门:豆腐一般都会有一股卤水味。豆腐下锅前，如果先在开水中浸泡10多分钟，便可除去

卤水味，这样做出的豆腐不但口感好，而且味美香甜。

　　34 生活窍门:煮鸡蛋时，可先将鸡蛋放入冷水中浸泡一会，再放入热水里煮，这样煮好的鸡蛋蛋壳

不破裂，且易于剥掉。

　　35  生活窍门:手表受磁，会影响走时准确。消除方法很简单，只要找一个未受磁的铁环，将表放在

环中，慢慢穿来穿去，几分钟后，手表就会退磁复原。

　　36  生活窍门:豆腐性偏寒，平素有胃寒者，如食用豆腐后有胸闷、反胃等现象，则不宜食用；易腹

泻、腹胀脾虚者，也不宜多食豆腐。

　　37 生活窍门:牙膏也有洁肤功能！洗澡时用牙膏代替浴皂搓身去污，既有明显的洁肤功能，还能使

浴后浑身凉爽，而且还有预防痱子的作用。

　　38 生活窍门:用微波炉做菜时，首先要用调料将原料浸透。这是因为微波烹任过程快，若不浸润透

很难入味，且葱、姜、蒜等增香的作用也难以发挥。

　　39 生活窍门:葡萄汁送服降压药效果好！用葡萄汁代替白开水送服降压药，能使血压降得平稳，且

不会出现血压忽高忽低的现象。

　　40 生活窍门:煮饭不宜用生水。因为自来水中含有氯气，在烧饭过程中，它会破坏粮食中所含的维

生素B1，若用开水煮饭，维生素B1可免受损失。

　　41 生活窍门:砧板防裂小窍门:买回新砧板后，在砧板上下两面及周边涂上食用油，待油吸干后再涂

，涂三四遍，油干后即可使用，这样砧板便会经久耐用

　　42 生活窍门:风油精的妙用（2）:洗澡时，在水中加入数滴风油精，浴后会有浑身清凉舒爽感觉，

还有防治痱子、防蚊叮咬、祛除汗臭的作用。

　　43 生活窍门:炸馒头片时，先将馒头片在冷水里浸一下，然后再入锅炸，这样炸好的馒头片焦黄酥

脆，既好吃又省油。

　　44 生活窍门:做菜或做汤时，如果做咸了，可拿一个洗净的土豆切成两半放入汤里煮几分钟，这样

，汤就能由咸变淡了。

　　45 生活窍门:舒缓眼部疲劳小窍门:用水浸泡药用小米草或母菊花，然后将毛巾浸湿，敷于眼部10到

15分钟，可有效舒缓眼部疲劳。

　　46 生活窍门:夏日天气炎热，身上容易长痱子，可用温水将长有痱子的部位洗净，涂擦一层牙膏，

痱子不久即可消失。

　　47 生活窍门:室内厕所即使冲洗得再干净，也常会留下一股臭味，只要在厕所内放置一小杯香醋，

臭味便会消失。其有效期为六、七天，可每周换一次。

　　48 生活窍门:如果用陈米做米饭，淘过米之后，可在往米中加水的同时，加入1/4或1/5啤酒，这样

蒸出来的米饭香甜，且有光泽，如同新米一样。

　　49 生活窍门:煮饺子时，饺子皮和馅中的水溶性营养素除因受热小部分损失之外，大部分都溶解在

汤里，所以，吃水饺最好把汤也喝掉。

　　50 生活窍门:热水泡双手可治偏头痛。把双手浸入热水中，水量以浸过手腕为宜，并不断地加热水

，以保持水温。半小时后，痛感即可减轻，甚至完全消失

　　51 生活窍门:忌食鲜黄花菜！因为鲜黄花菜内含秋水仙碱有毒物质，食用后会导致恶心、腹泻等。

而加工后的干黄花菜已将秋水仙碱溶出，食用则不会中毒

　　52 生活窍门:风油精的妙用（3）:在点燃的蚊香上洒几滴风油精，蚊香放出的烟气不会呛，而且清

香扑鼻，驱蚊效果也会更佳。

　　53 生活窍门:在洗碗水中放几片柠檬皮和橘子皮，或滴几滴醋，能消除碗碟等餐具上的异味。同时

，它还能使硬水软化，同时增加瓷器的光泽感。

　　54 生活窍门:皮肤小面积擦伤会导致局部肿胀，这时可在伤口处涂些牙膏，不仅具有止痛、止血、

减轻肿胀的功效，还有防止伤口化脓的作用。

　　55 生活窍门:烤肉防焦小窍门:烤肉时，可在烤箱里放一只盛有水的器皿，因为器皿中的水可随烤箱

内温度的升高而变成水蒸气，防止烤肉焦糊。

　　56 生活窍门:巧洗带鱼:带鱼身上的腥味和油腻较大，用清水很难洗净，可把带鱼先放在碱水中泡一

下，再用清水洗，就会很容易洗净，而且无腥味。

　　57 生活窍门:芥末煮水洗脚可降血压。将80克芥末面放在洗脚盆里，加半盆水搅匀，用炉火煮开，

稍凉后洗脚。每天早晚1次，1天后血压就可下降。

　　58 生活窍门:煮排骨时放点醋，可使排骨中的钙、磷、铁等矿物质溶解出来，利于吸收，营养价值

更高。此外，醋还可以防止食物中的维生素被破坏。

　　59 生活窍门:巧剥蒜皮:将蒜用温水泡3-5分钟捞出，用手一搓，蒜皮即可脱落。如需一次剥好多蒜

，可将蒜摊在案板上，用刀轻轻拍打即可脱去蒜皮。

　　60 生活窍门:蚊香定时熄灭法:用一个铁夹子，用时夹在蚊香所需要的长度上，当蚊香烧到铁夹夹的

地方时，就会熄灭，既不影响睡眠，也可节约蚊香。

　　61 生活窍门:面包与饼干不宜一起存放。面包含水分较多，饼干一般则是干而脆，两者如果存放在

一起，就会使面包变硬，饼干也会因受潮失去酥脆感。

　　62 生活窍门:烧糖醋鱼块及其它需放醋的菜肴时，最好在即将起锅时再放醋，这样能充分保持醋味

，若放的过早，醋就会在烹调过程中蒸发掉而使醋味大减

　　63 生活窍门:梨可防晒！常食梨能使肌肤保持弹性，不起皱纹。梨中含有丰富的维生素E，对太阳光

的暴晒能起到防护作用。

　　64 生活窍门:各种染发剂在室温或炎热的天气中，均会失去部分功能或改变色泽。若放在冰箱中保

存，可长期保持其原有的功能，不会变质。

　　65 生活窍门:冷冻食品解冻法1:肉类:适宜在室温下自然解冻，在水中解冻会使营养流失；家禽:宜

在水中解冻，但未去内脏的最好在室温下自然解冻。

　　66 生活窍门:彩电不能自行接地线，如果接地线，一旦电源插头接反时，会使机内地线与电源的火

线接通而使机架等部件带电，这样会有触电的危险。

　　67 生活窍门:揭胶纸、胶带的妙法:贴在墙上的胶纸或胶带，如果生硬去揭，会损坏物件，可用蒸汽

熨斗熨一下，就能很容易揭去了。

　　68 生活窍门:皮鞋霉斑清除法:皮鞋放久了发霉时，可用软布蘸酒精加水（1:1）溶液进行擦拭，然

后放在通风处晾干。对发霉的皮包也可如此处理。

　　69 生活窍门:巧制肉馅:将要做馅的肉放入冰箱冷冻，待完全冻实后取出，用擦菜板擦肉，很容易就

能擦把冻肉成细条，之后，只需用刀剁几下就可以了。

　　70 生活窍门:皱褶身份证复原法:将身份证放在桌上，上面盖一两层纸，用熨斗隔纸熨烫（温度不易

过高），熨好一面再熨另一面，即可使之平展如初。

　　71 生活窍门:电吹风治疗肩周炎！用电吹风以适当距离对准患者肩部用热风吹约10分钟，每天两次

，3周可愈。若先在患者肩部擦上药酒再吹，效果更佳

　　72 生活窍门:煮肉的时候，如果想使汤味鲜美，应该把肉放入冷水中慢慢地煮；如果想使肉味鲜美

，则应该把肉放在热水里煮。

　　73 生活窍门:宝石戒指如何清洗？可用棉棒在氧化镁和氨水混合物，或花露水、甘油中沾湿，擦洗

宝石和框架，然后用绒布擦亮即可。

　　74 生活窍门:芦笋可减肥！芦笋能提高人体的基础代谢，促进人体内热量的消耗，并有很强的脱水

能力，因此，多吃新鲜芦笋能变得苗条。

　　75 生活窍门:如何让蜡烛不“流泪”？生日蜡烛用之前先放到冰箱的冷冻室里冷冻24小时，再插到

蛋糕上，点燃后就没有烛油流下而弄脏蛋糕了。

　　76 生活窍门:夏天甲鱼易被蚊子叮咬而死亡，但如果将甲鱼养在冰箱冷藏的果盘盒内，既可防止蚊

子叮咬，又可延长甲鱼的存活时间。

　　77 生活窍门:冷冻食品解冻法2:鱼类:宜在5%的40-50度食盐水中解冻；蛋品:可装在不透水的金属容

器中，将容器浸在20度的水中迅速解冻

　　78 生活窍门:茶叶与食糖、糖果不宜一起存放。茶叶易吸潮，而食糖、糖果却恰恰含水分多，这两

类物品存放在一起，就会使茶叶因受潮而发霉或变味。

　　79 生活窍门:洗涤面粉袋时不要在水中搓洗，可将面袋放在清水中泡1-2天，待发酵后，面粉会从面

袋上自动脱落，这时再用清水漂洗，即可干净如初。

　　80 生活窍门:茶叶受潮不要晒！夏季茶叶容易受潮，若把受潮的茶叶放到太阳下晒就会走味。可用

铁锅慢火炒至水气消失，晾干后密封保存，可保持其原味

　　81 生活窍门:牛仔裤穿时间长了就会褪色。可以把新买来的牛仔裤放入浓盐水中浸泡12小时后，再

用清水洗净，以后再洗涤时就不会褪色了。

　　82 生活窍门:丝瓜治慢性喉炎。用丝瓜绞汁或将丝瓜藤切断，让其汁自然滴出，放入碗内，上锅蒸

熟，再加适量冰糖饮用，就能有效治疗慢性喉炎。

　　83 生活窍门:有的人吃药总是把药片掰开吃，以为药片小了利于吞咽。其实药片掰开后变成尖的，

反而不利于下咽，还易划伤食道，所以药片不要掰开吃。

　　84 生活窍门:指甲油长久不脱落法:涂指甲油之前，先用棉花蘸点醋把指甲擦干净，等醋干后再涂指

甲油，这样指甲油就不容易脱落了。

　　85 生活窍门:识别手机的窍门:正版手机机身号码，外包装号码，从手机上调出的号码三号一致。在

验钞机下，进网许可标签右下角显示CMII字样。

　　86 生活窍门:巧切松花蛋:用刀切松花蛋，蛋黄会粘在刀上，可用丝线将松花蛋割开，既均匀又不粘

蛋黄。将刀在热水中烫一下再切，也能切的整齐漂亮。

　　87 生活窍门:不能用茶叶煮鸡蛋！因为茶叶中除含有生物碱外，还有多种酸化物质，这些化合物与

鸡蛋中的铁元素结合，对胃有刺激作用，不利于消化吸收

　　88 生活窍门:瓜果的清洗:食用前，先将瓜果在盐水中浸泡20-30分钟，可去除瓜果表皮残存的农药

或寄生虫卵，且盐水还有杀灭某些病菌的作用。

　　89 生活窍门:高压锅烹调火候:高压锅烹调时间从限压阀首次出气算起。鸡1千克加水2千克，18分钟

可脱骨；排骨1千克加水2千克，20分钟可脱骨

　　90 生活窍门:巧选茶叶:看匀度，将茶叶倒入茶盘里，手拿茶盘向一定方向旋转数圈，使不同形状的

茶叶分出层次中段茶越多，表明匀度越好。

　　91 生活窍门:洋葱防衰老。洋葱对人体的结缔组织和关节有益。洋葱不仅能提供人体需要的许多养

分，还含有微量元素硒，因此，多食洋葱能够预防衰老。

　　92 生活窍门:巧除家电缝隙的灰尘:家用电器的缝隙里常常会积藏很多灰尘，且用布不宜擦净，可将

废旧的毛笔用来清除缝隙里的灰尘，非常方便。

　　93 生活窍门:首饰收藏与保养的窍门:轻拿轻放，避免碰撞与磨擦；避免受高温和酸、碱溶液接触；

经常检查，防止宝石脱落；及时取下收藏和清洗保存。

　　94 生活窍门:牛奶渍鱼格外香！把收拾好的鱼放到牛奶里泡一下，取出后裹一层干面粉，再入热油

锅中炸制，其味道格外香美。

　　95 生活窍门:鉴别珍珠的窍门:将珍珠放在阴暗处，闪闪发光的是上等珍珠；珍珠表面的清洁度和颜

色决定珍珠的价值；珍珠越大、越圆越有价值。

　　96 生活窍门:大枣巧去皮: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