

<<我最想要的生活小窍门1500招>>

图书基本信息

书名：<<我最想要的生活小窍门1500招>>

13位ISBN编号：9787563447060

10位ISBN编号：7563447067

出版时间：2012-5

出版时间：延边大学出版社

作者：李业涛

页数：233

字数：170000

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>

<<我最想要的生活小窍门1500招>>

内容概要

《我最想要的生活小窍门1500招》介绍的妙招简单易行，方便有效，并不需要专门的技能。而且，妙招中使用的材料随手可得。如果您掌握了其中的一些技巧，就能轻松地解决一些生活中的棘手难题，既节约了支出，又节省了时间，生活也会变的更加省力省心。

<<我最想要的生活小窍门1500招>>

作者简介

李业涛，男，长期从事心理，健康，生活，养生等方面的书刊编辑工作，参加多个地区的生活杂谈及中医学术交流活动，对日常生活中出现的问题有独特的见解。
作品有《家庭生活小妙招》《日常生活禁忌》《健康小百科》等，深受读者喜爱。

<<我最想要的生活小窍门1500招>>

书籍目录

饮食篇

健康饮食妙招

吃东西的妙招

食品选购与辨别妙招

食品储存与保鲜妙招

食物清洗妙招

食品烹调妙招

食品妙用

饮食禁忌

居家篇

日常生活小常识

日常生活用品清洗、除污、保养与修复妙招

家用电器选购、去污、保养与维修妙招

居室布置妙招

家居保养妙招

节能妙招

服装配饰篇

服饰品类选购

衣物清洗妙招

衣物晾晒妙招

衣物保养与贮藏妙招

穿戴搭配妙招

理财篇

储蓄保险管理妙招

投资妙招

社交礼仪篇

社会交际妙招

和谐家庭妙招

.....

美容减肥篇

医疗篇

<<我最想要的生活小窍门1500招>>

章节摘录

版权页： 人参的化学成分中含有挥发性油类物质，油的主要成分是“人参油”，它是人参特有的不饱和脂肪酸，遇铁就生成脂肪酸铁而沉淀。

药理试验证明，人参油经分解后，就会失掉人参的功效，降低了药用价值。

开水要烧沸三分钟 经过氯化处理的自来水，其中氯与水中残留的有机物结合会产生多种卤代物、氯仿等有毒化合物。

水温升到100 时，其含量虽有下降，但仍超过国家规定标准，只有让水沸腾3分钟，使其含量下降到人体最安全、最适合的饮用标准，才是真正的“开水”。

吃东西的妙招 吃西瓜妙招 1.西瓜性寒，多食易损伤脾胃，故脾胃虚寒者不宜多吃。

2.西瓜甘甜，含糖量较高，糖尿病患者不宜多吃。

吃“半熟”西瓜妙招 将瓜瓢全部挖出，或刮取汁液，倒入碗中，加适量白糖拌和，置冰箱中半小时，待糖溶化后再吃，很是清凉可口，且同样具有祛暑解渴之效。

若以此西瓜汁液含口内慢慢咽之，还能治疗口疮等症。

吃香蕉妙招 1.制作香蕉巧克力：香蕉剥皮切成薄片，盛于菜碟内；锅内放白糖，加适量清水和果味甜酒，微火调成糖汁，起锅淋在香蕉片上，再拌上奶油，撒上黑巧克力碎末，放入冰箱镇凉后即可食用。

2.制作香蕉夹心果：选大个香蕉剥皮，剖成两片，中间放入豆沙夹紧，切成约3厘米长的小段，裹上鸡蛋面糊，放入热油锅内，炸至呈金黄色时，捞出装盘即可。

吃草莓妙招 1.草莓性寒，柔嫩多汁，虽有健脾补虚之功，但脾胃虚寒、大便溏而滑泻者不宜食用。

2.草莓容易沾染病菌和污物，食前一定要进行洁净消毒处理。

<<我最想要的生活小窍门1500招>>

编辑推荐

《我最想要的生活小窍门1500招》由延边大学出版社出版发行。讲述了生活是一门学问，也是一门艺术，掌握生活中的一些技巧，不仅使生活变得有趣，同时还能省心省时省力甚至省钱。

《我最想要的生活小窍门1500招》教您如何源自生活，享受生活！

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>