

நிற்கும் தெய்வம் நமது குலதெய்வமே. மற்ற தெய்வ வழிபாடுகளை இரண்டாம் பட்சமாக வைத்து குலதெய்வ வழிபாட்டை முதன்மையானதாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். நித்தமும் அனுசரிக்க வேண்டும். அனுதினமும் மாலையில் குலதெய்வத்தை நினைத்துத் திருவிளக்கேற்றி தீப ஆராதனை செய்ய வேண்டும்.

லக்ஷ்மி இல்லையேல் எதுவும் இல்லை என்பார்கள். ஸ்ரீதேவியின் வாசம் இல்லத்தில் இருக்குமானால் கிடைக்காத அருள், பொருள் எல்லாமே எளிதில் நம் கைவந்து சேரும். அனைத்து பாக்கியங்களும் பிரயாசையின்றி நம் கைவசமாகும். குடியிருக்கின்ற இல்லத்தை லக்ஷ்மி களையோடும், லக்ஷ்மி கடாஷுத்தோடும் விளங்கச் செய்வது தீபவழிபாட்டில் தான் இருக்கிறது.

இந்து மதத்தில் குடும்ப நலம் தரும் சூத்திரங்கள் எவ்வளவோ இருக்கின்றன. அவைகளைக் கண்டறிந்து அதன்படியே நடந்தால் குடும்ப நலமென்ன? வாழ்வில் எல்லா நலன்களையும் பெறலாம்.

நித்திய பிரார்த்தனை

காலை

இறைவடிவான இனிய அன்னையே! நான் முழுமையாக பரிபூரணமாக உன் உடைமையாவேன்.

உன் ஆற்றலும், ஒளியும், அன்பும் எல்லாவித தீய சக்திகளிடமிருந்தும் எப்போதும் என்னை காக்கட்டும்.

நண்பகல்

இறைவடிவான இனிய அன்னையே! நான் உன் உடைமையாவேன். பரிபூரணமாக உன் உடைமையாகவே இருக்க மேலும் மேலும் பிரார்த்தனை செய்கிறேன்.

இரவு

இறைவடிவான இனிய அன்னையே! உன் ஆற்றல் என்னோடு இருக்கிறது அன்னையே! உன் அன்பும், ஒளியும் எல்லா இன்னல்களிலிருந்தும் எப்போதும் என்னை காக்கட்டும். அன்னையே என்னுடனிருந்து தீய வழிகளில் செல்லாமல் செய். உறக்கத்திலும் என்னைக் காப்பாற்று.

உயோகமான வீட்டுக் குறிப்புகள்

1. உணவுப் பொருட்கள் வீணாகாமல் பாதுகாக்க

உடைத்த தேங்காய் மூடியை ஒரு பேப்பரில் நன்றாக சுற்றி ஃபிரிட்ஜில் வைத்து விட்டால் இரண்டு நாட்கள் வரை கெட்டுப் போகாது.

வெய்யில் காலத்தில் இட்லிமாவு விரைவில் புளித்துப் போய்விடும். அப்போது மாவில் இரண்டு கப் நீர் ஊற்றி மூடி வைத்து விட்டு காலையில் மேலே தங்கியுள்ள நீரை வடித்து விட்டால் மாவில் புளிப்பு இருக்காது. இதேபோல் புளித்த மோரையும் புளிப்பு இல்லாமல் செய்யலாம்.

அரிசியை மொத்தமாக வாங்கி கொட்டி வைக்கும்போது அதில் வேப்பிலை போட்டு வைத்தால் எந்த பூச்சியும் வராது.

பீட்டூட், கேரட் போன்றவை வாடிப் போய்விட்டால் உப்பு கலந்த நீரில் அரைமணி நேரம் போட்டு வைத்திருந்தால் புதிதாக வாங்கியது போல் இருக்கும்.

கருவேப்பிலையையும், கொத்தமல்லியையும் நிறைய வாங்கி வந்து ஆய்ந்து சுத்தம் செய்து பிளாஸ்டிக் டப்பாக்களில் போட்டு நன்றாக மூடி ஃபிரிட்ஜில் வைத்து விட்டால் ஒரு மாதகாலம் வரை அன்று பறித்து வைத்தது மாதிரி அப்படியே இருக்கும். தினமும் நமது தேவைக்கு கொஞ்சம் கொஞ்சமாக எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

குக்கரில் சாதம் வைக்கும்போது அரிசியில் வழக்கமாக ஊற்றும் தண்ணீரில் அரை டம்ளர் குறைத்து அதற்குப் பதிலாக மோர் ஊற்றினால் சாதம் நாள் முழுவதும் கெடாமல் இருக்கும்.

கோதுமை மாவில் பிரிஞ்சி இலையை போட்டு வைத்தால் புழு, பூச்சி வராது.

முருங்கைக்காயை அப்படியே ப்ரிட்ஜில் வைக்காமல் தேவையான அளவில் நறுக்கி பிளாஸ்டிக் பையில் போட்டு பிரிட்ஜில் வைத்து விட்டால் ஒரு வாரம் வரை வாடாது.

தூள் உப்பை சிறு மூட்டைகளாகக் கட்டி அரிசிப் பாத்திரத்தில் போட்டு வைத்தால் புழு, பூச்சி சேராது.

சமையலுக்கு உபயோகித்தது போக மீதியுள்ள தேங்காய்மூடி, எலுமிச்சம் பழம் மூடிகளின் மீது உப்பைத் தடவி வைத்தால் இரண்டு மூன்று நாட்களுக்கு வாடாமலும், கெடாமலும் இருக்கும்.

காய்கறிகளை நன்கு துடைத்து தனித்தனியே பிளாஸ்டிக் டப்பாக்களில் போட்டு மூடி வைத்தால் பத்து நாட்கள் வரை வாடாது.

பச்சை மிளகாய்களை கண்ணாடி பாட்டிலில் போட்டு சிறிது மஞ்சள் பொடியைத் தூவி காற்று புகாமல் மூடி வைத்தால் பல நாட்களுக்கு அப்படியே இருக்கும்.

தக்காளிப் பழங்களை உப்புக்கலந்த தண்ணீரில் நனைத்து எடுத்து வைத்தால் சீக்கிரம் அழுகாது.

வெங்காயத்தையும், உருளைக்கிழங்கையும் ஒரே கூடையில் போட்டு வைத்திருந்தால் விரைவில் கெட்டுவிடும்.

பெருங்காயத்துடன் பச்சை மிளகாயை போட்டு வைத்தால் பெருங்காயம் விரைவில் கட்டி பிடிக்காது.

மழைக்காலங்களில் சர்க்கரை, உப்பு, அப்பளம், வடாம் ஆகியவற்றை டப்பாவில் போட்டு வைக்கும் முன் டப்பாக்களின் அடியிலும், மூடியின் அடியிலும் நியூஸ் பேப்பரை கத்தரித்து வைத்து மூடி வைத்தால் அப்பளம், வடாம் கரகரப்பாக இருக்கும். சர்க்கரை, உப்பு நீர்த்துப்போய் பிசுபிசுக்காது.

எலுமிச்சம் பழங்களை காற்றுப்புகாத டப்பாவில் போட்டு வைத்தால் அழுகியோ, காய்ந்தோ போகாமல் ஒரு வாரம் வரை ஃப்ரெஷாக இருக்கும்.

காய்கறிகள் வைக்கும் கூடைகளில் ஸ்பாஞ்ச் வைத்திருந்தால் காய்கறிகள் நீண்ட நாட்கள் கெடாமல் இருக்கும்.

உப்புக்கு நடுவில் எலுமிச்சம் பழங்களை வைத்திருந்தால் ஒரு வாரம் வரை கெடாமல் இருக்கும்.

தேங்காய் மூடிகளை தண்ணீரில் போட்டு வைத்து தினமும் தண்ணீரை கொட்டி விட்டு வேறு தண்ணீர் ஊற்றி வந்தால் தேங்காய் சீக்கிரம் அழுகாது.

பச்சைமிளகாயை காய்கறிகளை கிள்ளி எடுத்து வைத்தால் சீக்கிரம் வாடாமல் இருக்கும்.

வாழைக்காயை தண்ணீரில் போட்டு வைத்தால் நான்கு ஐந்து நாட்கள் வரை பழுக்காமல் இருக்கும். ஆனால் தினமும் தண்ணீரை மாற்ற வேண்டும்.

கீரையின் வேர்பகுதி தண்ணீரில் இருக்கும்படியும், மேல் பாகத்தை ஈரத்துணியால் மூடி வைத்திருந்தால் கீரை இரண்டு நாட்கள் வரை வாடாது.

ஒரு பெரிய பாத்திரத்தில் வேப்பிலை மற்றும் ஒரு கையளவு உப்பு ஆகியவற்றைப் போட்டு அதன் மேல் கோதுமையைக் கொட்டி வைத்தால் எத்தனை நாட்களானாலும் கோதுமை சுத்தமாக இருக்கும்.

கீரையை உப்பு கலந்த நீரில் போட்டு சிறிது நேரம் கழித்து சமைத்தால் பூச்சிகள் இருக்காது.

இஞ்சியைத் தோல் சீவி ஒரு டப்பாவின் உள்ளே பிளாட்டிங் பேப்பர் போட்டு அதன் மீது வைத்து ஃபிரிஜில் வைத்து விட்டால் ஒரு வாரமானாலும் பிரஷ்ஷாகவே இருக்கும். இதே முறையில் சிறு துண்டுகளாக்கிய தேங்காயையும், பச்சை மிளகாயையும் பாதுகாக்கலாம்.

நறுக்கிய காய்கறிகளை ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு சிறிது மஞ்சள் பொடி கரைத்த வெந்நீரை விட்டு ஐந்து நிமிடம்

வைத்திருந்தால் புழு, பூச்சிகள் அழிந்து விடும். பின் சுத்தமான நீரில் கழுவி சமைக்கலாம்.

அப்பளம், பிஸ்கட் நமத்துப் போய்விட்டால் சூடான தோசைக் கல்லில் போட்டு எடுத்தால் மொரமொரப்பாகிவிடும்.

சர்க்கரை இளகிப்போனால் பிளாட்டிங் பேப்பரை துண்டாக வெட்டி சர்க்கரையின் மீது போட்டு காற்றோட்டமாக வைத்தால் சர்க்கரை பழையபடி நன்றாக ஆகிவிடும்.

சாதம் உள்ள பாத்திரத்தில் எறும்புகள் வந்துவிட்டால் ஒரு ஸ்பூனில் சர்க்கரையைப் போட்டு சாதத்தின் மீது வைத்தால், சில நிமிடங்களில் எறும்புகள் சர்க்கரையை மொய்த்து விடும். பின்னர் கரண்டியை எறும்புகளோடு மெதுவாக வெளியே எடுத்து விடலாம்.

காய்கறிகளை வாங்கி வந்ததும் கழுவி, அந்த ஈரத்துடனேயே துளைகளுடன் இருக்கும் பிளாஸ்டிக் பைகளில் போட்டு ஃபிரிட்ஜில் வைத்தால் மேலும் சில நாட்கள் ஃப்ரெஷ்ஷாக இருக்கும்.

எலுமிச்சம்பழத்தை பாதியாக வெட்டியது மீந்துவிட்டால் சிறிய பிளேட்டில் சிறிதளவே தண்ணீர் ஊற்றி நறுக்கிய பாகம் தண்ணீரில் படும்படி வைத்து ஃபிரிட்ஜில் வைத்து விட்டால் சில நாட்கள் வரை வாடாமல் இருக்கும்.

ஃபிரிட்ஜில் காய்கறிகள் வைக்கும் பகுதியில் டிஸ்யூ பேப்பரையோ அல்லது ப்ளாட்டிங் பேப்பரையோ வைத்துவிட்டால் காய்கறிகளின் மீது உண்டாகும் அதிகப்படியான ஈரப்பதத்தை உறிஞ்சிக்கொண்டு விடும். இதனால் காய்கறிகள் எளிதில் வாடுவதில்லை.

காபி பொடி கெட்டியாகிவிட்டால் அதைக் கொஞ்சமாக வெந்நீர் கலந்து உபயோகிக்கலாம். ஃபிரிட்ஜில் வைத்தும் பயன்படுத்தலாம்.

பிளாஸ்டிக் கவர்களில் காய்கறிகளைப் போட்டு ஃபிரிட்ஜில் வைப்பதற்குப் பதிலாக துணியால் சுற்றியோ அல்லது

துணிப்பைகளில் தனித்தனியாக போட்டு வைத்தால் ஒரு வாரம் வரை புதியது போல இருக்கும்.

வங்கி லாக்கர் சாவியை பாதுகாப்பு கருதியும், தொலைந்து விடாமலும் இருக்க ஒரு போதும் பர்ஸில் வைக்கக் கூடாது.

நாம் வெளியில் பிளாஸ்கில் காபி எடுத்துச் செல்லும்போது சர்க்கரை சேர்க்காமல் வெறும் காபியை மற்றும் ஊற்றி எடுத்துச் சென்று, குடிக்கும்போது மட்டும் சர்க்கரையை போட்டுக் கொண்டால் காபி நீர்த்துப் போகாமல் இருக்கும்.

எண்ணெயில் நான்கைந்து காய்ந்த மிளகாயைப் போட்டு வைத்தால் எண்ணெய் எளிதில் கெடாது.

வெற்றிலை, கீரை போன்றவற்றைக் கனமான வெண்கலப் பாத்திரத்தில் வைத்து மூடி வைத்தால் வாடாமல் இருக்கும்.

கோதுமை மாவு, கடலைமாவு, அரிசிமாவு போன்றவற்றில் சிறிது உப்பைக் கலந்து வைத்து விட்டால் வண்டுகள் வரவே வராது.

புதினா இலை விலை குறைவாக இருக்கும்போது நிறைய வாங்கி 2 அல்லது 3 நாட்களுக்கு வெயிலில் காயவைத்து பின்னர் தூளாக்கி அதனுடன் 2 ஸ்பூன் உப்பு சேர்த்து ஒரு டப்பாவில் போட்டு நன்கு மூடி வைத்துக் கொண்டால் ஒரு வருடம் வரை கெட்டுப்போகாது. அவ்வப்போது எடுத்துப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

தண்ணீரில் சிறிது எலுமிச்சைச்சாறு கலந்து முட்டைகளை அதில் மூழ்கும்படி வைத்து விட்டால் முட்டை ஒரு வாரத்திற்கு கெடாது. அதேபோல் குளிர்ந்த நீரில் எலுமிச்சைச் சாறு பிழிந்து அதில் காய்கறிகளை அரைமணி நேரம் ஊற விட்டால் வாட்டம் நீங்கி மலர்ச்சியுடன் இருக்கும்.

ரவை, முந்திரி, கிஸ்மிஸ் போன்றவை மீதமாகிவிட்டால் அவைகள் உள்ள பாட்டில்களில் சில கிராம்புகளைப் போட்டு வைத்தால் நீண்ட நாட்கள் கெடாது.

மஞ்சள் கிழங்குகள் மீதமிருந்தால் விபூதியைக் கொட்டி மூடி வைத்து விட்டால் எத்தனை நாட்களானாலும் பூச்சி அரிக்காது. ஓட்டை விழாது.

எள்ளுடன் கொஞ்சம் நெல்லைக் கலந்து வைத்தால் கூடு கட்டி உளுத்துக் கொட்டாது.

உடைத்த தேங்காய் மூடிகள் மீதி இருந்தால் அவைகளில் உப்பைப் போட்டு வைத்தால் மாதக் கணக்கில் அழுகாது. வேண்டும்போது கழுவி உபயோகிக்கலாம்.

ஃபிரிட்ஜில் வைத்திருந்த சாதத்தை இட்லி தட்டுகளில் வைத்து ஐந்து நிமிடங்கள் இட்லிக்கு வேக வைப்பது போல வைத்து எடுத்தால் பொலபொலவென சூடான சாதம் சுவையாக இருக்கும்.

வாழைக்காயின் காம்ப்புப்பகுதி தண்ணீரில் இருக்குமாறு போட்டு வைத்தால் மூன்று நாட்கள் ஆனாலும் பழுக்காது.

வெய்யில் அதிகமாக இருக்கும்போது ஃபிரிட்ஜில் வைத்திருந்தாலும் கூட இட்லி மாவு புளித்துவிடும் இதைத் தவிர்க்க இட்லி மாவு பொங்கி வந்ததும், மாவு உள்ள பாத்திரத்தை வாய்கன்ற மற்றொரு பாத்திரத்தில் தண்ணீர் ஊற்றி ஃபிரிட்ஜில் வைத்திருந்தால் மாவு மேலும் சில நாட்கள் வரை புளிக்காமலே இருக்கும்.

தேங்காய் அதிகமாக இருக்கும்போது கெட்டுவிடாமல் இருக்க தேங்காய்களை உடைத்து துருவி அதில் முந்திரி பருப்புகளை சேர்த்து மிக்சியில் தண்ணீர் விடாமல் அரைத்து சிறுசிறு கிண்ணங்களில் பரப்பி ஃபிரிட்ஜில் வைத்துவிட்டால் பல நாட்கள் கெடாமல் இருக்கும். தேவைப்படும் போது எடுத்து பயன்படுத்தலாம்.

ரவை, சர்க்கரையில் எறும்புகள் வந்துவிட்டால் அதை ஒரு தட்டில் கொட்டி வைத்து அதன் நடுவில் கற்பூரத்தை காகிதத்தில் சுற்றி வைத்தால் எறும்புகள் ஓடிவிடும்.

ஃப்ரிட்ஜில் காய்கறிகளை வைக்கும் முன் ஒரு பனியன் துணியை நீரில் நனைத்து பிழிந்து அதன்மீது காய்கறிகளை வைத்து மூடி வைத்தால் ஃப்ரிட்ஜும் அழுக்காகாது, காய்களும் வாடாமல் புதிது போல் இருக்கும்.

பூண்டை நசுக்கி எறும்பு புகும் சர்க்கரை டப்பாவின் மூடிக்கு சற்று கீழே வளையம் போல் சுற்றி தடவினால் எறும்பு வரவே வராது.

உருளைக்கிழங்கை நீண்ட நாட்கள் வைக்கும்போது ஒரு ஆப்பிள் பழத்துடன் சேர்த்து வைத்தால் பச்சை நிறமாக மாறுவதையும், முளை விடுவதையும் தவிர்க்கலாம்.

சாதம் மீந்து விட்டால் தண்ணீர் விடாமல் ஃப்ரிட்ஜில் வைத்து அடுத்த நாள் சாப்பாடு வைக்கும்போது அரிசிக்கு தகுந்த தண்ணீர் வைத்து சாதத்தையும் அதில் கலந்து வைத்தால் நன்றாக இருக்கும். பழைய சாதமும் வீணாகாது.

தேனை அதிகக் குளுமையும், அதிக வெப்பமும் இல்லாத இடத்தில் வைத்திருந்தால் தேன் நீண்ட நாட்கள் கெடாமல் இருக்கும்.

பாகற்காய் பழுக்காமல் இருக்க வாங்கியவுடனேயே அதை இரண்டாக வெட்டி வைத்து விட வேண்டும்.

புளி வாங்கியவுடனேயே கொட்டைகளை எடுத்துவிட்டு வெயிலில் காய வைத்து கன்டெய்னரில் வைத்து விட்டால், ஆறு மாதங்கள் வரை கெடாது.

எண்ணெய் உள்ள பாத்திரத்தில் சிறிது மிளகைப் போட்டு வைத்தால், நீண்ட நாட்களுக்கு எண்ணெய் கெடாது.

காய்ந்து விட்ட பிரட் துண்டுகளை இட்லித் தட்டில் வைத்து இரண்டு நிமிடம் வேக வைத்தால் மிருதுவாகி விடும்.

இன்ஸ்டன்ட் காபி பவுடருடைய கவரின் வாய்ப்பகுதியை 'கட்' செய்த உடனே அப்படியே ஒரு பெட் ஜாரில் வைத்து பயன்படுத்தினால் காபி பவுடர் தீரும் வரை கெட்டியாகாது.

ஃப்ரிட்ஜில் கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி, வெற்றிலை, மல்லிகைப்பூ போன்றவற்றை பத்திரப்படுத்தும் போது அலுமினிய ஃபாயில் கவரில் வைத்தால் 10 நாட்கள் ஆனாலும் ஃப்ரெஷ் ஆக இருக்கும்.

சுக்கு வாங்கி அதிக நாட்கள் வைத்திருந்தால் உளுத்துப்போய் பொடியாகி விடும். சிறிது கிராம்புடன் சேர்த்து வைத்தால் கெடாது.

காய்ச்சிய பால் கெடாமல் இருக்க அதில் இரண்டு புதினா இலைகள் போட்டு வைக்கவும்.

காய்கறிகளை நியூஸ் பேப்பரில் நன்றாகச் சுருட்டி, பிறகு பாலிதீன் பைகளில் போட்டு ஃப்ரிட்ஜில் வைத்தால் பல நாட்களுக்கு ஃப்ரஷ்ஷாகவே இருக்கும்.

வாழைப்பழத்தை சீப்பாக வைத்திருக்கும்போது நன்கு பழுத்து விட்டால் காம்பில் இருந்து தனித்தனியாக உதிர்ந்து விடும். அதோடு ஈ, சிறு கொசு போன்றவை மொய்க்க ஆரம்பித்து விடும். இதைத் தவிர்க்க பழம் நன்றாகப் பழுத்து விடுவதற்கு முன்பாகவே சீப்பிலிருந்து காம்புடன் தனித்தனியாக பிரித்து வைத்து விட்டால் பழங்கள் நன்றாக பழுத்து விட்டாலும் காம்புடன் இருப்பதால் ஈ மொய்க்காமல் இருக்கும். சீக்கிரத்தில் அழுகவும் செய்யாது. பிறருக்கு எடுத்துக் கொடுப்பதும் சுலபம்.

வாழைப்பழம் விரைவில் பழுக்க நன்றாக பழுத்த தக்காளிப் பழத்துடன் சேர்த்து வைத்தால் நன்றாகப் பழுத்து விடும்.

ஒரு பாத்திரத்தில் தண்ணீரை நிரப்பி ஃப்ரிட்ஜில் எப்போதும் வைத்து விட்டால் கரண்ட் கட்டானாலும் பால் பாக்கெட்டுகளை அதில் போட்டு வைத்துவிட்டால் சில மணி நேரம் வரை பால் கெட்டுப்போகாமல் இருக்கும்.

முந்திரி, பாதாம், கிஸ்மிஸ் போன்றவற்றை ஒரு மணி நேரம் வெயிலில் வைத்து தனித்தனி டப்பாக்களில் போட்டு அத்துடன் ஓரிரு கிராம்புகளை போட்டு வைத்தால் சீக்கிரம் கெடாது.

பாப்கார்ன் நமத்துப் போய்விட்டால் பொட்டுக்கடலைக்குப் பதிலாக தேங்காயுடன் சேர்த்து அரைத்தால் சுவையான சட்னி கிடைத்துவிடும்.

பாகற்காய் வாங்கி வந்ததும் கழுவி வில்லைகளாக அறுத்து ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு உப்பு தூவி குலுக்கி ஃப்ரிட்ஜில் வைத்து விட்டால் ஒரு வாரம் வரையில் கூட ஃபிரெஷ்ஷாக இருக்கும்.

எலுமிச்சைச்சாறு ஒரு சில துளிகள் மட்டுமே தேவைப்படும்போது முதலில் பழத்தை நன்கு கசக்கி அதன்மீது ஊசியால் துளைபோட்டு தேவையான அளவு சாறு பிழிந்து கொண்டு மீதி பழத்தை உப்பு கலந்த நீரில் போட்டு வைத்து மீண்டும் தேவைப்படும்போது உபயோகித்துக் கொள்ளலாம். சாறு குறையாமலும், கசந்து போகாமலும் இருக்கும்.

ஃத்தூளை டப்பாவில் கொட்டி வைப்பதற்கு முன்பு பத்து நிமிடம் சூடு செய்து விட்டு கொட்டி வைத்தால் ஒரு மாதம் ஆனாலும் புதிது போலவே இருக்கும்.

கொத்துமல்லி, புதினா, கறிவேப்பிலை, வெற்றிலை போன்றவற்றை வாழை இலையில் சுற்றி தண்ணீர் பாத்திரத்தின் மீது வைத்திருந்தால் மூன்று நாட்கள் ஆனாலும் கெடாமல் ஃப்ரெஷ்ஷாக இருக்கும்.

மிளகாய்த்தூளில் சிறிது கல் உப்பைப் போட்டு வைத்தால் விரைவில் கெட்டுப்போகாது.

பால் திரிந்து விட்டால் திரிந்த பாலை ஆறியவுடன் மிக்சியிலிட்டு ஓட விட்டு பிறகு உறை போட்டால் பால் நன்றாக உறைந்து எந்த வித வேறுபாடும் இல்லாமல் நன்றாக இருக்கும்.

உணவு முறையில் செய்யக்கூடாதவை சில :

குழந்தைகளுக்கு எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பாட்டிய அன்று மட்டும் கீரைகள் சாப்பிடக் கொடுக்குக் கூடாது.

முள்ளங்கி, பசங்கீரை வகைகள் போன்றவற்றை உட்கொண்டு பாலைக் குடிக்கக் கூடாது.

வாழைப்பழத்தை மோர், தயிர், இவற்றுடன் சாப்பிடக் கூடாது.

வெண்ணையுடன் காய்கறிகளை சாப்பிடக் கூடாது.

உப்பு கலந்த சாதத்துடன் பால் ஊற்றி சாப்பிடக்கூடாது.

மணத்தக்காளியை திப்பிலி, மிளகு, தேன், வெல்லம், இவற்றுடன் உட்கொள்ளக் கூடாது.

இரவில் கீரை, தயிர் உண்ணக் கூடாது.

உணவு எத்தனை சிறந்ததாயினும் சுற்றியுள்ள சூழ்நிலையும், உடனிருப்போரின் மனநிலையும் கூட உணவின் தரத்தை மாற்றிவிடும். உணவு ஏற்பாடு செய்தவர், உணவு பரிமாறுபவர், உண்பவர் இவர்களின் உணர்வு உண்ணுமிடம், மனநிலை உணவின் தன்மையை ஓரளவு மாற்றி விடும். கோபம், தாபம், வெறி, சோகம் போன்ற மனநிலையும் உணவின் தன்மையை மாற்றிவிடும். இவற்றைக் கவனித்து சுமுகமான சூழ்நிலையில் சிறந்த மனநிலையில் எளிய உணவைச் சீருடன் ஏற்று ஆரோக்கியமாக வாழ முற்படுவோமாக.

2. துணிகளை பாதுகாக்கவும், பராமரிக்கவும்

சட்டைக் காலரை அடிக்கடி பிரஷ் போட்டுத் தேய்ப்பதால் கிழிந்து விடுவதைத் தடுக்க காலரைத் தண்ணீரில் நனைத்து அதன்மீது சிறிது சர்க்கரையைத் தூவி அரைமணி நேரம் ஊறவைத்துத் துவைத்தால் பளிச் சென்றிருக்கும்.

துணிகள் சாயம் போகும் என்பதுபோல தெரிந்தால் அதை முதலில் உப்பு கலந்த நீரில் அலச வேண்டும். பின்னர் வழக்கம்போல் துணிகளை துவைத்தால் சாயம் போகாது.

பீரோவில் உபயோகித்த கொசு மேட்டை ஐந்தாறு பரப்பி அதன்மேல் பேப்பர் போட்டு துணிகளை அடுக்கினால் ஒரு வருடம் வரை பூச்சிகள் நெருங்காது.

பட்டுச்சேலையை முதல் தடவையாக தண்ணீரில் நனைக்கும் போது தண்ணீரில் ஓரிரு சொட்டுகள் மண்ணெண்ணெய் விட்டால் சேலை நாள்பட நிறம், தரம் குறையாமல் உழைக்கும். பூச்சி அரிக்காது.

பட்டுப்புடவைகளை பூச்சி அரிக்காமல் இருக்க வசம்பு, வேப்பங்கொட்டை இரண்டையும் தூள் செய்து அதை மெல்லிய துணியில் கட்டி பெட்டிக்குள் போட்டு வைத்தால் பூச்சி அரிக்காது.

டர்க்கி டவலைத் துவைக்கும் போது அந்த நீரில் சிறிது உப்பைப் போட்டு அலசினால் டவல் மிருதுவாக இருக்கும்.

துணிகளில் கறை ஏற்பட்டால் கறை படிந்த இடத்தில் சிறிது தண்ணீர் தெளித்து லெமன் சால்ட் கொண்டு தேய்ந்தால் கறைகள் மறைந்து விடும். கழுத்துபட்டையில் உள்ள அழுக்கின் மீது கொஞ்சம் ஷாம்புவைத் தேய்த்து நீரில் அலசினால் அழுக்கு எளிதில் போய்விடும்.

பூ வேலை செய்யப்பட்டுள்ள துணிகளை உட்புறமாக இஸ்திரி செய்தால் அவற்றின் பளபளப்பு மங்காது.

தலையணை உறை, பெட்ஷீட் போன்றவற்றை வெண்ணீரில் சலவை சோடா போட்டு ஊற வைத்து பிறகு துவைத்தால் எண்ணை பிசுக்கு நீங்கிவிடும்.

புதுத்துணிகளில் மஞ்சளோ குங்குமமோ எதை வைத்தாலும் உட்புறமாக வைப்பது நல்லது. கரைபட்டாலும் வெளியில் தெரியாது.

வண்ணத் துணிகளை துவைக்கும் போது நீரில் கொஞ்சம் வினிகர் கலந்து கொண்டால் துணிகள் சாயம் போகாது. துவைத்த துணிகள் பளபளப்பாகவும் இருக்கும்.

தாழம்பூ இதழ்களை பீரோவுக்குள் போட்டு வைத்தால் பூச்சிகள் அண்டாது.

மழைக்காலத்தில் பழைய நியூஸ் பேப்பரை விரித்துப்போட்டு அதன் மீது ஈரத்துணிகளை பரவலாகப் போட்டு ஃபேனை சுற்றவிட்டால் துணிகள் விரைவில் உலர்ந்து விடும். பூஞ்சிக்காளான் வாசனையும் வராது.

புது டவல்களை பயன்படுத்துவதற்கு முன்பு எப்சம்சால்ட் என்ற உப்பு கலந்த நீரில் நனைத்து ஊற வைத்து பிழிந்து காயப்போட்டு பயன்படுத்தினால் டவல் மென்மையாகி உடனே பயன்படுத்தத் தகுந்ததாகி விடும்.

வெள்ளைத் துணிகளைத் துவைக்கும் போது தண்ணீரில் சிறிது உப்பு சேர்த்துக் கொண்டால் துணிகள் வெள்ளை வெளேர் என்று ஆகும்.

பழசாகிப் போன பட்டுப்புடவைகளை ஸ்டார்ச் பவுடரைக் கலந்த தண்ணீரில் ஐந்து நிமிடம் ஊறவைத்து உலர்த்திய பின் இஸ்திரி செய்தால் அழகாக மாறிவிடும்.

பட்டுச்சேலைகளை நூல் வேஷ்டியில் சுற்றி இரண்டு வசம்பை போட்டு வைத்தால் நிறம் மங்காமல் இருக்கும். பூச்சிகளும் வராது.

படுக்கை விரிப்புகள், தலையணை உறைகள், பெரிய துண்டுகள் ஆகியவற்றை மிதமான சுடுநீரில், முக்கால் பாகம்

வாஷிங் சோடாவும், கால்பாகம் சோப்பு பவுடரும் போட்டு ஊற வைத்துத் துவைத்தால் துணிகள் பளிச்சென்று இருக்கும். சோப்பு செலவு குறையும், துணிகளும் சாயம் போகாது. கிருமிகளும் அண்டாது.

பட்டுப்புடவை வாங்கும்போது நல்ல பட்டுதானா என்று அறிய பட்டின் மீது உங்கள் கை விரல்களை அழுத்தும் போது கைரேகை துணி மீது பதிந்து உடனே மறைந்து விடும். ஓரிஜினல் பட்டு இல்லையெனில் கைரேகை மறையாமல் சிறிது நேரம் அப்படியே இருக்கும்.

ரெடிமேட் ஆடைகள் வாங்கியதும் அதை உபயோகிக்கும் முன்பு டைலரிடம் கொடுத்து எக்ஸ்ரா தையல் போட்டுக் கொண்டால் ஆடை நீண்ட நாள் உழைக்கும்.

புதுப்புடவையில் ஒட்டியிருக்கும் ஸ்டிக்கரின் பின்புறம் சிறிது தண்ணீரை தேய்த்து இரண்டு நிமிடம் கழித்து எடுத்தால் உடனே பிரிந்து வந்து விடும்.

பழுப்பேறிய வெள்ளைத் துணிகளை எலுமிச்சைச் சாறு கலந்த சுடுதண்ணீரில் அரைமணி நேரம் ஊறவைத்து அலசி உலர்த்தினால் வெண்மை பளிச்சிடும்.

துணிகள் கிழிந்து விட்டால் உடனே தையல் போட முடியாத பட்சத்தில், கிழிந்த பாகத்தின் உட்புறமாக ஒரு செல்லோ டேப்பை ஒட்ட வைத்து விட்டால் கிழிசல் தெரியாமலும், நூல் மேலும் பிரியாமலும் இருக்கும்.

குளிர் மற்றும் மழைக்காலங்களில் துவைத்த துணிகளை திக்கான போர்வை அல்லது ஸ்வெட்டரில் சுற்றி அலமாரியில் வைத்து விட்டால் மறுநாள் துணிகள் கதகத வென்று இருக்கும்.

உல்லன், கம்பளி போன்றவற்றை மடித்து வைக்கும்போது நடுவில் வேப்பிலையை வைத்து கட்டி வைத்தால் கம்பளியில் ஓட்டை விழாது.

3. கறைகளை நீக்க

ஹேர்டையின் கறை கையில் பட்டுவிட்டால் ஒரு வெங்காயத்தை அரைத்துத் தேய்த்துக் கழுவினால் கறை போய்விடும்.

வெள்ளிப்பாத்திரங்களில் படிந்துள்ள கறுப்புகளை நீங்க சமையல் சோடாவை ஈரத்துணியால் ஒற்றித் துடைக்கவும்.

மேஜை, நாற்காலி போன்ற மரச்சாமான்கள் மீது மைக்கறை படிந்தால் வென்னீரில் உப்பைக் கரைத்து துணியில் நனைத்து கறைப்பட்ட இடங்களில் தேய்த்தால் கறை போய்விடும்.

வீட்டுச் சுவர்களில் குழந்தைகள் க்ரேயான் பென்சிலால் கிறுக்கி வைத்திருந்தால் கொஞ்சம் டீத்பேஸ்ட் அதன்மீது தடவி காய்ந்ததும் சூடான நீரில் நனைத்த துணியால் துடைத்தால் கறை போய்விடும்.

சட்டையில் கறைகள் ஏற்பட்டால் ஐஸ்கட்டியை கறைபட்ட இடத்தில் தேய்த்தால் கறைகள் போய்விடும்.

இஸ்திரி பெட்டியின் அடியில் உள்ள கறையைப் போக்க கறையின் மேல் சிறிது எண்ணெயைத் தடவி ஸ்விட்சைப் போட்டு சிறிது நேரம் கழித்து ஆப் செய்து விட்டு ஈரத்துணியால் துடைத்தால் கறை போய்விடும்.

துணிகளில் எண்ணெய்க் கறையோ, கிரீஸ், தார் பட்டுவிட்டால் அவற்றைத் துவைக்கும் போது சில சொட்டுகள் நீலகிரித் தைலம் கொண்டு கசக்கி அலசினால் கறைகள் போய்விடும்.

வெள்ளிப் பாத்திரங்கள், எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள் மீது முட்டையின் கறை படிந்து விட்டால் ஈரமான உப்பைக் கொண்டு நன்றாகத் தேய்த்தால் முட்டையின் கறை போய்விடும்.

தோல்பெட்டிகளின் மீது கறை படிந்து விட்டால் உருகிய மெழுகை கறை படிந்த பகுதிகளில் தடவினால் கறை மறைந்து விடும்.

சமையலறையில் எண்ணெய் பிசுக்கு இருக்கும் இடங்களில் மண்ணெண்ணெயைப் பரவலாகத் தடவி பதினைந்து நிமிடங்கள் கழித்து துணியால் துடைத்தால் பிசுக்கு இருந்த இடம் தெரியாமல் போய்விடும்.

தண்ணீர் வைக்கும் பிளாஸ்டிக் பாட்டில்கள் நாளாக நாளாக நிறம் மங்கி பழசு போல மாறிவிட்டால், பேப்பரை சிறிய சிறிய துண்டுகளாக கிழித்து உருண்டைகளாக உருட்டி பாட்டிலின் உள்ளே போட்டு சிறிது உப்பையும் போட்டு சிறிது நேரம் ஊற விட்டு நன்றாக குலுக்கி விட்டு கழுவினால் உட்புறம் பளிச் சென்றாகி விடும்.

உ சாப்பிடும்போது உடையில் கொட்டி கறையாகிவிட்டால் உடனே சிறிதளவு தண்ணீர் கலந்த பாலை அந்தக் கறை மீது தேய்த்து விட்டால் கறை மறைந்து விடும்.

துணிகளில் பால் பாயிண்ட் பேனாவின் மை பட்டுவிட்டால் கறைப் பகுதிகளில் சில துளிகள் டெட்டாலை விட்டு பிறகு துவைத்தால் கறை மறைந்து விடும்.

துணியில் பெயிண்ட் பட்டுவிட்டால் அந்த இடத்தை சூடான வினிகரில் நனைத்து வைத்து பின்னர் துவைத்தால் பெயிண்ட் கறை போய்விடும்.

துணிகளில் பேனா மை கறை பட்டுவிட்டால் தக்காளி சாறை அந்த இடத்தில் நனைத்து ஒரு மணி நேரம் கழித்து துணியை தண்ணீரில் அலசினால் கறை போய்விடும்.

துணியில் மை கறை இருந்தால் கறை உள்ள இடத்தில் துணியின் இறுப்புறமும் பற்பசையை தேய்த்து விட்டு சிறிது நேரம் கழித்து பற்பசையை கழுவி விட்டு துணியைத் துவைத்தால் கறை போய்விடும்.

துணிகளில் எண்ணெய் கறை படிந்துவிட்டால் அதன் மீது முகப் பவுடரை தூவி ஓரிரு நாட்கள் கழித்து எடுத்து துணியை உதறினால் எண்ணெய் கறையே இல்லாமல் துணி பளிச்சென்று இருக்கும்.

எந்த கறை ஆடையில் பட்டாலும் சிறிது வினிகர் போட்டு துவைத்தால் கறை நீங்கும்.

துணிகளில் கறை ஏற்பட்டு விட்டால் அந்த இடத்தில் அடையாளத்திற்காக ஒரு கிளிப் போட்டு வைத்தால் துவைக்கும் போது அந்த இடத்திற்கு வினிகர் போட்டு தனியாக அலசினால் கறை போய்விடும்.

துணிகளைத் துவைக்கும் போது சர்ட் காலரில் இருக்கும் அழுக்கை அகற்ற பாத்திரம் துலக்க உபயோகிக்கும் பிளாஸ்டிக் ஓயரிலான சுருளை உபயோகித்தால் துணி சீக்கிரத்தில் நைந்து போகாமல் இருக்கும்.

le, கப், பீங்கான் பாத்திரங்கள் இவற்றில் கறை ஏற்பட்டால் வினிகரைத் தேய்த்துத் துடைத்து விட்டு நீரால் கழுவினால் புதிது போலாகும்.

வாஷ்பேஷினில் உப்பு படிந்து கறையாக இருந்தால் வினிகருடன் சாக்பெளடர் கலந்து பூசி சிறிது நேரம் கழித்து தேய்த்துக் கழுவினால் கறை போய்விடும்.

குளியலறையில் உள்ள மார்பிள் தரையைச் சுத்தமாக்க ஒரு கப் வினிகரை ஒரு கப் சுடுநீரில் கலந்து கறைகளின் மீது தடவி சிறிது நேரம் கழித்து தேய்த்துக் கழுவினால் மார்பிள் தரை பளபளக்கும்.

கையில் ஏற்பட்ட மண்ணெண்ணெய் வாசனை சுத்தமாகப் போக வேண்டுமென்றால் தயிர் சிறிது எடுத்து கையில் பூசி பின் சோப்பு பயன்படுத்தினால் வாடை இருக்காது.

துணிகளில் கிரீஸ் கறைபட்டு விட்டால் கொஞ்சம் பவுடரைத்தூவி சிறிது நேரம் கழித்து சோப்பு போட்டு அலசினால் கிரீஸ் கறை போய் விடும்.

4. வீட்டிலும், பயன்படுத்தும் பொருட்களிலும் மணம் வீச

வெணிலா எசென்சை சிறிதளவு பஞ்சில் தொட்டு அதை ஃபிரிட்ஜின் உட்புற ஓரத்தில் வைத்தால் ஃபிரிட்ஜைத் திறக்கும் போதெல்லாம் நல்ல வாசனை வரும்.

காலியான ஷாம்பூ பாட்டில், ஹேண்ட் வாஷ் டியூப் ஆகியவற்றை உடனே தூக்கி எறியாமல் வீடு துடைக்கும் தண்ணீரில் நன்றாக அலம்பி எடுத்துவிட்டு அந்த தண்ணீரில் வீட்டைத் துடைத்தால் வீடும் சுத்தமாகும். வாசனையாகவும் இருக்கும்.

அரை பக்கட் தண்ணீரில் சிறிதளவு ஷாம்பூ போட்டு நன்றாகக் கலக்கி வீட்டைத் துடைத்தால் தரை பளபளப்பதுடன் வீடு முழுவதும் நறுமணம் வீசும்.

ஜீஸ் பிழிந்தபின் ஆரஞ்சு, எலுமிச்சை போன்றவற்றின் தோல்களை தண்ணீர் பக்கெட்டினுள் போட்டு வைத்தால் பழங்களின் மணம் நிறைந்த அந்த நீரை குளிப்பதற்குப் பயன்படுத்தலாம். உடல் மணமாக இருக்கும். துணி துவைத்தால் துணிகள் மணமாக இருக்கும். பாத்திரம் கழுவினால் பாத்திரம் மணக்கும்.

தரையை சுத்தம் செய்யும் போது சிறிதளவு ஷாம்பூவை தண்ணீரில் கலக்கி துடைத்தால் தரை சுத்தமாகவும், வாசனையாகவும் இருக்கும்.

வீட்டின் முகப்பிலோ, பூஜை அறையிலோ அகன்ற பாத்திரங்களில் தண்ணீர் ஊற்றி உதிரிப்பூக்களை மிதக்க விடும்போது, தண்ணீரில் சிறிதளவு பன்னீரைக் கலந்தால், பூக்கள் ஃப்ரெஷ்ஷாக இருக்கும். பூக்களின் மீதும் பன்னீரைத் தெளித்தால் வாசனையாகவும் இருக்கும்.

வீட்டு விசேஷங்களுக்கு அடித்த பத்திரிக்கைகளில் சிறிது சென்ட்டைத் தடவினால் பிரமாதமாய் மணம் வீசும்.

வீட்டைப் பூட்டி விட்டு சில நாட்கள் வெளியூர் செல்ல நேரிடும் போது வாஷ்பேஷின், 'சிங்க்', தண்ணீர் பாதை ஆகிய இடங்களில் பிளீச்சிங் பவுடரையும், அலமாரி பீரோக்களில் வேப்பம் இலைகளையும், அறையின் ஓரங்களில் கற்பூரத்தையும் போட்டு விட்டுச் பிளீச்சிங் பவுடரைத் தூவி விட்டும் சென்றால் பூச்சிகள் வராது, வீட்டைத் திறந்ததும் நாற்றம் இருக்காது.

பண்டிகை மற்றும் விசேஷ நாட்களில் ஜன்னல் மற்றும் கதவுகளின் ஸ்கிரீன் துணிகளின் மீது லேசாக சென்டை ஸ்பிரே செய்தால் வீடு முழுவதும் நல்ல மணமாக இருக்கும்.

பிளாஸ்டிக் ஜாரில் கெட்ட வாடை வந்தால் ஒரு பழைய நியூஸ் பேப்பரை மடித்து ஜாருக்குள் போட்டு விட்டு ஒரு நாள் கழித்து ஜாரை திறந்து பார்த்தால் வாடை சுத்தமாகப் போயிருக்கும்.

பாத்ரூம்களில் ஒரு டப்பாவில் நிறைய அடுப்புக் கரித்துண்டுகளை போட்டு வைத்திருந்தால் தூர்நாற்றம் இருக்காது.

ஒரு கப் தண்ணீரில் சிறிது கடுகு போட்டு ப்ரிட்ஜில் வைத்து விட்டால், ப்ரிட்ஜில் உள்ள வாடை நீங்கும்.

அணிவதற்கு முன் கால்களில் பவுடரை தடவிய பிறகு சாக்கை போட்டால் ஷீ கழற்றும் போது நாற்றம் இருக்காது.

துணிகளை அயர்ன் செய்யும் போது தெளிக்கும் தண்ணீரில் சிறிது பன்னீர் அல்லது யூடிகொலனை கலந்து விட்டால் துணிகள் மணக்கும்.

குளியல் அறையில் ஏற்படும் நாற்றத்தைத் தவிர்க்க ஒரு துண்டு பச்சைக் கற்பூரத்தை துளையிட்ட பாலிதீன் பையில் போட்டு தொங்கவிட்டால் வாடை வராது.

5. மின்சாரத்தையும் எரிபொருளையும் மிச்சப்படுத்த

- ❖ சாப்பாட்டை ஃப்ரிஜில் வைக்கும் முன்பு சாதாரண வெப்ப நிலைக்கு கொண்டு வரவும்.
- ❖ ஃப்ரிஜின் கதவை நன்கு மூடி வைக்கவும்.
- ❖ ஃப்ரிஜில் உள்ள எல்லாப் பொருட்களையும் மூடி வைப்பது அவசியம்.
- ❖ ஃப்ரிஜை லேசாகத் திறக்கவும்.

இஸ்திரிப் பெட்டி :

- ❖ இஸ்திரிப் பெட்டியை பயன்படுத்தும் முன்பு எல்லா ஆடைகளையும் ஒரே இடத்தில் வைத்துக் கொள்ளவும்.
- ❖ ஆடைகளை தினமும் இஸ்திரி போடாமல், வாரம் ஒன்று அல்லது இரண்டு முறை இஸ்திரி செய்யவும்.
- ❖ எந்த ஆடைகளுக்கு குறைந்த வெப்பம் போதுமோ, முதலில் அந்த ஆடைகளை இஸ்திரி போடவும்.

பகலில் பல்பு அல்லது டியூப் லைட்டைப் பயன்படுத்தாமல், முடிந்த அளவு சூரிய வெளிச்சத்தையே பயன்படுத்தவும். பல்புக்குப் பதில் டியூப் லைட் அல்லது சி.எஃப்.எல்.பயன்படுத்தவும். டியூப்லைட்டின் பழைய சோக்குகளை மாற்றி அவற்றுக்குப் பதில் புதிய சோக்குகளைப் பொருத்தவும்.

யாரும் இல்லாதபோது தேவை இல்லாமல் மின் விசிறி, வானொலி மற்றும் தொலைக்காட்சியை ஓட விடாதீர். மின்விசிறிகளுக்குப் பழைய ரெகுலேட்டரை எடுத்துவிட்டு, புதிய எலெக்ட்ரானிக் ரெகுலேட்டரைப் பொருத்தவும். இது குறைந்த வேகத்தில் நன்கு ஓடும்.

எரிபொருள் சேமிப்பு :

- ❖ சமைக்கத் தேவையான எல்லாப் பொருட்களையும் தயார் செய்த பிறகு, கேஸ் அடுப்பை பற்ற வைக்கவும்.
- ❖ அடுப்பில் உலர்ந்த பாத்திரத்தையே வைக்கவும்.
- ❖ தேவைக்கு அதிகமாக தண்ணீரைப் பயன்படுத்தாதீர்.
- ❖ அரிசி பருப்பை முன்பே ஊற வைக்கவும்.
- ❖ கேஸ் பர்னரை சுத்தமாக வைக்கவும்.
- ❖ அளவுக்கு அதிகமான பெரிய பாத்திரத்தைப் பயன்படுத்தாதீர்.

மற்ற ஆலோசனைகள் :

- ❖ காலை மற்றும் மாலை 6 மணி முதல் 9 மணிக்கும் இடையே அதிக மின்சாரத்தில் இயங்கும் உபகரணங்களைப் பயன்படுத்தக் கூடாது.
- ❖ எப்போதும் ஐ.எஸ்.ஐ/ பி.ஐ.எஸ். அடையாளம் உள்ள உபகரணங்களையே வாங்கவும்.
- ❖ மின்சார உபகரணம் / மோட்டார் ஆகியவற்றை எப்போழுதும் ஸ்விட்சை விட்டு குறைந்தபட்ச தூரத்திலேயே வைக்கவும்.
- ❖ எல்லா மின்சார உபகரணங்கள் / மோட்டாரை அவ்வப்போது அளிக்கப்பட்டுள்ள விதிமுறைகளின்படி சுத்தம் செய்யவும். மோட்டாரை சிறப்பான முறையில் வைண்டிங் செய்யவும்.
- ❖ சென்சர் பொருத்தப்பட்டுள்ள உபகரணங்களைப் பயன்படுத்தவும். அவைதான் அதிக பயன்பாட்டின் போது தானாக அணைத்துக் கொள்ளும்.
- ❖ சூரிய ஒளியில் இயங்கும் உபகரணங்களை அதிகம் பயன்படுத்தவும். அதாவது சோலார் குக்கர், சோலார் லாந்தர், சோலார் விசிறி மற்றும் சோலார் ஹீட்டர்.

6. சமையலறைக் குறிப்புகள்

எலுமிச்சம்பழ ஜூஸில் சர்க்கரையுடன் சிறிதளவு உப்பையோ அல்லது உப்பும் மிளகுபொடியும் சேர்த்துக் கொண்டால் ஜூஸ் சூப்பராக இருக்கும்.

பாத்திரங்களைத் தேய்த்து கழுவி காய வைத்தபின் மூடியுள்ள டப்பாக்களின் மூடியை உடனடியாக சேர்த்து மூடி வைத்து விட்டால் அவசரத்தில் சரியான மூடியைத் தேடி அலையும் சிரமம் குறையும்.

சப்பாத்திக்கு கோதுமை மாவு பிசையும் போது சிறிது ஓமம் அல்லது சுக்குப்பொடி சேர்த்து பிசைந்தால் சப்பாத்தி வாசனையாக இருப்பதோடு சீக்கிரம் ஜீரணம் ஆகிவிடும்.

பூரிக்கு மாவு பிசையும் போது கொஞ்சம் சர்க்கரை சேர்ந்து பிசைந்தால் பூரி அதிக நேரம் நமத்துப் போகாமல் இருக்கும்.

கீரையை வேக வைக்கும் போது சிறிது எண்ணெயை அதனுடன் சேர்த்து வேக வைத்தால் கீரை பசுமையாக ருசியாக இருக்கும்.

மிக்சியில் தயிர் கடையும் போது சிறிது நேரம் ஓடிய பின் ஐந்து நிமிடம் நிறுத்தி விட்டு பிறகு ஓடவிட்டால் வெண்ணெய் நன்கு திரண்டு வரும்.

வெண்டைக்காய் சமைக்கும் போது அதில் சிறிதளவு எலுமிச்சம் சாறை தெளித்தால் ஒன்றோடு ஒன்று ஒட்டாமல் இருக்கும்.

காபி பில்டரில் காபித்தூள் தேவையான அளவு போட்டுவிட்டு, மேலே அரை ஸ்பூன் சர்க்கரையைப் பரவலாகத் தூவி நன்றாக அழுக்கி விடுங்கள். காபி டிக்கேஷன் நிதானமாக, ஸ்ட்ராங்காக இறங்கும். மீதியானால் கெட்டுப் போகாது.

நெய் காய்ச்சும் போது சிறிது உப்பைப் போட்டு காய்ச்சினால் நெய் அதிக நாட்கள் கெடாமலிருக்கும்.

தேநீர் தயாரிக்கும் போது துளசி இலைகளை கொதிக்கும் நீரில் போட்டு தயாரித்தால் தேநீர் நல்ல மணமாக இருக்கும். ஜலதோசத்திற்கும் நல்லது.

புடலங்காயை நறுக்கிய பிறகு அதில் சிறிது உப்பைச் சேர்த்து விரவி பத்து நிமிடம் கழித்து காயை நன்றாகக் கழுவி சமைத்தால் அதில் எந்தவிதமான கெட்ட மணமும் இருக்காது.

இட்லி மாவை ஃபிரிட்ஜில் வைக்கும்போது மாவில் உப்பைச் சேர்க்கக் கூடாது. உப்பு கலந்த மாவு புளித்து விடும். அதையும் மீறி மாவு புளித்து விட்டால் சிறிதளவு சர்க்கரை சேர்த்தால் புளிப்பு குறைந்து விடும்.

ஏலக்காய் பொடி செய்யும் முன் அடுப்பு எரியும்போது தீ ஜ்வாலைக்கு அருகில் சிறிது நேரம் வைத்திருந்து பொடி செய்தால் பொடி செய்வது மிகவும் எளிது.

சமைத்த பதார்த்தங்கள் ஒவ்வொன்றுக்கும் தனித்தனியாக கரண்டிகளைப் பயன்படுத்தினால் பதார்த்தங்கள் சீக்கிரம் கெடாது.

காய்கறிகளை வெட்டுவதற்கு முன்பே நன்றாக கழுவி விட வேண்டும். காய்கறிகளை சிறிய துண்டுகளாக வெட்டாமலும் குறைவான நீரிலும் வேக வைக்க வேண்டும். வேக வைத்த தண்ணீரை சூப் அல்லது மாவு பிசைய வைத்துக் கொள்ளலாம்.

தோசை எடுக்க வராமல் பிய்ந்து போனால் உப்புடன் சில துளி எண்ணெய் சேர்த்து தோசைக்கல் முழுவதும் அழுத்தித் துடைத்து விட்டால் தோசை சுலபமாக எடுக்க வரும்.

எண்ணெய் பலகாரம் செய்யும்போது எண்ணெய் பொங்காமல் இருக்க எண்ணெய் காய்ந்ததும் வாழைப்பழத்தோலின் ஒரு துண்டைப் போட்டு கருக பொரித்து எடுத்து விட்டால் பின் எண்ணெய் பொங்காது.

கடுகை வெறும் வாணலியில் வறுத்து ஆறியதும் பாட்டிலிலோ, டப்பாவிலோ போட்டு வைத்துக்கொண்டு தேவைப்படும் போது எண்ணெய்விட்டு தாளித்தால் வெடித்துச் சிதறாது.

பாகற்காயை நறுக்கி தயிரிலோ அல்லது மோரிலோ சிறிது உப்பு போட்டு ஊற வைத்து, ஒரு மணி நேரம் கழித்து எடுத்து சமைத்தால் பாகற்காயில் உள்ள கசப்பு போய்விடும்.

பிரஷர் குக்கரின் வெயிட்போடும் இடத்தை வாரம் ஒரு முறையாவது கழற்றித் தேய்த்துக் கழுவி சுத்தப்படுத்த வேண்டும். அதில் அடைப்பு சேர்ந்தால் குக்கர் பக்கவாட்டில் வெடிக்கும் ஆபத்து இருக்கிறது. எப்போதும் ஆவி வந்த பிறகே வெயிட்பைப் போட வேண்டும். அடுப்பில் குக்கரை வைத்தவுடனே வெயிட்பைப் போட்டால் வேகும் நேரம் அதிகமாகும்.

டீதூள் வைத்திருக்கும் பாட்டில்களில் ஏலக்காய் தோல்களைப் போட்டு வைத்திருந்தால் டீ ஏலக்காய் மணத்தோடு சுவையாக இருக்கும்.

முட்டைக்கோஸ், காலிபிளவர் ஆகியவற்றை சமைப்பதற்கு முன்னர் உப்பு கலந்த தண்ணீரில் முக்கி எடுத்தால் அதிலுள்ள பூச்சி, புழுக்கள் வெளியே வந்து விடும்.

பாலுக்கு உறை ஊற்ற மோர் இல்லாவிட்டால் பாலில் பச்சை மிளகாயின் காம்பைக் கிள்ளிப் போட்டு விட்டால் தயிர் ரெடியாகிவிடும்.

இட்லிக்கு அரிசி ஊற வைக்கும்போது அதனுடன் சிறிது அவல் சேர்த்து ஊறவைத்து அரைத்தால் இட்லி சுவையாகவும் மென்மையாகவும் இருக்கும்.

கீரை வகைகள் வாங்கி மூன்று மணி நேரத்திற்குள் சமைத்துவிட வேண்டும். சமைத்த கீரையை மூன்று மணி நேரத்திற்குள் சாப்பிட வேண்டும். இல்லையென்றால் கீரை சாப்பிட்ட பலன் முழுவதும் கிட்டாது.

சப்பாத்திக்கு மாவு பிசையும் போது கனிந்த இரண்டு வாழைப்பழங்களையும் கொஞ்சம் வெண்ணெய் அல்லது டால்டாவையும் சேர்த்து பிசைந்து சப்பாத்தி செய்தால் மிருதுவாகவும், சுவையாகவும் இருக்கும்.

வெங்காயத்தை ஒரு நாள் ஃபிரிட்ஜில் வைத்திருந்து உறித்தால் கண்ணில் நீர் வராது. இல்லையெனில் வெங்காயம் நறுக்கும்போது கத்தி, அரிவாள்மனை அருகில் ஒரு ரொட்டி துண்டை வைத்தால் கண்ணீர் வராது.

அரிசி களைந்த இரண்டாவது தண்ணீரில் சேனைக்கிழங்கு சேப்பங்கிழங்கு, கருணைக்கிழங்கு ஆகியவற்றை வேக வைத்தால் சீக்கிரம் வேகும்.

பூண்டை வெறும் வாணலியில் இளஞ்சூட்டில் சிறிது நேரம் வறுத்தெடுத்தால் தோலை சுலபமாக நீக்கிவிடலாம்.

தேன்குழல், முறுக்கு, தட்டுவடை நழுத்துப் போகாமல் இருக்க மாவை வெந்நீர் ஊற்றிப் பிசைந்து செய்ய வேண்டும்.

சுத்தமான துணியினால் அப்பளத்தின் இரு பக்கங்களிலும் துடைத்துவிட்டு பின்பு பொறித்தால் எண்ணெய் கறுத்துப் போகாது.

வாழைக்காயை, இரண்டாக வெட்டி பிரிட்ஜில் வைத்து விட்டால் ஒரு வாரத்திற்குப் பழுத்துப் போகாமல் இருக்கும்.

கீரை சமைக்கும் போது சிறிது சர்க்கரை சேர்த்தால் கீரையின் நிறம் மாறாது.

ஃ போடும் போது முதலில் தண்ணீருடன் தேவையான சர்க்கரையை சேர்த்து கொதிக்க வைத்து பின்னர் ஃத்துள் போட்டு வடிகட்டி சூடான பாலைக் சேர்த்தால் ஃ திக்காகவும், சுவையாகவும் இருப்பதோடு பாத்திரமும் கருக்காது.

இட்லி சுடும் முன் மாவில் இரண்டு தேக்கரண்டி நல்லெண்ணெய் விட்டுக் கலக்கிக் கொண்டால் இட்லி மிருதுவாக இருக்கும்.

எலுமிச்சம் பழத்தை இரண்டு நிமிடம் வெந்நீரில் போட்டு வைத்து எடுத்துப் பிறகு சாறு பிழிந்தால் நிறைய சாறு வரும். பிழிவதும் சுலபம்.

வெண்டைக்காய்களின் காய்களையும் தலைப்பகுதியையும் நறுக்கி விட்டு வைத்தால் மறுநாள் சமைப்பதற்குள் முற்றிப் போகாமல் இருக்கும்.

தயிர் சரியாக உறையாமல் இருக்கும் பட்சத்தில் தயிர் உள்ள பாத்திரத்தை வெந்நீருக்குள் அரைமணி நேரம் வைத்தால் தயிராகி விடும்.

அரிசி களைந்த நீரில் வைட்டமின் பி-6, பி-12 இருப்பதால் அதை புளி ஊற வைக்கவும், காய்கறிகளை வேக வைக்கவும் பயன்படுத்தலாம்.

சர்க்கரையில் எறும்பு வராமலிருக்க சிறிதளவு ஏலக்காயை சர்க்கரை டப்பாவில் போட்டு வைக்கவும்.

குளிர்காலங்களில் தயிர் சீக்கிரம் உறையாது. அதற்குள் இரண்டு பச்சை மிளகாயையோ அல்லது வரமிளகாயையோ தயிரில் போட்டு வைத்தால் சீக்கிரம் தயிர் உறைந்து விடும்.

கோடைக் காலங்களில் தயிர் சீக்கிரமே புளித்து விடும் இதைத் தவிர்க்க தயிரில் சிறிது கறிவேப்பிலையைப் போட்டு வைக்கலாம்.

பால் வாங்கி நீண்ட நேரம் கழித்து காய்ச்சும் போது திரிந்துவிடாமல் இருக்க ஒரு சிட்டிகை சமையல் சோடாவைச் சேர்க்கவும்.

தேங்காயை உடைத்து வைத்தால் சில மணி நேரத்திலேயே மஞ்சள் தட்டிவிடும். இதைத் தடுக்க தேங்காய் மூடியில் உப்பைத் தடவி வைக்கலாம்.

குக்கரில் சாதம் வடித்தபின் உள்ளே இருக்கும் வெந்நீரை சமையலறையில் உள்ள பாத்திரம் கழுவும் தொட்டியில் வேகமாக ஊற்றினால் அதில் உள்ள அழுக்கு அடைப்புகள் எல்லாம் நீங்கி விடும்.

பாகற்காய் பொரியலில் இரண்டு தக்காளிப் பழங்களை நறுக்கிச் சேர்ந்தால் கசப்பு குறையும்.

அரிசி, பருப்பு வகைகளைச் சிறிது நேரம் தண்ணீரில் ஊற வைத்து விட்டு வேக வைத்தால் சீக்கிரமாக வேகும்.

சமையல் மேடையின் மீது சிறிது கோதுமை மாவைத் தூவி ஐந்து நிமிடம் கழித்து ஒரு துணியில் துடைத்தால் பளிச் என்று ஆகிவிடும்.

மிக்சியில் மாவு அரைக்க வேண்டுமானால் அரிசியையும் உளுத்தம் பருப்பையும் ஊற வைத்து பிரிட்ஜில் அரைமணி நேரம் வைத்திருந்து பின் அரைக்க வேண்டும்.

நெய் பாத்திரத்தில் ஒரு அச்சு வெல்லத்தைப் போட்டு வைத்தால் நெய் ருசியாகவும், மணமாகவும் இருக்கும்.

வாழைப்பூ, வாழைத் தண்டை நறுக்கிய பின்பு மோர் கலந்த நீரில் போட்டால் கறுக்காது.

சமையலுக்கு தேங்காயை சிறுசிறு துண்டுகளாகப் பயன்படுத்த நேரும் போது தேங்காயை முதலில் ஒரு மணி நேரம் ஃப்ரீசரில் வைத்து எடுத்து பின்னர் கத்தியால் நறுக்கினால் சுலபமாக சிறு சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி விடலாம்.

பச்சை மிளகாயை வெந்நீரில் ஐந்து நிமிடம் போட்டு எடுத்துப் பயன்படுத்தினால் அதிகக் காரம் தெரியாது.

தயிர்சாதம் செய்யும்போது ஒரு ஸ்பூன் வெண்ணெய் போட்டு செய்தால் மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

முட்டைக்கோஸ் சமையல் செய்யும்போது அதில் சிறிதளவு பால் ஊற்றி வேக வைத்தால் அதிக சுவையாக இருக்கும். சத்தும் கூடும்.

இட்லி தட்டு குழிகளில் லேசாக எண்ணெய் தடவி மாவு ஊற்றினால் இட்லி தட்டில் ஒட்டாமல் எடுக்க எளிதாக இருக்கும்.

பாகற்காய் பொரியல், பாகற்காய் கூட்டு செய்யும்போது சிறிதளவு வெல்லம் அல்லது சர்க்கரை சேர்த்தால் கசப்பு தெரியாது. சுவையாக இருக்கும்.

எலுமிச்ச ஜூஸ் தயாரிக்கும் போது கொஞ்சம் இஞ்சிச்சாறை கலந்தால் சுவையாகவும், மணமாகவும் இருக்கும். அதோடு ஜலதோஷமும் பிடிக்காது.

சமையல் சோடா போடாமல் பஜ்ஜி, காராபூந்தி நன்றாக வர சூடேறிய எண்ணெயில் ஒரு கரண்டி எடுத்து மாவில் ஊற்றிப் பிசைந்து செய்தால் எண்ணெயும் குடிக்காது. காராபூந்தி குண்டு குண்டாகவும், பஜ்ஜி நன்றாக உப்பியும் வரும்.

பயறு வகைகளை ஊறப்போடும் பொழுது தண்ணீர் வழுவழுப்புத்தன்மை அடையும் முன்பே நீரை வடித்து விட்டால் சத்துக்கள் வீணாகாது.

நாட்டுச் சர்க்கரை வாங்கி நாளாகி விட்டால் கட்டியாகிவிடும். அதற்கு அந்த சர்க்கரையில் ஒரு ரொட்டித் துண்டைப் போட்டு வைத்தால் சர்க்கரை நன்கு உலர்ந்து பொலபொலவென உதிர்ந்து விடும்.

தேங்காயை சிறு துண்டுகளாக்கி தயிரில் போட்டு வைத்தால் தயிர் புளிக்காமல் இரண்டு மூன்று நாட்கள் வரை இருக்கும்.

சப்பாத்தி மாவின் மேல் சிறிது எண்ணெயைத் தடவிய பின் ஒரு டப்பாவில் மாவைப் போட்டு மூடி வைத்தால் நான்கு நாட்கள் வரை ப்ரெஷ்ஷாக இருக்கும்.

அரிசி களைந்த நீரில் கருணைக்கிழங்கு மற்றும் சேனைக்கிழங்கை வேக வைத்தால் அவற்றில் காரல் இருக்காது. நாக்கில் நமச்சலோ, அரிப்போ ஏற்படாது. அரிசி களைந்த நீரில் சிறிது உப்பு போட்டு நறுக்கிய பாகற்காய் துண்டுகளைப் போட்டு கால்மணி நேரம் ஊற வைத்த பிறகு நீரை வடித்து விட்டுச் சமைத்தால் பாகற்காய் கசக்காது.

உளுந்து வடை செய்யும்போது வடைக்கு அரைத்து முடித்த பின் அதில் இரண்டு ஸ்பூன் அரிசி மாவைக் கலந்து வடை தட்டிப் போட்டால் வடை மொறு மொறுப்பாக இருக்கும். எண்ணெயும் குடிக்காது.

டைனிங் டேபிளின் மேல் கொஞ்சம் புதினா அல்லது கறிவேப்பிலை வைத்திருந்தால் ஈக்கள் மொய்க்காது.

கருணைக்கிழங்கை அரிந்தவுடன் புளி கரைசலில் கை கழுவினால் அரிப்பு நின்று விடும்.

கோதுமை மாவுடன் ஒரு வாழைப்பழம் ஒரு கரண்டி தயிர் சேர்த்து சப்பாத்தி செய்தால் மென்மையாகவும், லேசாக இனிப்பாகவும் இருக்கும்.

முட்டைக்கோஸ், காலிபிளவர் போன்றவற்றைகளின் வெள்ளைநிறம் மாறாமல் இருக்க வேக வைக்கும் போதே சிறிது உப்பை சேர்க்கவும்.

பூண்டை சிறிது நேரம் நீரில் ஊற வைத்தால் சுலபமாக உரிக்க வரும்.

குழம்பில் உப்போ, காரமோ புளிப்போ அதிகமாகி விட்டால் தேங்காய்ப்பாலை குழம்பில் கலந்து விட்டால் அதிகமான புளி, உப்பு, காரத்தைக் குறைத்து விடும். சுவையும் மணமும் கூடி குழம்பும் நன்றாக இருக்கும்.

தோசைக் கல்லில் தோசை சரியாக வரவில்லை என்றால் உப்பை நன்றாகத் தடவித் துடைத்து தோசை வார்த்தால் தோசை நன்றாக வரும்.

உடனடியாக காபி டிகாஷன் தேவைப்படும்போது டீ வடிகட்டியின் மேல் ஒரு மெல்லிய சுத்தமான காட்டன் துணியை போட்டு அதன் மேல் இரண்டு ஸ்பூன் காபி பொடி போட்டு வெந்நீரை பரவலாக ஊற்றினால் அருமையான இன்ஸ்டண்ட் டிகாஷன் ஒரே நிமிடத்தில் இறங்கி விடும்.

தயிர் புளித்து விட்டால் புதிய தேங்காய்த்துண்டுகளை தயிரில் போட்டு ஊறவிட்டால் புளிப்பு குறைந்து விடும்.

எந்த வித அல்வா செய்வதானாலும் சிறிது மில்க்மெய்டு ஊற்றிக் கிளறினால் அல்வா நல்ல மணமாகவும், ருசியாகவும் இருக்கும்.

வடையை சுட்டவுடன் சுடுநீரில் போட்டு எடுத்து பின்பு தயிரில் ஊற வைத்தால் தயிர் வடை நன்றாக ஊறியிருக்கும்.

தேங்காய்பால் சேர்த்து தோசை சுட்டால் தோசையின் மணமும், சுவையும் அபாரமாக இருக்கும்.

தோசைக்கு அரைக்கும்போது ஊற வைத்த ஐவரிசியை சிறிது சேர்த்து அரைத்தால் தோசையை மெல்லியதாக வார்க்கலாம்.

நாலைந்து நெல்லை சுத்தமாகக் கழுவி பாலில் போட்டு வைத்தால் பால் ஒரு நாள் முழுவதும் கெடாமல் இருக்கும்.

பால் காய்ச்சும் முன் அந்த பாத்திரத்தில் சிறிது தண்ணீர் கொதிக்க வைத்தபின் பால் காய்ச்சினால் பால் திரியாது. பாத்திரத்திலும் ஒட்டாது.

குளிக்காலத்தில் பாட்டிலில் உள்ள நெய் அல்லது தேங்காய் எண்ணெய் உறைந்து விட்டால் ஒரு ஸ்பூனை சூடாக்கி பாட்டிலில் நுழைத்தால் அவை உருகி எளிதில் வெளிவரும்.

சமையலில் காரம் அதிகமாகி விட்டால், எலுமிச்சைச்சாறு கொஞ்சம் ஊற்றினால் காரம் குறையும்.

குழம்பில் உப்பு அதிகமாகி விட்டால் இரண்டு தக்காளிப் பழங்களை பாதிப்பாதியாக நறுக்கிப் போட்டால் உப்பு குறையும்.

பச்சை மிளகாயைச் சமையலுக்குப் பயன்படுத்தும்போது பொடியாக நறுக்காமல் நீளவாட்டில் கீறி பெரியதாக போட்டு விட்டால் சாப்பிடும் போது பெரியவர்கள், குழந்தைகள் வாயில் அகப்படாமலும் இருக்கும் வாசனையும் கிடைக்கும்.

பிஸ்கட் போட்டு வைக்கும் டப்பாவில் ஒரு ஸ்பூன் சர்க்கரையை போட்டு அதன் மீது பிஸ்கட்டுகளை வைத்தால் பிஸ்கட் நமத்துப் போகாமல் மொறுமொறுப்பாக இருக்கும்.

கேஸ் அடுப்பின் பர்னரிலிருந்து நீலக்கலரில் ஜீவாலை வந்தால்தான் காற்றும், கேஸும் சரியான அளவில் வருகிறது என்று அர்த்தம். அப்படி வராவிட்டால் பர்னரை சுத்தப்படுத்த வேண்டும்.

தயிர் சரியாக உறையாமல் இருந்தால் தயிர் உள்ள பாத்திரத்தை குடான நீரில் அரைமணி நேரம் வைத்திருந்தால் தயிர் தயார்.

ஒரே சைஸில் ரொட்டி அல்லது பூரி செய்ய, மாவை தேய்த்த பிறகு ஏதாவது வட்டமான மூடி அல்லது கிண்ணம் கொண்டு வெட்டலாம்.

உப்புமா செய்யும்போது சிறிதளவு புளித்த தயிரைச் சேர்த்தால், உப்புமாவின் ருசி கூடும்.

பால் காய்ச்சும் போது அதில் ஒரு கரண்டியைப் போட்டு வைத்தால் பால் பொங்கி வழியாமல் இருக்கும். தீய்ந்தும் போகாது.

இட்லி மாவு புளித்துப்போய் விட்டால் கொஞ்சம் தண்ணீர் ஊற்றி நன்றாகக் கலக்கி சிறிது நேரம் கழித்து மேலே தேங்கும் நீரை வடித்துவிட்டு இட்லி சுட்டால் புளிப்பு குறைந்திருக்கும்.

நறுக்கிய கத்திரிக்காயை உப்பு கலந்த தண்ணீரில் போட்டு வைத்தால் சீக்கிரம் கறுத்துப் போகாது.

உளுந்து அரைக்கும் போது குளிர்ந்த நீரைப் பயன்படுத்தினால் மாவு நன்றாகப் பொங்கி விடும்.

ரெஃப்ரிஜிரேட்டரில் பழங்களை கீழ்த்தட்டில் வைக்க வேண்டும். தயிரை இரண்டாவது தட்டில் வைக்க வேண்டும். பாலை பாட்டில்களில் ஊற்றி நன்றாக மூடி வைக்க வேண்டும். பாலை வெகுநேரம் வைத்திருந்தால் பாலில் உள்ள வைட்டமின் சத்துக்கள் போய்விடும். ஊறுகாய்களை ஃபிரிட்ஜில் வைக்கவே கூடாது.

தேநீர் தயாரிக்கும் போது ஒரு துண்டு ஆரஞ்சுப் பழத்தோலை நறுக்கிப் போடுங்கள். தேநீர் ஆரஞ்சு மணத்துடன் புது சுவையாக இருக்கும்.

ஏலக்காயைப் பயன்படுத்தும் போது ஒன்றிரண்டு தோலை எடுத்து குடிக்கும் தண்ணீரில் போட்டு விடுங்கள். 'கமகம வென' மணக்கும், அதிகமாக தண்ணீர் குடிக்கத் தோன்றும்.

வாழைத்தண்டை நறுக்கியதும் அதை மோர், உப்பு கலந்த தண்ணீரில் போட்டு வைத்தால் தண்டின் நிறமும் மாறாது துவர்ப்பும் மட்டுப்படும்.

கொண்டைக்கடலையை ஊறவைத்து ஒரு மணி நேரம் வெயிலில் காய வைத்து அதன்பிறகு வேக வைத்தால் சுருக்கமின்றி வேகும். கடலை பெரியதாகவும் இருக்கும்.

இட்லி மாவு சீக்கிரமாக புளிக்க கொஞ்சம் இளநீரை கலந்து வைத்தால் ஓரிரு மணி நேரத்தில் புளித்து விடும்.

பிரட் துண்டில் லேசாக எண்ணெய் ஊற்றி தோசைக்கல்லில் தேய்த்து விட்டு எத்தனை மெல்லியதாக தோசை வார்த்தாலும் தோசை பிய்ந்து போகாமல் வரும்.

தேங்காயை உடைத்து ஃபிரீஸரில் ஐந்து நிமிடம் வைத்திருந்து துருவினால் தேங்காய் பூ மாதிரி துருவ வரும்.

பூரி, சப்பாத்திக்கு மாவு பிசைந்த பின் சிறிது நேரம் ஃபிரிட்ஜில் வைத்திருந்து பிறகு எடுத்து பலகையில் தேய்த்தால் பலகையில் ஒட்டாமல் இட வரும்.

தேங்காய் துருவும் போது ஓடு தேயும் வரை துருவக் கூடாது. தேங்காய் ஒட்டுத் துகள்கள் ஜீரணமாகாமல் இருப்பதுடன் குடலில் புண்களையும் உண்டாக்கி விடும்.

எண்ணெயும் தண்ணீரும் கலந்து விட்டால் அதை ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி ஃபிரிட்ஜின் பிரீசரில் வைத்து ஒரு மணி நேரம் கழித்து எடுத்தால் எண்ணெய் தனியாக வந்து விடும்.

சமையல் அறையில் கடிகாரம் இருப்பது மிக அவசியம். காலை நேர அவசரத்தில் சரியான நேரம் தெரிந்தால்தான் குழந்தைகளுக்கு டிபன் கொடுப்பது, ஸ்கூலுக்கு அனுப்புவது, ஆபீஸ் புறப்படுவது ஆகியவற்றை உரிய நேரத்தில் கவனிக்க முடியும்.

வெங்காயம் நறுக்கும் போது சூயிங்கம் சாப்பிட்டால் கண்களில் எரிச்சல் வராது. கண்ணீரும் வராது.

மீன் பொறிக்கும் போது ஏற்படும் வாடையைப் போக்க அடுப்பின் அருகில் ஒரு மெழுகுவார்த்தியை ஏற்றி வைத்தால் வாடை வராது.

அரைத்த மாவை உடனடியாக இட்லி ஊற்ற வேண்டி வந்தால் கொதிக்கும் தண்ணீரில் மாவு பாத்திரத்தை சிறிது நேரம் வைத்திருந்து இட்லி ஊற்றினால், பூப்போல இருக்கும்.

எலுமிச்சம்பழத்தை பிழியும்போது ஜல்லிக் கரண்டியின் மேல் பிழிந்தால் விதைகள் கரண்டியில் தங்கிவிடும். சாறுமட்டும் பாத்திரத்தில் இறங்கும்.

தோசை மாவு, இட்லி மாவு மிகவும் புளித்து விட்டால் ஒரு டம்ளர் பாலை ஊற்றி கலக்கினால் புளிப்பு போய் விடும்.

இட்லி மாவு மீந்து விட்டால் ஒரு வெற்றிலையை கிள்ளிப் போட்டு வைத்தால் மறுநாள் மாவு புளிக்காது.

பூரிக்கு மாவு பிசையும்போது சிறிது ரவையையும் கலந்து கொண்டால் பூரி ரொம்ப நேரத்திற்கு மொறுமொறுவென்று இருக்கும்.

இட்லி தட்டின் ஒவ்வொரு குழியிலும் கால் ஸ்பூன் தண்ணீரை ஊற்றி அதன் மேல் மாவை ஊற்றி குக்கரில் வைத்தால் இட்லி வெந்ததும் எளிதாக எடுக்க வரும். இட்லியும் பூப்போல் இருக்கும்.

சூடான காபியையோ, டீயையோ கண்ணாடி டம்ளரில் ஊற்றுவதற்கு முன் டம்ளரில் ஒரு ஸ்பூனைப் போட்டுவிட்டு பிறகு ஊற்றவும். ஸ்பூன் சூட்டை இழுத்துக் கொண்டு விடுவதால் அதிக சூட்டில் டம்ளர் உடைந்து விடாமல் பாதுகாக்கும்.

குக்கரில் சாதம் வெந்தவுடன் குக்கரிலிருந்து சாதத்தை வேறொரு பாத்திரத்தில் கொட்டி இலேசாக பரப்பி விட்டால் இரவு வரை சாதம் பொலபொல என்று இருக்கும்.

பாகற்காய், பப்பாளி ஆகியவற்றை அப்படியே முழுமையாக ஃபிரிட்ஜில் வைக்கக் கூடாது. பெரிய துண்டுகளாக நறுக்கி வைத்தால் அப்படியே புத்தம் புதியதாக இருக்கும்.

ஃப்ரிட்ஜில் வைத்து எடுத்த பாயசம் மாதிரியான உணவுப் பொருட்களை அப்படியே பாத்திரத்தோடு அடுப்பில் வைத்து சுடவைப்பதைவிட வேறொரு பாத்திரத்தில் தண்ணீரைக் கொதிக்க வைத்து அதில் வைத்து சூடாக்கினால் சுவை குறையாமல் இருக்கும்.

தக்காளி பழுக்காமல் காயாக இருந்தால் அதை வெங்காயம் வைத்துள்ள கூடையில் போட்டு வைத்தால் பழுத்து விடும்.

அசைவ உணவு சமைக்கும் போது ஏற்படும் வாடையைப் போக்க இரண்டு டம்ளர் தண்ணீரில் லவங்கத்தைப் போட்டு கொதிக்க வைத்தால் வாடை இருக்காது.

மிதமாக சூடுபடுத்திய தண்ணீர் ஊற்றி கோதுமை மாவைப் பிசைந்து பூரி சுட்டால் பூரி நன்கு உப்பலாக வரும்.

கடுகை நன்றாகக் சுத்தம் செய்து வெயிலில் நன்றாகத் காய வைத்தபின் பயன்படுத்தினால் தாளிக்கும் போது கடுகு வெடிக்காமல் இருக்கும்.

இட்லிக்கான அரிசியை வெந்நீரில் ஊற வைத்து அரைத்தால் இட்லி பஞ்சு போல மிருதுவாக இருக்கும்.

இட்லி மாவு அரைத்த பின்பு காலையில் இட்லி சுடலாமா அல்லது தோசை சுடலாமா என்ற சந்தேகம் வரும்போது சிறிது மாவை உருட்டி தண்ணீரில் போடும் போது தண்ணீரில் மிதந்தால் இட்லி நன்றாக வரும். தண்ணீரில் அடியில் நின்றால் தோசை சுட்டு விடுவது நல்லது.

கிரைண்டரில் உளுத்தம்பருப்பை அரைக்கும்போது அது பாதி மசிந்ததும் அத்துடன் ஏழெட்டு ஐஸ் க்யூப்களைப் போட்டு அரைத்தால் மாவும் அதிகம் வரும் இட்லியும் மெத்தென்று மென்மையாக இருக்கும்.

ஏலக்காயை ஒரு துளி நெய் விட்டு இரண்டு நிமிடம் லேசாக வறுத்து பிறகு மிக்சியில் பொடித்தால் நைஸாக பொடிந்து விடும்.

தினமும் இரவு சமையலறையைச் சுத்தம் செய்தும் கொதிக்க வைத்த தண்ணீரை சிங் உள்ளே வேகமாக ஊற்றினால் அங்கு தங்கியிருக்கும் பூச்சிகள் அழிவதோடு அடைப்புகளும் அகன்று விடும்.

தயிர் சாதம் புளிக்காமல் இருக்க அரிசியை வேகவைக்கும் போதே பாலை கலந்து விட வேண்டும். சோறு ஆறிய பிறகு சிறிதளவு தயிர் சேர்த்தால், நேரம் கழிந்து சாப்பிட்டாலும் அதிக புளிப்பு இருக்காது.

சமைத்த பதார்த்தங்களைப் பரிமாறுவதற்கு முன் தேவையான கரண்டிகளை எடுத்து அவற்றின் குழிவான பகுதிகளில் எண்ணெய் அல்லது நெய் தடவி வைத்துக் கொண்டால் பதார்த்தங்களை பாத்திரங்களில் இருந்து எடுத்து பரிமாறும் போது கரண்டியில் ஒட்டிக் கொள்ளாமல் வரும்.

கிரைண்டரில் மாவு அரைத்து சுத்தப்படுத்தியதும் ஸ்பாஞ்சால் ஈரத்தை ஒற்றி எடுத்து விட்டால் கிரைண்டர் சீக்கிரம் காய்ந்து விடும். வாடையும் வராது.

எந்த வகை ஜுஸ் தயாரிக்கும் போதும் ஒரு சிட்டிகை உப்பு சேர்த்தால், ஜுஸின் சுவை கூடுதலாக இருக்கும்.

வெண்டைக்காய் வதக்கும்போது ஒரு ஸ்பூன் மோர் ஊற்றி வதக்கினால் வழுவழப்பின்றி சுவையாக இருக்கும்.

சலவை சோடா, சமையல் சோடா இரண்டுக்கும் வித்தியாசம் தெரியாமல் தடுமாறும் போது விரலை தண்ணீரில் நனைத்து தொட்டால் சமையல் சோடா எனில் பழுப்பு நிறமாக மாறும். சலவை சோடா எனில் விரல் சூடாக இருக்கும்.

சாப்பிடும் முன்பாக ஒரு சிட்டிகை உப்பை நாக்கில் வைத்துச் சுவைத்து விட்டு சாப்பிட உமிழ்நீர் நன்கு சுரந்து ஜீரணம் எளிதாகும்.

சப்பாத்திகளைத் தேய்த்து ஒன்றன் மீது ஒன்றாக அடுக்கி வைக்கும்போது சில சமயங்களில் அவை ஒன்றோடு ஒன்று ஒட்டிக்

கொண்டு விட்டால் அதை அப்படியே தோசைக்கல்லில் போட்டு ஒரு புறம் சுட்டதும், திருப்பிப் போட்டு சிறிது நேரம் கழித்து தோசைக்கரண்டியால் மெதுவாகப் பிரித்தால் தனித்தனியாக வந்து விடும்.

கடுகில் உள்ள கல் மண்ணை எடுப்பதற்கு பேப்பரை விரித்துப் போட்டு அதில் சப்பாத்திக் கல்லை சிறிது சாய்வாக வைத்து கடுகை சிறிது சிறிதாக கொட்டினால் கடுகு மட்டும் உருண்டு வந்து பேப்பரில் விழுந்துவிடும். சப்பாத்திக் கல்லின் மேல் கல், மண் தங்கி விடும்.

வீட்டில் சிறிய அம்மி ஒன்று வாங்கி வைத்துக் கொண்டால் கரண்டி இல்லாத போது அவசரத்துக்கு உதவும்.

டீத்ராளை பாட்டிலில் கொட்டி வைக்கும் போதே அரை ஸ்பூன் ஏலக்காய் பொடியைச் சேர்த்து கலந்து விட்டால் டீ வாசனையாக இருக்கும்.

குளிர் காலத்தில் தயிர் சீக்கிரம் உறைய தயிர் உறைய வைக்கும் பாத்திரத்தில் சுடுநீர் ஊற்றி 5 நிமிடம் மூடி வைத்திருந்து பிறகு தண்ணீரைக் கொட்டி விட்டு பால் ஊற்றி உறை சேர்த்தால் தயிர் விரைவாக உறைவதுடன் ருசியாகவும் இருக்கும்.

கோடைக்காலத்தில் முதல் நாள் இரவே தயிர் உறை ஊற்றாமல் காலையில் பாலில் உறை மோரை ஊற்றி ஃபிரிட்ஜ் ஸ்டெபிலைசர் மேல் வைத்துவிட்டால் மதியம் சாப்பிடப் பக்குவமான, அதிகம் புளிக்காத தயிர் கிடைக்கும்.

சப்பாத்திக்கு மாவு பிசையும் போது உப்பு சேர்க்க மறந்து போய் விட்டால் சப்பாத்தி தேய்க்கும்போது தொட்டுக்கொள்ளும் கோதுமைமாவில் தேவையான அளவு உப்புத்தூளை கலந்து விடுங்கள்.

சூடான சாதத்தின் மீது காய்ச்சிய பாலை சிறிது தெளித்துவிட்டு ஒரு கரண்டியால் பரப்பி மூடி வைத்து பின்னர் பரிமாறினால் சாதம் உதிர் உதிராக இருக்கும்.

மளிகை சாமான்களை வாங்கி டப்பாவில் கொட்டி வைப்பதற்கு முன் ஏற்கனவே டப்பாவில் உள்ளவற்றை ஒரு பிளாஸ்டிக் கவரில் போட்டு, புதிதாக வாங்கியவற்றின் மீது வைத்து விட்டால் முதலில் பழையதை உபயோகித்து விட்டு பின்னர் புதிதாக வாங்கியவற்றை உபயோகிக்கலாம்.

இட்லி, தோசை மாவு புளித்து பொங்காமல் இருக்க ஒரு வாழைத்தண்டை மாவின் நடுப்பகுதியில் வைத்து விட்டால் வாழைத்தண்டு உயரத்திற்கு மேல் மாவு பொங்கி வராது.

ஊறுகாய் பாட்டிலுக்குள் பிளாஸ்டிக் ஸ்பூனுக்குப் பதிலாக சிறிய முள் ஸ்பூனை பயன்படுத்தினால் ஊறுகாயுடன் எண்ணெயும் சேர்த்து வராமல் பாட்டிலின் உள்ளேயே தங்கி விடும்.

சர்க்கரை வைத்துள்ள பாட்டில் அல்லது பாத்திரத்திற்குள் எறும்புகள் வந்து விட்டால் அதை அப்படியே வெங்காயம், உருளைக்கிழங்கு வைத்திருக்கும் தட்டிற்குள் அல்லது கூடைக்குள் வைத்து விட்டால் சிறிது நேரத்திலேயே எறும்புகள் மாயமாய் மறைந்து போயிருக்கும்.

பூரி, வடகம் பொறிக்கும் போது அடிப்பாகம் குறுகலாகவும், ஆழமாகவும் உள்ள வாணலியைப் பயன்படுத்தினால் எண்ணெய் குறைவாகக் செலவழியும்.

பூரிக்கு மாவு பிசையும் போது கொஞ்சம் சர்க்கரை சேர்த்துப் பிசைந்தால் அதிக நேரம் நழுத்துப் போகாமல் இருக்கும்.

இட்லி மாவை அரைத்த உடனே ஃபிரிட்ஜில் வைக்காமல் 8 மணி நேரம் கழித்து வைத்தால் தான் மாவு உப்பிக் கொண்டு இட்லி மெத்து மெத்தென்று இருக்கும்.

நுங்கை மிச்சியில் போட்டு அதை பாலில் கலந்து சிறிது சர்க்கரை, ஏலக்காய் பொடி கலந்து நன்கு கலக்கி ஃபிரிட்ஜில் வைத்துப் பருக கோடைக்கு இதமாக இருக்கும். வெள்ளரிப்பழத்தையும் இதேபோல் செய்து அருந்தலாம்.

கீரையை வாங்கி வந்ததும் பெரிய பாத்திரத்தில் நீர் விட்டு நன்றாகக் கழுவி விட்டு சமைக்கும் போது நறுக்கி சமைத்தால் கீரையில் உள்ள சத்துக்கள் வெளியேறாமல் இருக்கும்.

தீய்ந்து அடிப்பிடித்த பாத்திரங்களை கொஞ்சம் கோலமாவு கொண்டு தேய்த்துக் கழுவினால் பளிச்சிடும்.

ஒரு துண்டு வெல்லத்தை நெய்யில் போட்டு வைத்தால் நெய் நீண்ட நாட்கள் கெடாமல் இருக்கும்.

ஓட்டை மிச்சியில் போட்டு இலேசாக அரைத்து கஞ்சி செய்தால் ஓரிரு நிமிடங்களில் தயாராகி விடும்.

சர்க்கரையை பொடியாக்கி ஒரு டப்பாவில் போட்டு வைத்திருந்தால் அவசரமாகத் தயாரிக்கும் ஜீஸ், காபி, டீ, ஹார்லிக்ஸ் போன்றவற்றில் போட்டு கலக்க வசதியாக இருக்கும்.

கொசுத் தொல்லையை ஒழிக்க காலையிலும் மாலையிலும் கொசு மேட் கருவியின் பிளேட்டில் கொசுமேட்டிற்குப் பதில் ஒரு கற்பூர வில்லையை வைத்து ஸ்விட்சை போட்டு விட்டால் கொசு வராது. ஒரு பாத்திரத்தில் இரண்டு டம்ளர் வெந்நீர் ஊற்றி அதில் சிறிது கற்பூரத்தைப் போட்டு வைத்தால் கொசு வராது. அறையும் கமகம என்றாகி விடும்.

காலிஃப்ளவரை வேக வைக்கும் போது அரை கப் பால் சேர்த்து வேக வைத்தால் நிறம் மாறாமல் வெள்ளையாகவே இருக்கும்.

பொங்கல், உப்புமா, கேசரி போன்றவற்றைத் தயாரித்த பாத்திரத்திலேயே சூட்டுடன் வைத்திருந்தால் இறுகி விடும். அடுப்பிலிருந்து இறக்கியவுடன் வேறு பாத்திரத்துக்கு மாற்றி விட வேண்டும்.

சப்பாத்திக்கு மாவு பிசையும் போது அரை டம்ளர் சூடான பால் சேர்த்து பிசைந்தால் சப்பாத்தி மிருதுவாக இருக்கும்.

தோசை சுடும் போது முதல் தோசையை எண்ணெய் விட்டும் அடுத்த தோசையை எண்ணெய் விடாமலும் மாற்றி மாற்றி சுட்டு எடுத்தால் கொலஸ்ட்ரால், ரத்தக் கொதிப்பு உள்ளவர்களுக்கு எண்ணெய் விடாத தோசையை பரிமாறலாம்.

எந்த ஃப்ரஷ் ஜுஸாக இருந்தாலும் ஒரு சிட்டிகை உப்பு சேர்த்தால் நாள் முழுக்க எனர்ஜிடிக்காக இருக்கலாம்.

7. வீட்டில் பயன்படுத்தும் பொருட்களை பராமரிப்பதும், பாதுகாப்பதும்

கண்ணாடி மங்கலாக இருந்தால் சிறிது சுண்ணாம்பில் நீர் விட்டு நன்றாகக் குழைத்து தடவி சிறிது நேரமானதும் தூய்மையான வெள்ளைத் துணியால் நன்றாகத் துடைத்தால் பளிச்சென்று இருக்கும்.

பாட்டில்களின் கார்க்கை எடுக்க முடியாமல் சிரமப்படும் போது கார்க்கின் மீது சிறிது கிளிசரினைத் தடவினால் வெகு சுலபமாக கார்க்கை எடுத்து விடலாம்.

தோலினால் செய்த சூட்கேஸ் மற்றும் பேக்குகள் மங்கலாகி விட்டால் எலுமிச்சம்பழச்சாற்றை ஒரு துணியில் நனைத்து தேய்த்து துடைத்தால் புதியது போல் காட்சியளிக்கும்.

ஸ்டவ் அடுப்பின் வாஷர் லூசாகிவிட்டால் வாஷரைச் சுற்றி நல்லெண்ணை தடவி மறுபடியும் மாட்டி பயன்படுத்தலாம்.

ஆடியோ மற்றும் வீடியோ கேசட்களை நீண்ட நாட்கள் பயன்படுத்தாமல் இருக்கும்போது அதை அவ்வப்போது சிறிது நேரம் ஓடவிட்டு வைக்க வேண்டும். இல்லையேல் பழுதாகிவிடும்.

கேஸ் லைட்டரை இரும்பு சாமான்கள் மீது வைக்காமல் மர ஸ்டாண்டில் வைத்துப் பயன்படுத்தினால் நீண்ட நாட்கள் உழைக்கும்.

கேஸ் அடுப்பில் உள்ள எண்ணெய் பசையை வினிகரில் நனைத்த துணியால் துடைத்தால் அடுப்பு சுத்தமாகி விடும்.

முகம் பார்க்கும் கண்ணாடியையோ, கார் கண்ணாடியையோ செய்தித்தாளை தண்ணீரில் நனைத்து துடைத்தால் பளிச்சென்று இருக்கும்.

சிறிதளவு அமோனியா கலந்த இளஞ்சூடான நீரில் கேஸ் அடுப்பு பர்னரை 10 நிமிடங்கள் ஊற வைத்து பிரஷ்ஷினால் துளைகளைச் சுத்தம் செய்தால் அழுக்கு சுத்தமாக நீங்கிவிடும்.

பிளாஸ்கின் வாடையை போக்க சோப் தண்ணீரில் கழுவி வெய்யிலில் சிறிது நேரம் வைக்கவும். பிறகு சிறிதளவு சர்க்கரையை போட்டு நன்றாக மூடி வைக்கவும்.

கத்தி, அரிவாள்மனையில் துருபிடித்திருந்தால் ஒரு வெங்காயத்தை அறுத்து தேய்த்தால் துரு போய்விடும்.

எலுமிச்சம் சாறு பிழிந்த தோலை கொண்டு எண்ணெய் பசையுள்ள கேஸ் ஸ்டவ், மேஜை போன்றவற்றை தேய்த்தால் எண்ணெய் பசை போய்விடும்.

வெள்ளிப் பாத்திரங்களை ஊதுபத்தியின் சாம்பலால் துடைத்தால் பளிச்சென்று இருக்கும்.

வீட்டில் ஸ்பேனர், ஆணி போன்றவை வைத்திருக்கும் டூல் பாக்ஸில் ஒன்றிரண்டு சாக்பீஸ் கட்டி அல்லது கரித்துண்டு போட்டு வைத்தால் டூல் பாக்ஸில் இருக்கும் பொருட்கள் துருப்பிடிக்காது.

தோலினால் செய்யப்பட்ட பைகள், பர்ஸ் போன்றவற்றின் மீது மழைக்காலத்தில் காளான் படிந்து விடும். அப்போது தோல் பொருட்களின் மீது வெங்காயச் சாற்றைத் தடவித் துடைத்தால் புதிதாக வாங்கியது போல் பளபளக்கும்.

மிக்கி ஓடாமல் குளறுபடி செய்தால் ஜாரில் உள்ள பிளேடைக் கழற்றி நன்கு சுத்தம் செய்து இரண்டு சொட்டு தேங்காய் எண்ணெய் விட்டு சுவிட்ச் போட்டால் நன்றாக ஓடும்.

ஃபிரிட்ஜை சுவரை ஒட்டி வைக்கக் கூடாது. சுவரில் இருந்து அரை அடி தூரமாவது இடைவெளி விட்டு வைக்க வேண்டும். சுடச்சுட எந்த பொருளையும் ஃபிரிட்ஜில் வைக்கக் கூடாது.

வாஷிங் மெஷினில் கொக்கிகள் உள்ள துணிகளைப் போடும்போது கொக்கிளை மாட்டி விட்டே போடுங்கள். இதனால் வாஷிங் மெஷினில் துணிகள் மாட்டிக் கொள்வது, துளைகளில் சிக்கிக் கொள்வது, கீறல் விழுவது போன்றவை தவிர்க்கப்படும்.

மேஜை, நாற்காலிகளில் சின்னதாக கோடு அல்லது சிறு விரிசல் விழுந்து விட்டால் அதே நிறத்தில் உள்ள கிரேயானை அந்த இடத்தில் தேய்த்தால் கோடு மற்றும் விரிசல் இடம் மறைந்து போய்விடும்.

வீட்டில் மரச்சாமான்களுக்கு அடிக்கும் பெயிண்டை முறத்தில் பூசி காய வைத்தால் நீண்ட நாட்கள் முறம் புதுசு போல இருக்கும். பூச்சிகளும் அரிக்காது.

இரவு வேளையில் மைக்ரோவேவ் அடுப்பை உபயோகித்து விட்டு சூடாக இருப்பதால் கதவை மூடாமல் விட்டு விட்டால் இரவில் பல்லி, கர்ப்பான் போன்றவை அடுப்புக்குள் சென்று தங்கி காலையில் அடுப்பை உபயோகிக்கும் போது உணவில் கலந்து விடும். எனவே இரவில் மறக்காமல் அடுப்பின் கதவை மூடி வைக்க வேண்டும்.

கேஸ் லைட்டரை அடிக்கடி வெயிலில் வைத்து எடுத்தால் சரியாக பற்ற வைக்க உதவும்.

கற்பூரத்தை தேங்காய் எண்ணெயில் கலந்து மரச்சாமான்களின் மீது தடவி வந்தால் மூட்டைப் பூச்சிகள் ஒழிந்துவிடும்.

பூஜை அறையில் சுவாமி படங்களின் பின்னால் பச்சை கற்பூரத்தை அடிக்கடி தூவி வைத்தால் பூச்சி சேராது.

சிலிண்டரின் அடியில் ரப்பர் வளையத்தையோ, பழைய துணியையோ வைத்து நகர்த்தினால் சத்தமும் கேட்காது, தரையும் வீணாகாது.

காந்தத்தையோ காந்தம் உள்ள பொருட்களையோ டி.வி.க்கு அருகில் வைக்கக்கூடாது. இதனால் டி.வி பழுதடையக் கூடும்.

வீட்டில் உபயோகப்படுத்தாத பிளக் பாயிண்ட்களை அப்படியே திறந்த நிலையில் வைக்காமல், டம்மி பிளக்குகளைப் போட்டு வைத்தால் ஷாக் அபாயம் தவிர்க்கப்படும். பூச்சி, தூசி உள்ளே போகாது.

முகம் பார்க்கும் கண்ணாடியின் மீது துணியில் டீத்துள் சக்கையை வைத்து துடைத்தால் அழுக்கு நீங்கி கண்ணாடி பளபளவென்று இருக்கும்.

குக்கரின் கேஸ்கட் தளர்ந்து போய்விட்டால் ஃபிரிட்ஜில் ஒரு நாள் வைத்திருந்து பிறகு போட்டுப் பார்த்தால் சரியாக இருக்கும்.

கேஸ் ஸ்டவ்வின் இரண்டு பர்னர்களின் அடியிலும் உபயோகப் படுத்தாத தட்டை வைத்து விட்டால் ஸ்டவ்விலிருந்து பொங்கி வழியும் பால், பருப்பு போன்றவை அந்த தட்டில் விழுந்து விடும். இதனால் சமையல் மேடை சுத்தமாக இருக்கும்.

மிக்ஸியின் ஜாரில் உள்ள பிளேடு இறுகிக் கொண்டு சுற்ற வில்லை என்றால் பிளேடு மூழ்கும் அளவு வெந்நீர் ஊற்றி சில நிமிடங்கள் கழித்து வெந்நீரை கீழே கொட்டி விட்டு கையால் சுழற்றினால் எளிதாக சுற்றும்.

சீலிங் ஃபேனிலிருந்து வரும் காற்று குறைவாக இருந்தால் அதன்மேல் படிந்துள்ள தூசிகளை துடைத்து விட்டுப்பின் ஃபேனை போட்டால் காற்று அதிகமாக வரும்.

வீட்டிற்கு ஓயரிங் செய்யும்போது எர்த்லீக்கேஜ் சர்க்யூட் பிரேக்கர் (ELCB) பொருத்தி விட்டால் மின் கசிவினால் ஷாக் அடிப்பதைத் தவிர்க்கலாம். அதேபோல் பாத்ரூம் வாட்டர் ஹீட்டர் சுவிட்சம், லைட் சுவிட்சம் ஒரே போர்டில் அடுத்தடுத்து வைப்பதையும் தவிர்ப்பது நல்லது.

கரண்ட் திடீரென்று நின்று போய்விட்டால் உடனே ஃப்ரிட்ஜ், டி.வி.போன்ற மின்சாதனங்களை அணைத்து விட்டு கரண்ட் வந்தவுடன் ஐந்து நிமிடங்கள் கழித்து ஆன் செய்வது மின்சாதனங்கள் விரைவில் பழுதாவதைத் தடுக்கும்.

8. வீட்டுத் தோட்டத்தையும், பூச்செடிகளையும் பராமரிக்க

முருங்கை மரத்திற்கு ஒரு அடி தள்ளி சிறிது பெருங்காயத்தை போட்டு வைத்து அரிசி கழுவிய தண்ணீரை ஊற்றி வந்தால் முருங்கை மரம் நன்றாகக் காய்க்கும்.

வேப்பம் பூ சீசனில் வேப்ப மரத்தடியில் இரவில் துணியை விரித்து கட்டி வைத்தால் சுத்தமான பூக்கள் நிறைய கிடைப்பதோடு பொறுக்கும் நேரமும் மிச்சமாகும்.

வீட்டில் இருக்கும் மரங்களில் இருந்து விழும் இலைகளையும் சருகுகளையும் ஒரு பள்ளம் தோண்டி அதில் கொட்டி வையுங்கள். பள்ளம் நிரம்பிய பிறகு அதன் மீது மண்ணை போட்டு மூடி விடுங்கள். அது மூன்று மாதங்களில் மக்கி சிறந்த இயற்கை உரமாகி விடும். இதை வீட்டில் வளரும் செடிகளுக்குப் போட்டு தண்ணீர் ஊற்றிவந்தால் அவை வேகமாக வளர்ந்து விரைவில் பலன் தரும்.

பூ வைக்கும் ஜாடிக்குள் ஒரு சிட்டிகை உப்பைப் போட்டு வைத்தால் பூக்கள் வாடாது புதுப்பொலிவோடு இருக்கும்.

மல்லிகைக் கொடியின் இலைகளை உருவி விட்டுத் தண்ணீர் ஊற்றி வந்தால் நிறைய மொக்கு வைக்கும். நீண்ட நாட்களுக்கு பூத்து பலன் தரும்.

ரோஜா செடிகளுக்குத் தண்ணீர் ஊற்றும்போது சிறிது உப்பு கலந்து ஊற்றினால் பூக்கள் அதிக வாசனையுடன் இருக்கும்.

தண்ணீர் தொட்டிகளின் உள்ளே சுண்ணாம்பு பூசாமல் சிமெண்ட் பால் அல்லது வெள்ளை பெயிண்ட் அடித்தால் சீக்கிரம் பாசி பிடிக்காது.

காலையில் நீர்த் தொட்டியில் வேப்பிலையைப் போட்டு வைத்து மாலையில் அந்த நீரைப் பூச்செடிகளுக்கு ஊற்றினால் செடிகளில் பூச்சி அரிக்காது, பூக்களும் நன்றாகப் பூக்கும்.

வேப்பம்புண்ணாக்கை பூச்செடிகளுக்கு உரமாக போட்டால் செழிப்புடன் வளரும்.

வாழைப்பழத்தோலை நறுக்கிப் போட்டால் ரோஜாச்செடி நன்றாக செழித்து வளரும். அதிக பூக்களும் பூக்கும்.

முட்டை வேக வைத்த நீரை ஆற வைத்து செடிகளுக்கு ஊற்றினால் செடிகள் நன்கு செழித்து வளரும்.

காய்கறி கழுவிய தண்ணீரை பூச்செடிகளுக்கு ஊற்றினால் அவை நன்கு செழித்து வளரும்.

மீன் மற்றும் மாமிசத்தை கழுவிய தண்ணீரை ரோஜா செடிகளுக்கு ஊற்றினால் பூக்கள் நன்றாகப் பூக்கும்.

துளசி செடியின் பூ பகுதியை கிள்ளி விட்டால் செடி நன்கு அடர்ந்தும் உயர்ந்தும் வளரும். புதிய கிளைகள் நிறைய வந்து செழித்து வளரும் இலைகளும் நிறைய கிடைக்கும்.

காய்கறிச் செடிகளிலிருந்து பூ உதிர்ந்து கொண்டே இருந்தால் ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் இருபது கிராம் பெருங்காயம் கலந்து தெளித்தால் பூ உதிராமல் காய்களாக மாறும்.

துளசிச் செடியின் அடிபாகத்தைச் சுற்றி குங்குமம், மஞ்சள் தடவினால் எறும்புகள் வராது.

பீட்டுட்டின் தோலையும், வேக வைத்த உருளைக்கிழங்கின் தோலையும் உரமாகப் போட்டால் ரோஜாச்செடி நிறைய பூக்கள் பூக்கும்.

அரிசி களைந்த தண்ணீரை செடிகளுக்கு ஊற்றினால் அவை செழித்து வளரும்.

9. வீட்டைப் பராமரிக்க, பாதுகாக்க ...

பூஜை அறையில் இருக்கும் விளக்கில் நெய் உறைந்து போயிருந்தால் ஒரு சிறிய கற்பூரத்தை கொளுத்தி நெய்யின்மேல் போட்டு விட்டால் நெய் உருகி குத்துவிளக்கின் திரிகள் பிரகாசமாக எரியத் துவங்கி விடும்.

போரிக் பவுடரையும் கோதுமை மாவையும் சம அளவில் கலந்து நீரில் கரைத்து கொதிக்க வைத்து இறக்கி சிறுசிறு உருண்டைகளாக்கி காயவைத்து கரப்பான் பூச்சி இருக்கும் இடங்களில் வைத்து விட்டால் கரப்பான் தொல்லை இருக்காது.

வசம்பை பொடி செய்து தண்ணீரில் உப்புடன் சேர்த்துக் கரைத்து ஈ மொய்க்கும் இடங்களில் தெளித்தால் ஈக்கள் தொல்லை இருக்காது.

விசேஷ நாட்களில் வீடுகளில் மாவிலை, தோரணம் கட்ட ஆணி அடிப்பதற்குப் பதிலாக ஸ்டிக்கர் கொக்கிகளை வாசற்படியின் இருபுறமும் ஒட்டி வைத்தால் பூமாலை, மாவிலை தோரணம் கட்ட சௌகரியமாக இருக்கும். ஆணி அடித்த ஓட்டையில் பூச்சி அடையும் தொல்லையும் இருக்காது.

எண்ணெய் சிந்திவிட்டால் அந்த இடத்தில் கோதுமை தவிட்டையோ மாவையோ தூவி சிறிது நேரம் கழித்து ஈரத்துணியால் துடைத்தால் எண்ணெய் பிசுபிசுப்பு போய்விடும்.

ஜன்னல் மற்றும் கதவுகளில் உள்ள தூசியை ஈரத்துணியால் துடைத்தால் தூசி பறக்காமலும், தூசி அலர்ஜி ஏற்படாமலும் இருக்கும்.

வாஷ்பேசின் மற்றும் சிங்க்கில் வரும் வாடையைப் போக்க நேப்தலின் உருண்டைகளைப் போட்டு வைக்கலாம்.

கரப்பான் பூச்சி நடமாடும் இடங்களில் மஞ்சள் தூளை மண்ணெண்ணெயில் கலந்து தெளிந்தால் கரப்பான் பூச்சி வராது.

வீட்டில் உள்ள சிலந்தி வலையை சுத்தம் செய்தபின் துணியில் மண்ணெண்ணெயை நனைத்து அந்த பகுதியில் தேய்த்து விட்டால் மீண்டும் சிலந்தி வலை உருவாகாது.

கருவேப்பிலையை நீரில் போட்டுக் கொதிக்க வைத்து அந்த நீரைத் தெளித்தால் ஈ எறும்புகள் வராது.

எறும்பு பவுடர் போடும் போது அதை மண்ணெண்ணெயில் குழைத்து எறும்பு வரும் இடங்களில் பூசி விட்டால் எறும்பும் வராது. பவுடரும் காற்றில் பரவாது.

ஒரு வெங்காயத்தைப் பாதியாக நறுக்கி ஒரு டம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு கொதிக்க வைத்து பின்னர் அதில் கொஞ்சம் ஷாம்பு அல்லது வாஷிங்பவுடர் கலந்து ஸ்பாஞ்சில் நனைத்து பத்து நிமிடம் ஊற வைத்த பிறகு கதவுகள், ஜன்னல்களைத் துடைத்தால் பளிச்சென்று இருக்கும்.

உப்பை நீரில் போட்டுக் கரைத்து வீட்டைத் துடைத்தால் விஷக் கிருமிகள் வராது. சிறந்த வாஸ்து பரிகாரமும் ஆகும்.

சமையலறையில் கரப்பான் பூச்சி தொல்லை இருந்தால் சிறிது சுண்ணாம்புத்தூளுடன் மிளகாய் பொடி கலந்து தூவி வைத்தால் கரப்பான் பூச்சிகள் வராது.

வீட்டின் வெளிச்சுவரில் சுண்ணாம்பு அடித்தால் வெயிலின் தாக்கம் உள்ளே அதிகம் இருக்காது.

டைனிங் டேபிளைத் துடைக்கும் போது துடைக்கும் துணியில் சிறிது உப்போ, கற்பூரமோ வைத்துத் துடைத்தால் ஈ, பூச்சிகள் டேபிளில் எளிதில் உட்காராது.

வீட்டின் ஹால் மற்றும் படுக்கை அறைகளில் உள்ள பர்னிச்சர், டேபிள் கிளாத், ஸ்கீரின் போன்றவற்றை மூன்று மாதங்களுக்கு ஒரு முறை இடம் மாற்றினால் புது வீட்டிற்கு வந்தது போன்ற ஒரு புத்துணர்ச்சி கிடைக்கும்.

ஒட்டடைக் குச்சியில் ஒரு பழைய துணியை நன்கு சுற்றிக் கட்டி ஒட்டடை அடிக்க, சுத்தமாக ஒட்டடை அடிக்கலாம்.

எறும்புகள் உள்ள இடங்களில் கற்பூரத்தைப் பொடித்து தூவினாலோ அல்லது புகையிலை ஊற வைத்த நீரைத் தெளித்தாலோ எறும்புகள் ஒடிவிடும்.

கறையான் உள்ள இடங்களில் பெருங்காயம் கரைத்த நீரைத் தெளித்தால் அவை போய் விடும்.

சமையல் அறையை தண்ணீரில் வினிகர் கலந்து சுத்தம் செய்தால் எறும்புகள் வரவே வராது.

புதினா இலைகளை கசக்கி தண்ணீரில் போட்டு வீட்டை துடைத்தால் புதினா வாசனைக்கு ஈக்கள் வராது.

சமையல் அறையில் இருட்டும், ஈரமும் இல்லாமல் பார்த்துக் கொண்டாலே பூச்சிகள் வராமல் பார்த்துக் கொள்ளலாம்.

புதிதாக வீடு கட்டும் போது கரையான் வராமல் இருக்க பேஸ்மெண்ட்டில் கரையான் ஒழிப்பு மருந்து அடித்து விட வேண்டும். குடிவந்தபின் கரையானுக்காக வீடு முழுவதும் துளையிட்டு மருந்து அடிப்பது இரட்டை வேலை மட்டுமல்ல, செலவும் இரு மடங்கு.

கதவு, ஜன்னல் ஆகியவற்றின் சுண்ணாடிகளை துடைக்க லிக்யூட் இல்லாதபோது சிறிது கடலை மாவை நீரில் கரைத்து

கண்ணாடிகளின் மீது தடவி, உலர்ந்த துணியால் அழுந்தத் துடைத்தால் கண்ணாடி பளிச்சென்று இருக்கும்.

காலியான டூத் பேஸ்ட் டியூப்களை இரண்டாகக் கத்தரித்து ஒரு பாக்கெட் தண்ணீரில் போட்டு வைத்து அந்த தண்ணீரில் கண்ணாடிகள், ஜன்னல்கள், மேஜைகள், சைக்கிள், ஸ்கூட்டர், இவற்றைத் துடைத்தால் பளிச்சென்று இருக்கும்.

வீட்டுச் சுவரில் சிறிய விரிசல் தென்பட்டால் ஒயிட் சிமெண்ட்டுடன் சிறிதளவு பேக்கிங் சோடாவைக் கலந்து கரைசலாக்கி விரிசலில் ஊற்றினால் விரிசலே தெரியாமல் மறைந்து விடும்.

ஆணி ஆடிக்கும் போது ஆணியின் நுனியில் சிறிதளவு தேங்காய் எண்ணெய் தடவினால் சுவரில் எளிதாக ஆணி இறங்கும்.

தரையைத் துடைக்கும் போது வாரத்திற்கு ஒரு நாள் தண்ணீரில் உப்பு போட்டும், மற்றொரு நாள் மண்ணெண்ணை சில துளிகள் சேர்த்துத் துடைத்தால் தரை பளபளவென்றும் கிருமிகள் இல்லாமலும் விளங்கும்.

10. குழந்தை வளர்ப்பும், பாதுகாப்பும்

குழந்தைகள் பகலில் தூங்கும்போது ஈக்கள் தொல்லை அதிகமாக இருந்தால் படுக்கையைச் சுற்றி ஐந்தாறு புதினா இலைகளைக் கசக்கிப் போட்டால் ஈக்கள் தொல்லை இருக்காது.

குழந்தைகளுக்கு வாங்கிய புதிய ஆடைகளை டெட்டால் கலந்த தண்ணீரில் நனைத்துக் காய வைத்தபின் உபயோகிக்கவும். ஏனெனில் பலபேரின் கை பட்டிருப்பதால் அலர்ஜி வர வாய்ப்பு உண்டு.

குழந்தைகளை வெளியில் நடந்து அழைத்துச் செல்லும் போது சாலையின் வலது பக்கமானால் குழந்தைகளை வலது கையிலும், இடது பக்கமானால் இடது கையிலும் குழந்தைகளை பிடித்து அழைத்துச் செல்ல வேண்டும். அப்போதுதான்

குழந்தைகள் நம் கையை உதறிவிட்டுப் போனாலும் உடனே ரோட்டில் போக முடியாது. அதோடு குழந்தைகள் நம்முடைய கையைப் பிடித்துக் கொள்வதற்குப் பதிலாக நாம் அவர்களுடைய கையைப் பிடித்திருக்க வேண்டும்.

வெளியூர் பயணங்கள் செல்லும்போது பால்குடிக்கும் குழந்தைகள் இருந்தால் ஃபீடிங் பாட்டில் ரப்பர் ஒன்று எக்ஸ்ட்ராவாக எடுத்துச் செல்ல வேண்டும். தவறிப் போய் கீழே விழுந்தாலோ, தொலைந்து போனாலோ கை கொடுக்கும்.

குழந்தைகளுக்கு பாலில் சர்க்கரைக்குப் பதிலாக தேன் கலந்து கொடுத்தால் அதிக வலிமை கிடைக்கும்.

பள்ளி செல்லும் குழந்தைகளின் ஷூக்களை அவ்வப்போது கவனிக்க வேண்டும். கால் விரல்களோ, விரல் நகங்களோ வளர தடையாக உள்ளதா என்றும், அதனுள் ஆணியோ குண்டுசியோ உள்ளதா என்றும் அத்துடன் குறிப்பாக ஏதேனும் பூச்சிகள் உள்ளனவா என்று தினமும் பரிசோதித்த பிறகே குழந்தைகளுக்கு அணிவிக்க வேண்டும்.

எப்போதுமே குழந்தைகளின் ஸ்கூல் பேக்கில் ஒரு பாலிதீன் பையை மடித்து வையுங்கள், திடீரென மழை பெய்தாலோ அதிக புத்தகங்கள், நோட்டுகள் பையில் வைக்க இடமில்லாமல் போனால் பாலிதீன் பை ரொம்பவே உதவும்.

குழந்தைகளுக்கான சோப்புகளை மெல்லிய பிளாஸ்டிக் வலைத்துணியால் சுற்றிக் கொடுத்தால் அடிக்கடி கையிலிருந்து வழக்கி விழுவதை தவிர்ப்பதோடு தனியாக ஸ்க்ரப்பரும் தேவைப்படாது.

ஞாபக சக்தி பெருக வல்லாரைப்பொடி, வசம்பு இரண்டையும் தேனில் குழைத்து சாப்பிட கொடுத்து வரலாம்.

11. இதர உபயோகமான குறிப்புகள்

வேப்பம்பூவை வெயிலில் காய வைத்து பொடி செய்து நான்கு சிட்டிகை வெந்நீரில் கலந்து குடித்தால், பித்தம் அஜீரணத்தால் ஏற்பட்ட வாந்தி நிற்கும். வயிற்றுக் கோளாறு மற்றும் வாய்வு கோளாறு நீங்கும்.

வேப்பம் பூவை சுத்தம் செய்து தேனில் ஊற வைத்து குல்கந்து போலச் செய்து தினசரி படுக்க போகும் முன் ஒரு ஸ்பூன் அளவு சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் பலம் பெரும்.

கொதிக்க வைத்து ஆறிய தண்ணீரை மீண்டும் கொதிக்க வைத்துக் குடிப்பது விஷத்துக்குச் சமமாகும்.

போட்டோக்கள் ஒன்றோடொன்று ஒட்டிக்கொண்டு விட்டால் ஹேர்டிரையரை முழு வேகத்தில் வைத்து போட்டாக்களின் அருகே காண்பித்தால் எளிதில் பிரிந்து வரும்.

வெயிலில் களைத்து வருபவர்களுக்கு குளிர்ந்த நீருடன் கூடவே வெல்லமும் கொடுத்தால் வெயிலில் வந்ததால் இழந்த எனர்ஜி மீண்டும் கிடைக்கும்.

பாட்புத்தகங்களுக்கு லேபிள் ஒட்டும்போது ஸ்கூல் பேக், வாட்டர் பேக், பென்சில் பாக்ஸ் போன்றவற்றுக்கும் லேபிளில் பெயர் எழுதி ஒட்டி விட்டால் பொருள் மாறிப் போகாது.

பாட்டிலில் உள்ள சாந்து, முககிரீம் கெட்டியாகிவிட்டால் சிறிது கிளிசரினை விட்டால் அவை எளிதில் இளகி விடும்.

புதிதாக வாங்கிய செருப்பு கடித்தால் செருப்பின் உள்பாகத்தில் தேங்காய் எண்ணெய் தடவியோ, மெழுவர்த்தியை தேய்த்தபின் பயன்படுத்தினால் செருப்பு கடிக்காது. கால்மணி நேரம் தண்ணீரில் ஊற வைத்து பயன்படுத்தினாலும் கடிக்காது.

வாழை இலையைத் தண்ணீர் தெளித்து சுத்தம் செய்யும் போது இலையில் கோடுகள் இருக்கும் திசையிலேயே சுத்தம் செய்தால் இலை கிழியாது.

கேமரா, டிரான்சிஸ்டருக்கு பேட்டரி வாங்கும்போது ஒவ்வொரு முறையும் பிராண்ட் மாற்றி வாங்கினால் உபயோகித்தது எது புதியது எது என்று எளிதில் கண்டு கொள்ளலாம்.

குளியல் சோப்பு சிறியதாகி விட்டால் அதை நீரில் நனைத்து புதிய சோப்புடன் ஒட்டி பயன்படுத்தலாம். கர்சிப் போன்ற சிறிய துணிகளை துவைக்கப் பயன்படுத்தினால் வாசனையாக இருக்கும். பொடியாக செய்து வாஷிங் பவுடருடன் கலந்து பயன்படுத்தினால் துணிகள் வாசனையாக இருக்கும்.

பூ ஜாடிகளில் வைக்கும் பிளாஸ்டிக் பூக்களில் அழுக்கு படிந்து விட்டால் ஒரு பாலிதீன் கவரில் தண்ணீரை ஊற்றி அதில் உப்பைப் போட்டு பூக்களையும் சேர்த்து நன்றாகக் குலுக்கினால் அழுக்கு போய் விடும்.

பூண்டு மற்றும் மீன் சமைக்கும் போது வரும் வாடையைத் தடுக்க அடுப்பின் அருகில் சிறிய பாத்திரத்தில் வினிகர் கலந்த தண்ணீரை வைத்தால் வாடை வராது.

தேங்காய் எண்ணெயில் சிறிது கல் உப்பைப் போட்டு வைத்தால் நீண்ட நாட்கள் கெடாமல் இருக்கும்.

பிஸ்கட் வைக்கும் டிஸ்களில் கொஞ்சம் சர்க்கரையைத் தூவி வைத்தால் பிஸ்கட் நமத்துப் போகாது. டிஸ்கின் உட்புறம் பிளாஸ்டிக் பேப்பரையும் ஒட்டி வைக்கலாம்.

மார்க்கெட் போகும்போது நிறைய பிளாஸ்டிக் கவர்களை எடுத்துச் சென்றால் காய்களை அந்த கவர்களிலேயே பிரித்து வாங்கி வரலாம். வீட்டுக்கு வந்து எல்லாவற்றையும் கொட்டி தனித்தனியாக பொறுக்கி எடுத்து வைக்க வேண்டிய அவசியம் இராது.

புதிய எவர்சில்வர் பாத்திரங்களின் ஸ்டிக்கரை எடுத்த பின்னும் பசையாக இருந்தால் பாத்திரத்தை சிறிது நேரம் அடுப்பில் காட்டினால் ஸ்டிக்கரோடு சேர்ந்து வந்துவிடும்.

சாப்பிடும்போது மிளகாயை கடித்து காரத்தால் துடிக்கும் சமயத்தில் தேனை எடுத்து நாக்கு, உதடு முதலிய இடங்களில் தடவி

அப்படியே சில விநாடிகள் வைத்திருந்தால் காரம் உடனடியாகக் குறைந்து விடும்.

உணவில் வாழைத்தண்டை அடிக்கடி சேர்த்துக் கொண்டால் உடலுக்கு மிகவும் நல்லது. சிறுநீர் நன்கு பிரியும். பூண்டை சேர்த்து வந்தால் ரத்த அழுத்தம் குறையும்.

அகல் விளக்கில் ஒரு திரியைப் போட்டு அதில் மெழுவர்த்தியைப் பொருத்தி வைத்தால் உருகிய மெழுகு அந்த விளக்கில் விழுந்து மீண்டும் அகல் விளக்கின் மெழுகை எரிய விடலாம்.

கண்ணாடி பாட்டிலின் வாய்ப்பக்கம் கத்திரிக்கோலின் முனை மற்றும் கத்தியைத் தேய்த்தால் அவை கூராகி விடும்.

பூண்டு, வெங்காயம் சாப்பிட்ட பிறகு அதன் வாசனை வராமலிருக்க ஒரு துண்டு வெல்லம் சாப்பிட்டால் வாடை இருக்காது.

வாழை இலையை வெந்நீரில் நனைத்து எடுத்து சாப்பாடு கட்டினால் இலையும் கிழியாது. உணவும் கெடாது.

சிறிய கிண்ணங்களில் வெங்காயத்தை முளைக்க விட்டு பல்லி தொல்லை உள்ள இடங்களில் வைத்தால் பல்லிகள் வராது.

மழைக்காலத்தில் ஒரு பிளாஸ்டிக் பக்கெட்டை வாசல் கதவருகில் வைத்து விட்டால் குடையிலிருந்து ஒழுகும் தண்ணீர் வீடு முழுவதும் பரவாது. வெளியில் வைப்பதால் குடை காணாமல் போகும் பிரச்சனையும் இருக்காது.

மாலையில் சுவாமிக்கு தீபம் ஏற்றுவதற்கு ஒரு மணி நேரம் முன்பே ஒரு கிண்ணத்தில் சிறிதளவு எண்ணெய் ஊற்றி தேவையான திரிகளைப் போட்டு ஊற வைத்து பின்னர் திரிகளை வழக்கம்போல் விளக்கில் போட்டு தீபம் ஏற்றினால் விளக்கு நன்றாக நின்று எரியும்.

பல்லி தொல்லை உள்ள இடங்களில் கரையான் மருந்துடன் மண்ணெண்ணை கலந்து ஸ்பிரே செய்தால் பல்லி தொல்லையும், கரையான் தொல்லையும் போய்விடும்.

வீட்டிலுள்ள ஈ, கொசு தொல்லை இருந்தால் சிறிதளவு தண்ணீரில் சமையல் சோடாவோ அல்லது கல் உப்போ கரைத்து தெளிந்தால் ஈ மற்றும் கொசு அண்டவே அண்டாது.

புதுசோப்பை பிரித்தவுடன் அந்த கவரை படுக்கைக்கு அடியிலோ, தலையணை அடியிலோ அல்லது பீரோவிலோ வைத்தால் கரப்பான், எறும்பு வராமல் இருக்கும்.

மின்சாரம் தடைப்பட்ட நேரத்தில் மெழுகுவர்த்தியையோ, சிம்னி விளக்கையோ முகம் பார்க்கும் கண்ணாடி முன் வைத்தால் அறையில் அதிக வெளிச்சம் கிடைக்கும்.

மெழுகுவர்த்தியை ஃபிரிட்ஜில் வைத்திருந்து பயன்படுத்தினால் கூடுதல் நேரம் எரியும்.

மல்லிகை பூவின் மீது தண்ணீர் தெளித்து ஒரு வாய்கன்ற பாத்திரத்தில் போட்டு மூடி வைத்து விட்டால் காலையில் செடியில் பூத்தது போல வெண்மையாக இருப்பதோடு சீக்கிரமாக வாடாது.

எப்போதும் குத்து விளக்கில் திரிகளைப்போட்டு எண்ணெய் ஊற்றி வைத்து விட்டால் திடீரென்று மின்சாரம் நின்று போய்விட்டால் மெழுவர்த்தியைத் தேட வேண்டிய அவசியம் எழாது. மேலும் மெழுகுவர்த்தியை விட குத்துவிளக்கு பிரகாசமான வெளிச்சம் தரும்.

குளியல் சோப்பில் மீதியாகிவிடுகிற சின்னசின்ன சோப்பு துண்டுகளை வெந்நீரில் போட்டு கரைந்ததும், சுத்தமான பாட்டிலில் ஊற்றி வைத்துக் கொண்டால் 'லிக்விட்' சோப் ரெடி.

எறும்புகள் அதிகமாக உள்ள இடத்தில் சிறிது மஞ்சள் பொடியைத் தூவினால் எறும்புகள் இருந்த இடம் தெரியாமல் போய்விடும்.

பூட்ஸ் மற்றும் செருப்புகளுக்கு பாலிஷ் போடும்போது பாலிஷ் பேஸ்டோடு சிறிதளவு எலுமிச்சம் சாறையும் சேர்த்து பாலிஷ் போட்டால் மேலும் பளபளப்பாக இருக்கும்.

டால்டா, மற்றும் நெய் உள்ள பிளாஸ்டிக் கவரை வெந்நீரில் சிறிது நேரம் போட்டு வைத்து எடுத்து கவரை கத்தரித்து ஊற்றினால் உள்ளே இருக்கும் டால்டா, நெய் முழுமையாக வந்துவிடும்.

தென்னை மரத்திலிருந்து அவ்வப்போது கீழே விழும் கீற்றுகளை வீட்டின் மொட்டை மாடியில் பரப்பி வைத்தால் கீழ்தளம் குளிர்ச்சியாக இருக்கும்.

கோயிலில் தேங்காய் தட்டு மாறாமல் இருப்பதற்கு அதை மஞ்சள் பையில் போட்டு அர்ச்சகரிடம் கொடுத்து வாங்கினால் அர்ச்சனை சாமான்கள் மாறாமல் இருக்கும்.

தீக்குச்சியை பற்ற வைக்க தீப்பெட்டியின் ஒரு முனையைப் பயன்படுத்தினால் தீப்பெட்டியில் உள்ள மருந்து தீப்பெட்டியில் உள்ள குச்சுகள் தீரும் வரை வரும்.

குண்டுசி, ஆணி, கிளிப் போன்றவற்றை நீண்ட நாட்கள் பயன்படுத்தாமல் டப்பாவில் போட்டு வைத்திருந்தால் துரு பிடித்து விடுவதைத் தடுக்க முகப் பவுடரை சிறிதளவு தூவி வைத்தால் துரு பிடிக்காது.

மெழுவாத்தியை ஏற்றுவதற்கு முன் சுமார் 3 மணி நேரம் ஃபிரிட்ஜில் வைத்திருந்து எடுத்து ஏற்றி வைத்தால் மெழுகு உருகி பக்கவாட்டில் வழியாமல் இருக்கும்.

விளக்கின் திரியிலிருந்து எண்ணெய் வடியாமல் இருக்க பழைய ஓட்டைக் காலணாவையோ, வாஸரையோ திரிக்குள் வைத்து விளக்கை ஏற்றினால் விளக்கு நன்கு நின்று எரியும். எண்ணெயும் கீழே சொட்டாது.

கண்ணாடி டம்ளர்கள் ஒன்றுக்குள் ஒன்று போடப்பட்டு எடுக்க முடியாமல் சிரமப்படுத்தும் போது அதை ஃபிரிட்ஜில் சிறிது நேரம் வைத்து விட்டு எடுத்தால் சுலபமாக தனித்தனியே எடுக்க முடியும்.

நீல நிற ஜீரோ வாட்ஸ் பல்பை இரவில் எரிய விட்டால் கொசுக்கள் வராது.

மாவிலையை சிறிது நேரம் தண்ணீரில் போட்டு வைத்து பிறகு தோரணம் கட்டினால் இலை கிழியாமல் துளை போடலாம்.

நைலான் கயிறு வாங்கியவுடன் சிறிது சோப்பு நீரில் நனைத்து பின் நன்கு சூடாக்கிப் பயன்படுத்தினால் நைலான் கயிறு நீண்ட நாட்கள் உழைக்கும்.

வீட்டின் ஹாலில் ஒரு கிண்ணத்தில் தண்ணீர் ஊற்றி அதில் உப்பைப் போட்டு வைத்தால் கண் திருஷ்டி, குரோத குணம் உள்ளவர்களின் பார்வை இவற்றிலிருந்து தப்பிக்கலாம்.

இரும்புக் கட்டிலில் முதலில் அதற்கு அளவான கோரைப்பாய் போட்டு அதன் மேல் மெத்தையை போட்டால் மெத்தை பாழாகாது.

கார்த்திகையில் அகல் விளக்கு ஏற்றும்போது விளக்குகளின் அடியில் சிறிய பேப்பர் தட்டுகளை வைத்து விளக்கை ஏற்றினால் எண்ணெய் கறையை தவிர்ப்பதோடு பார்க்கவும் அழகாக இருக்கும்.

கருவுற்ற பெண்களும், உடல் பலகீனமானவர்களும் நின்று கொண்டே சமைக்கக் கூடாது.

ஷு பாலிஷ் காய்ந்து விட்டால் இரண்டு துளி பெட்ரோல் விட்டு தேய்த்தால் காலணிகள் பளிச்சிடும்.

குளிர் காலத்தில் தேங்காய் எண்ணெய் உறைந்து விடும். சில சொட்டு விளக்கெண்ணெயைக் கலந்து வைத்தால் தேங்காய் எண்ணெய் உறையாது. சீக்கிரம் கெடவும் செய்யாது.

ஊசியில் நூல் கோர்க்கக் கஷ்டமாக இருந்தால் நூல் நுனியைச் சோப்பு அல்லது மெழுகுவர்த்தியில் வைத்து அழுத்தி விட்டுக் கோர்த்தால் சுலபமாகக் கோர்த்து விடலாம்.

வேப்ப எண்ணெயால் விளக்கெரித்தால் கொசு ஓடி விடும். புழு, பூச்சிகள் எதுவும் அண்டாது.

சர்க்கரையில் நான்கைந்து கிராம்புகளைப் போட்டு வைத்தால் எறும்புகள் வராது.

ஹாட் வாட்டர் பையில் சுடு தண்ணீர் ஊற்றும் போது ஒரு ஸ்பூன் அளவு உப்பு கலந்தால் சூடு நிறைய நேரம் இருக்கும்.

நைலான் பொருட்களை வெட்டுவதற்கு முன்பாகக் கத்திரிக்கோலைச் சிறிது சூடுபடுத்தி வெட்டினால் பிளவுபடாமல் நைலானை எளிதாக வெட்டலாம்.

மழைக்காலங்களில் தபால்களை எழுதுவதற்கு இங்கு பேனாவைக் தவிர்த்து பால் பாயிண்ட் பேனாவால் எழுதினால் மழைநீரால் முகவரி அழியாமல் இருக்கும்.

ஃப்ளோரசன்ட் பெயிண்டை வீட்டிலுள்ள முக்கியமான லைட் சுவிட்களில் அழகாக வட்டமாகவோ, சதுரமாகவோ தடவி வைத்தால் வெளியே சென்று விட்டு வீட்டில் நுழையும் போது இருட்டில் சுலபமாக சுவிட்சை போடலாம்.

நம்மிடம் இருக்கும் கிரெட்டி கார்டு, டெபிட் கார்டு, பான்கார்டு, ரேஷன் கார்டு, மின்வாரிய அட்டை ஆகியவற்றை ஜெராக்ஸ் எடுத்து பத்திரமாக தனி பைலில் வைத்துக்கொண்டால் ஏதேனும் தொலைந்து போய்விட்டால் இந்த ஜெராக்ஸ் காப்பி உதவும்.

வீட்டு டெலிபோனின் எக்ஸ்டென்ஷன் சமையலறையில் இருந்தால் நல்லது. சமையல் செய்யும் போது போன் அடித்தால் ஹாலில் வந்து பேசும்போது கேஸும் வீணாகாது, பொருளும் வீணாகாது.

அவசரத்துக்கு தேடும்போது சாவிக் கொத்தில் இருக்கும் சாவிகளில் எந்த ரூமுக்கு எந்த சாவி என்று தடுமாறுவதைத் தவிர்க்க ஒவ்வொரு சாவியிலும் நெயில் பாலிஷ் அல்லது பெயிண்ட்டால் ஒவ்வொரு கலர் அடையாளம் வைத்து விட்டால் தடுமாற வேண்டாம்.

ஷீக்கள் அல்லது தோல் செருப்புகள் மழையில் நனைந்து விட்டால், பேப்பரில் மடித்து வைத்தால் அவை சீக்கிரம் உலர்ந்து விடும்.

செருப்புகளின் மேல் உள்ள பட்டைகள் மிகவும் அழுக்கடைந்து இருந்தால் இரவில் டிரூசர் தடவி வைத்து காலையில் துணியால் அழுத்தித் தேய்க்க அழுக்கு நீங்கி புதிய செருப்பு போல் தோன்றும்.

புத்தக அலமாரிகளில் கற்பூரத்தைப் பொடித்துத் தூவி அதன் மேல் பேப்பரை விரித்து பின்னர் புத்தகங்களை அடுக்கினால் பூச்சிகள் வராது.

ஹெல்மெட்டை தலையில் அணிவதற்கு முன் அதைத் தட்டிவிட்டு அதன் உள்ளேயுள்ள ரப்பர் மற்றும் ஸ்பான்சு மடிப்புகளை ஒரு முறை பார்த்து விட்டு பின்பு தலையில் அணிந்து கொள்ளுங்கள். ஏனென்றால் மடிப்புகளில் பூச்சிகள் இருக்கலாம்.

எந்த ஒரு வேலையாக அரசாங்க அலுவலகங்களுக்குச் செல்வதாக இருந்தால் கையோடு வெள்ளைப் பேப்பர்கள், குண்டுசி, பென்சில், ஸ்டேப்ளர், கம், ரெவின்யூ ஸ்டாம்ப், கோர்ட் பீஸ் ஸ்டாம்பு எடுத்துச் சென்று விட்டால் அவசர நேரத்தில் கடைக்கு அலையும் வேலை மிச்சமாகும்.

நாம் பணம் செலுத்தக்கூடிய பேங்க், கரண்ட் பில், வீட்டு வரி, தண்ணீர் வரி, ரெயில் டிக்கட் எடுத்தல் போன்ற வேலைகளுக்கு பணம் கொண்டு போகும்போது கூடுதலாக சிறிது பணமும் சில்லரையும் கொண்டு சென்றால் கிழிந்த நோட்டுகள், செல்லாத நோட்டுகள், சில்லரை இல்லை என்று திரும்பி வராமல் நமது வேலை முடிந்து விடும். வீண் அலைச்சல் இருக்காது.

காலை, மாலை சுவாமிக்கு விளக்கு ஏற்றி பூஜை செய்யும்போது டி.வி.யை நிறுத்தி விட்டால் அலறல், அழுகை மற்றும் வேண்டாத வார்த்தைகளைத் தவிர்க்கலாம்.

மண் பாத்திரம் புதிதாக வாங்கினால் அதில் சிறிது எண்ணெய் தடவி அடுப்பில் சற்று சூடேற்றி பின்பு தேய்த்துக் கழுவ மண்வாசம் வராது. விரிசலும் விடாது.

வெயில் காலத்தில் ஈரத்துணிகளை வீட்டின் உட்புறத்திலேயே கொடிகட்டி உலர்த்தினால் வீடு ஜிலுஜிலுவென்று இருப்பதுடன் துணியும் வெளுத்துப் போகாது.

எந்த ஒரு விண்ணப்பத்துடன் போட்டோவை இணைத்து அனுப்பும்போது மறக்காமல் பின்புறம் பெயர் மற்றும் விண்ணப்பத்தின் நம்பரை எழுதி விட்டால், போட்டோ தனியாக வந்துவிட்டாலும் மீண்டும் விண்ணப்பத்துடன் இணைக்க உதவியாக இருக்கும்.

நெயில் பாலீஷ், கோந்து, குவிக் ஃபிக்ஸ் போன்றவற்றை பயன்படுத்திய பின் பாட்டிலின் விளிம்பில் வாசலினைத் தடவிவிட்டு மூடி வைத்தால் பின்னர் திறப்பதற்கு சுலபமாக இருக்கும்.

எறும்புகளின் படையெடுப்பைத் தடுக்க சமையலறையில் எறும்புப் பவுடர் தூவுவது சில சமயம் விபரீதமாகிவிடும். மஞ்சள்தூளுடன் பொடி உப்பைக் கலந்து தூவுவதே பாதுகாப்பானது.

சோப்பு வைக்கும் டப்பாவில் ஃபோம்ரப்பர் துண்டு ஒன்றை வைத்துவிட்டால் சோப்பிலுள்ள ஈரம் உறிஞ்சப்பட்டு சோப்பு வீணாகக் கரையாமல் இருக்கும்.

இன்கூரன்ஸ் பிரிமியம், கரண்ட் பில் ஆகியவற்றைச் செலுத்த கடைசி நாள் வரை காத்திராமல் முன்பாகவே கட்டி விட்டால் கியூவில் காத்திருக்கும் நேரம் மிச்சமாகும்.

மெழுகுவர்த்தியில் ஒரு சொட்டு எண்ணெய் விட்டால் மெழுகுவர்த்தி பிரகாசமாக எரியும்.

ஊசியில் நூல் கோர்த்து உபயோகப்படுத்திய பின் மீதி நூலை அப்படியே ஊசியில் வைத்திருந்தால் மீண்டும் கோர்க்கும் சிரமம் குறையும்.

தரையில் பிளாஸ்டிக் கவரோ பால் கவரோ கிடந்தால் அலட்சியப்படுத்தாமல் உடனே அகற்றி விட்டால் அதன் மீது தவறி கால் வைக்கும் போது வழக்கி கீழே விழுந்து விடாமல் தப்பிக்கலாம்.

முதல்நாள் மாலையில் வாங்கிய பூ வாடாமல் இருக்க ஃபிரிட்ஜில் வைத்தால் மற்ற உணவுகளிலும் பூ வாசனை வீசும். எனவே பூக்களின் மேல் லேசாக நீர் தெளித்து அதை சிறிய பாத்திரத்தில் போட்டு மூடி அந்த பாத்திரத்தை நீருள்ள வேறொரு பாத்திரத்திற்குள் வைத்து விட்டால் மறுநாள் அப்போதுதான் பறித்தது போல் இருக்கும். பால் குக்கரின் துளை வழியே முழுவதும் தண்ணீர் நிரப்பி பால் குக்கரின் உள்ளேயும் பூவை வைக்கலாம்.

பால்பாயிண்ட் பேனாவில் எழுதும்போது எழுத வரவில்லையென்றால் கண்ணாடியின் மீது எழுதிப் பார்த்தால் மீண்டும் தொடர்ந்து எழுத வரும்.

ஒரு பத்திரத்திலோ அல்லது முக்கியமான டாக்குமெண்டுகளில் கையெழுத்துப் போடுவதற்கு முன்பு பால்பாயிண்ட் பேனா சரியாக எழுதுகிறதா என்று சரிபார்த்துவிட்டு கையெழுத்து போடவும்.

சுவாமி படங்களுக்கு பூ வைக்கும் முன் உப்பு கலந்த நீரில் பூவை நனைத்து உதறிய பின் வைத்தால் பூவிற்கு எறும்புகள் வராததோடு பூக்கள் மாலை வரை வாடாமல் புதியது போல் இருக்கும்.

விருந்தாளிகளுக்கு உபசரிப்பதற்காக ஒரு தட்டில் நாலைந்து ஜூஸ் டம்ளர்களை அல்லது தண்ணீர் டம்ளர்களை வைத்து எடுத்துச் செல்லும் போது ஒவ்வொரு டம்ளரிலும் ஒரு ஸ்பூன் போட்டு எடுத்துச் சென்றால் தளும்பாது.

துவைத்த துணிகளை காய வைப்பதற்கு முன் துணி உலர்த்தும் கொடியை ஒரு ஈரத்துணியால் நன்கு துடைத்த பின் காய வைத்தால் கொடியில் உள்ள தூசி, துரு துணிகளில் படியாது.

கடிதங்களை எழுதி கவரில் போட்டு பசை போட்டு ஒட்டிய பிறகு ஏதேனும் பேப்பர் சேர்க்க விடுபட்டிருந்தால் ஒட்டிய பாகத்தை கொதிக்கும் தண்ணீரின் ஆவியில் சில விநாடிகள் காட்டி, பிறகு மெதுவாகப் பிரித்தால் பிரிந்துவிடும்.

ஃபிளாஸ்க்கில் காபி, டீயை ஊற்றும் முன் சூடான தண்ணீரை விட்டு நன்றாகக் குலுக்கி கீழே ஊற்றிவிடவும். இதேபோல் குளிர்ச்சியான பானத்தை நிரப்பும் முன் ஐஸ் வாட்டரை பயன்படுத்தலாம். இப்படிச் செய்வதால் ஃபிளாஸ்க்கில் நிரப்பும் திரவத்தின் இயல்பு நிலை மாறாமல் இருக்கும்.

தடிமனான தோல் உள்ள சாத்துக்குடி, ஆரஞ்சு போன்ற பழங்களை சிறிது நேரம் வெந்நீரில் போட்டு பிறகு உரித்தால் எளிதில் தோல் வந்து விடும். சுளைகளையும் சுலபமாக உரித்து விடலாம்.

ஷூலேஸ்களின் முனை பிரிவதுபோல் இருந்தால் உருகிய மெழுகில் நனைத்து விரல்களால் நிமிண்டி முறுக்கி விட்டால் பிரியவே பிரியாது.

வீடு துடைக்கப் பயன்படுத்தும் மாப்பின் மேல் பகுதியை இணைக்கும் துவாரத்தினுள் பழைய துணியை அடைத்து வைத்தால் கைப்பிடி அடிக்கடி கழன்று விடாமல் இறுகப் பிடித்துக் கொள்ளும்.

துவைக்க வேண்டிய துணிகளை முதலில் குளிர்ந்த நீரில் முக்கி கசக்கிப் பிழிந்து விட்டு சோப்பு நீரில் ஊற வைத்தால் பயன்படுத்தப்படும் சோப்புத்தாளின் அளவு கணிசமாகக் குறையும்.

பல்லிகள் அதிகம் தென்படும் இடங்களில் நாலைந்து வசம்புத் துண்டுகளைப் போட்டு வைத்தால் பல்லிகள் வராது.

காய்ந்த வேப்பிலை, மஞ்சள், மிளகு இம்மூன்றையும் பொடி செய்து கலந்து நெருப்பில் போட்டு புகை எழுப்பினால் கொகத் தொல்லை இருக்காது.

பரீட்சைக்கோ இண்டர்வியூக்கோ போகும்போது காலை உணவாக ஒரு ஆம்லெட் சாப்பிட்டுச் சென்றால் படித்த பாடங்கள் மறக்காமல் நினைவிற்கு வரும். அதற்கு தேவையான 'என்சைம்ஸ்' முட்டையில் இருக்கிறது.

ஃபெவிகாலைப் பயன்படுத்தியதும் அதில் சிறிது தண்ணீர் ஊற்றி மூடி வைத்து விட்டு மறுபடி உபயோகிக்கும் போது தண்ணீரை வடித்து விட்டு பயன்படுத்தினால் காய்ந்து போகாமல் நீண்ட நாட்களுக்கு வரும்.

வீட்டில் கைவசம் எப்பொழுதும் நாலைந்து பாஸ்போர்ட் சைஸ் போட்டோ, சில ரெவின்யூ ஸ்டாம்புகள் வைத்திருந்தால் திடீர் தேவைகளுக்கு நேரத்தை வீணாக்காமல் பயன்படுத்தலாம்.

பூக்களை ஒரு தட்டில் வைத்து அதன் மீது தண்ணீரில் ஒரு பாத்திரத்தை கழுவி கவிழ்த்து வைத்திருந்து காலையில் பார்த்தால் பூக்கள் புதிதாக பறித்தது போல் இருக்கும்.

வெங்காயத்தை பிளாஸ்டிக் கவரில் போட்டு ஃபிரிட்ஜில் இரண்டு மணி நேரம் வைத்திருந்து நறுக்கினால் கண்களில் கண்ணீர் வராது.

மழையில் நனைந்ததால் வாட்ச்சில் தண்ணீர் இறங்கி இருந்தால் வாட்ச்சை எரிகின்ற பல்ப் பக்கத்தில் சிறிது நேரம் வைத்திருந்து எடுத்தால் அந்த வெப்பத்தில் தண்ணீர் ஆவியாகி விடும்.

ஜவ்வரியை ஒரு தூய்மையான வெள்ளைத்துணியில் முடிந்து காய்ச்சும் பாலில் போட்டு விட்டால், அது கரைந்து பால் கெட்டியாகி காபி திக்காவும் சுவையாகவும் இருக்கும்.

கையைத் துடைக்கப் பயன்படுத்தும் மென்மையான டிஷ்யூ பேப்பரால் மூக்குக் கண்ணாடியைத் துடைத்தால், கறைகள் அகன்று பளபளப்பாகும்.

ரப்பர் பேண்டுகள் வைத்திருக்கும் டப்பாவில் சிறிது பவுடரைத் தூவி வைத்தால் பிசுபிசுப்பாகாமலும் ஒன்றோடு ஒன்று ஒட்டாமலும் இருக்கும்.

ஸ்டாம்புகள் ஒன்றோடென்று ஒட்டிக் கொண்டு விட்டால் அதை ஃப்ரிட்ஜின் ஃப்ரீசரில் ஐந்து நிமிடங்கள் வைத்து எடுத்தால் கிழியாமல் சுலபமாகப் பிரித்து எடுத்து விடலாம்.

நீண்ட நாட்கள் பாதுகாக்க வேண்டிய புத்தகங்களை பெரிய பிளாஸ்டிக் கவரில் போட்டு மடித்து வைத்தால் தூசி ஏறாமல், நிறம் மாறாமல் இருக்கும்.

பாத்திரங்களை கிச்சன் சிங்கில் இரவு அப்படியே தேய்க்கப் போடுவதற்குப் பதிலாக அவற்றை ஒரு பக்கெட்டில் போட்டு தண்ணீர் ஊற்றி வைத்தால் பாத்திரங்களும் சுத்தமாகும். சிங்கில் கரப்பான் வருவதையும் தடுக்கலாம்.

வீட்டுக்கதவுகள் மற்றும் ஜன்னல் கதவுகள் மழை, பனிகாலத்தில் மூடிதிறப்பதற்கு சிரமமாக இருக்கும் சமயத்தில் உப்புத்தாளையும், கோலமாவையும் கலந்து விளிம்புகளில் தூவி வைத்தால் நன்றாக திறக்க வரும்.

வெள்ளரித்துண்டை வாயில் போட்டு மேல்பக்கம் ஒட்ட வைத்து நாக்கால் அழுத்தியபடி சிறிது நேரம் வைத்திருந்தால் மசால் நிறைந்த உணவு மற்றும் அசைவ உணவை சாப்பிட்டதால் ஏற்பட்ட வாசம் போய்விடும்.

பரண் அல்லது உயரமான ஷெல்பில் பொருள்களை பெட்டியில் போட்டு வைக்கும் போது எந்தெந்த பொருட்களை எந்தெந்த பெட்டியில் போட்டு வைத்தோம் என்பதை ஒரு டைரியில் குறித்து வைத்துக் கொண்டால் தேவைப்படும்போது எடுக்க வசதியாக இருக்கும்.

பற்பசையை ட்யூபிலிருந்து கடைசி வரை எடுக்க பற்பசை ட்யூபை வென்னீரில் முக்கி எடுத்து அழுத்தினால் உள்ளே மீதமிருக்கும் பற்பசையும் சுலபமாக வெளிவந்து விடும்.

டிபார்ட்மெண்ட் ஸ்டோரில் பொருள்கள் வாங்கும்போது முன் வரிசையில் அடுக்கப்பட்டிருக்கும் பொருட்களை எடுக்காமல் பின் வரிசையில் அடுக்கப்பட்டிருக்கும் பொருள்களை எடுக்கவும். அவைதான் சமீபத்தில் பேக் செய்யப்பட்டவையாக இருக்கும்.

பழைய வார, மாத இதழ்கள் மற்றும் புத்தகங்களை பழைய பேப்பர்காரிடம் போடுவதற்கு முன் ஒரு பரிசோதனை செய்த பின் போடுவதால், தவறுதலாக உள்ளே வைத்திருந்த பணம், முக்கிய காகிதங்கள், பில்கள் ஆகியவை கிடைக்கும்.

உள்ளாடைகள் வாங்கும்போது குடும்பத்தில் உள்ள ஒவ்வொரு உறுப்பினருக்கு ஒரு குறிப்பிட்ட பிராண்ட் என பிரித்து ரெகுலராக வாங்கினால் எது யாருடையது என்ற பிரச்சினை எழுவதைத் தவிர்க்கலாம்.

செல்ஃபோனிலோ அல்லது டைம்பீஸிலோ அலாரம் வைக்கும்போது கைக்கு எட்டும் தூரத்தில் வைக்காதீர்கள். தூக்கக் கலக்கத்தில் அலாரத்தை நிறுத்தி விட்டுத் மீண்டும் தூங்கத் தோன்றும். தூரத்தில் வைத்தால் நடந்து செல்லும் போது தூக்கம் கலைந்து எழுந்து விடலாம்.

நான்கு இறக்கைகள் கொண்ட மின் விசிறி வாங்கினால் காற்று அதிகம் வரும் என்று நினைப்பது தவறு. மூன்று இறக்கைகள் கொண்ட மின்விசிறிகளில் தான் காற்றின் அளவு மிக அதிகமாக இருக்கிறது.

ஜிப் வைத்த பைகளை திறந்து மூட சிரமப்படுத்தும்போது மெழுகு அல்லது தேங்காய் எண்ணெய் தடவினால் சுலபமாக திறக்கலாம்.

ஃபேக்ஸ் மூலம் டாகுமெண்ட் வந்தால் அதனை உடனே நகல் எடுத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஏனெனில் சிறிது நாட்களிலேயே ஃபேக்ஸ் மூலம் வந்த தகவல்கள் மங்கி விடும்.

வெளியூர் பயணங்களில் தூங்கும்போது காலணிகளை பிளாஸ்டிக் கவரில் போட்டு வைத்து விட்டால் இறங்கும்போது தேடிக்கொண்டிருக்க வேண்டாம்.

முக்கியமான டாக்குமெண்ட் சர்ட்டிபிகேட்டுகளை கம்ப்யூட்டரில் ஸ்கேன் செய்து வைத்துக் கொண்டால் தேவையானபோது பிரிண்ட் எடுப்பதற்கு வசதியாக இருக்கும்.

தினமும் சொல்லும் மந்திரங்கள் பக்தி பாடல்கள் ஆகியவை அடங்கிய புத்தகங்களின் முக்கியமான பக்கங்களின் ஓரங்களில் செல்லோ டேப்பை பார்டர் போல மடித்து ஒட்டி விட்டால் கிழியாமல் இருக்கும்.

வீட்டிலுள்ளவர்கள் பயன்படுத்தும் டீத் பிரெஷ் ஒரே நிறத்தில் இருந்தால் ஏற்படும் குழப்பத்தைத் தவிர்க்க ஒவ்வொருவருக்கும் குறிப்பிட்ட நிறங்களில் டீத் பிரெஷ் வாங்கிக் கொள்ளலாம்.

கோடையில் சீலிங்ஃபேனைத் தவிர்த்து பெடஸ்டல் ஃபேன், டேபிள்ஃபேனை பயன்படுத்தினால் காற்று குளிர்ச்சியாக இருக்கும்.

மூக்குக் கண்ணாடி பிரேமின் ஸ்கூரு லூசாகி விட்டால் கிளியர் நெயில் பாலிஷை ஸ்க்ரூவின் மேல் விட்டால் கண்ணாடி முகத்திலிருந்து கழன்று விழாமல் முகத்தில் நன்றாக பொருந்திவிடும்.

பூஜைக்கு தேங்காய் உடைக்கும் முன் இரண்டு நிமிடம் தண்ணீரில் போட்டு வைத்து உடைத்தால் அழகாக சரியாக உடையும்.

கடைசிநாள், சலுகைத் தேதி வரை காத்திருக்காமல் ஆயுள் காப்பீடு பிரிமியத்தைக் கட்டி விடவும். உறவுகள் கைவிடும் காப்பீடு கைவிடாது.

ரயிலில் முன்பதிவு செய்யும்போது இரவு 12.00 மணிக்கு மேல் என்றால் தேதி போடுவதில் கவனமாக இருக்க வேண்டும்.

கோயில் மற்றும் பொது இடங்களில் விலையுயர்ந்த அல்லது புதிய காலணிகளை விட்டுச் செல்பவர்கள், காலணிகள் இரண்டையும் ஒரே இடத்தில் விடாமல் வெவ்வேறு இடங்களில் விட்டுச் சென்றால் காலணிகள் திருட்டுப் போவதைத் தடுக்கலாம்.

மல்லிகை சரம் மொட்டாக இருக்கும்போதே அதை ஜிப்லாக் கவரிலோ பேர்பெட் ஜாரிலோ போட்டு மூடி ஃபிரிட்ஜில் வைத்து விட்டால் மூன்று நாட்கள் வரை அப்படியே மொட்டாகவே இருக்கும். தேவைப்படும் நேரத்தில் வெளியில் எடுத்த இரண்டு மணி நேரத்தில் மொட்டுகள் விரிந்து நன்றாக மலர்ந்து நாள் முழுவதும் வாசமுடன் இருக்கும்.

பிளாஸ்டிக் சாமான்களில் விரிசல் அல்லது ஓட்டை விழுந்து விட்டால் விரிசல் ஏற்பட்ட பகுதியை உப்புக்காகிதத்தால் நன்றாகத் தேய்த்து சொரசொரப்பாக்கி எம் சீல் பிசைந்து ஒட்டினால் நன்றாகப் பிடித்துக் கொள்ளும்.

பண்டிகை போன்ற விசேஷ காலங்களில் டிஸ்போசிபிள் பேப்பர் கப், பிளேட்டுகளை உபயோகிப்படுத்தினால் வேலையும், நேரமும் மிச்சம். டென்ஷனும் இராது.

ஒரு அகன்ற கோப்பையில் அல்லது தட்டில் கொஞ்சம் தண்ணீர் ஊற்றி அதில் கற்பூர வில்லைகளைப் போட்டு வைத்தால் தீங்கு விளைவிக்கும் பாக்கிரியா, வைரஸ் முதலியவைகளோடு கொசுக்களும் ஓடி விடும். நல்ல ஆரோக்கியமான சூழ்நிலை உருவாகும்.

கரப்பான் தொல்லை நீங்க சிறிதளவு பால் பவுடருடன் போரிக் பவுடர், தேன் கலந்து சிறிது தண்ணீர் தெளித்துப் பிசைந்து சிறுசிறு உருண்டைகளாக்கி ஆங்காங்கே வைத்தால் கரப்பான்கள் அதைத் தின்று மடிந்து விடும்.

வெந்நீரில் சிறிது உப்பைக் கரைத்து அதை ஃப்ளாஸ்கில் ஊற்றி அரைமணி நேரம் ஊற வைத்து பிறகு வேறு நீரால் கழுவினால் ஃப்ளாஸ்க் சுத்தமாகி பளிச்சென இருக்கும்.

சாம்பிராணி கோன்களை கற்றாழையும் கற்பூரவல்லியும் சேர்ந்து கரைத்த சாறில் ஊற வைத்து வெயிலில் காய வைத்து அதை தினமும் இரவில் ஏற்றி வைத்தால் கொசுத் தொல்லை இராது. கொசு விரட்டிச் சுருளின் புகையினால் ஏற்படும் மூச்சு இரைப்புத் தொல்லையும் இருக்காது.

குடை வாங்கியதும் குடையின் உட்புறம் ஊசி நூலினால் கம்பியை மீண்டும் நன்றாக முடிச்சுப் போட்டு விட்டால் நூல் அறுந்து போகாமலும் குடை உறுதியாகவும் இருக்கும்.

வீட்டு காலிங் பெல்லுக்கு கீழே கறுப்புப் பெயிண்டால் வட்டம் போட்டு அதில் வீட்டு நம்பரை எழுதி வைத்து விட்டால் சுவிட்சின் கீழ்பகுதி அழுக்கடையாமலும், தபால், கொரியர் கொண்டு வருபவர்களுக்கு வசதியாகவும் இருக்கும்.

சுவரில் மாட்டக்கூடிய பிளாஸ்டிக் ஸ்டிக்கரின் பசை உள்ள பாகத்தை மெழுவர்த்தி அல்லது தீக்குச்சித் தணலில் சிறிது நேரம் காட்டிச் சூடானதும் சுவரில் ஒட்டி சிறிது நேரம் அழுத்திப் பிடித்தால் ஸ்டிக்கர் நன்றாக ஒட்டிக் கொண்டு விடும்.

வீட்டு விசேஷங்களுக்கு தொலைதூரத்தில் வசிக்கும் உறவினர்கள் நண்பர்களுக்கு முன்கூட்டியே தெரிவித்து விட்டால் அவர்கள் ரயிலில் ரிசர்வ் செய்து வருவதற்கு வசதியாக இருக்கும்.

டைரியில் முகவரி எழுதும் போது அடிக்கடி விலாசம், ஃபோன் நம்பரை மாற்றிக் கொண்டே இருப்பவர்கள் பற்றிய விபரங்களை மட்டும் பென்சிலால் குறித்து வைத்தால் அவை மாறும் போது அழித்து விட்டு புதியதாக எழுத வசதியாக இருக்கும்.

கல்யாணம் வீட்டு விசேடங்களில் இலைகளுக்கு தண்ணீர் தெளிக்க பெட்பாட்டில் மூடியில் சூடான ஊசி கொண்டு சிறுசிறு ஓட்டைகள் போட்டு உபயோகித்தால் வெளியே சிந்தாமலும், பார்ப்பதற்கு நீட்டாகவும் இருக்கும்.

12. பயணக்குறிப்புகள்

வெளியூர்களுக்கு குடும்பத்துடன் செல்லும்போது 'ஷவர் ஜெல்' எனப்படும் லிக்விட் குளியல் சோப் எடுத்துச் சென்றால் ஆளாளுக்கு ஒரு சோப் என்று இல்லாமல் எல்லோருக்கும் உபயோகமாக இருக்கும்.

பஸ்ஸிலோ, ரயிலிலோ நீண்ட தூரம் பயணம் செய்யும் போது சீட்டின் மீது துண்டை மடித்துப் போட்டு உட்கார்ந்து பயணம் செய்தால் பயணச் சூடு ஓரளவு குறையும்.

மிகக் குறைந்த தூர பயணமானாலும் கையில் ஒரு பாட்டில் நீரோ அல்லது நீர் மோரோ எடுத்துச் சென்று விட்டால் நீரால் பரவும் கோளாறுகளிலிருந்து விடுபடலாம்.

ஃப்ளாஸ்கில் டீ, காப்பி போன்ற சூடான பானங்களை வழிய வழிய ஊற்றி மூடினால் சூடு அதிக நேரம் நிற்காது. பிளாஸ்கில் கால் பங்குக்குச் சற்று குறைவாகவாவது காலியாக இருந்தால்தான் பானங்கள் அதிக நேரம் சூடாக இருக்கும்.

இரவு நேர ரயில் பயணங்களில் பாத்திரம் செல்ல வேண்டுமானால் ரயில்வே ஸ்டேஷன்களில் அல்லது சிக்னலுக்காக நிற்கும்போது செல்லாதீர்கள். அது திருடர்களுக்கு திருடுவதற்கும், தப்பித்து ஓடுவதற்கும் ஏதுவாகி விடும். ரயில் சென்று கொண்டிருக்கும்போது செல்வதே நல்லது.

வீட்டைப் பூட்டி விட்டுச் சில தினங்கள் வெளியூர் செல்பவர்கள் மறவாமல் மெயின் ஸ்விட்சை அணைத்து விட்டுச் சென்றால் மின் அழுத்தம், மின் கசிவு காரணமாகப் பூட்டியுள்ள வீட்டில் தீ விபத்து ஏற்படுவதைத் தவிர்க்கலாம்.

விழாக் காலங்களிலும் கூட்டம் அதிகமாக நடமாடும் இடங்களிலும் பர்சேஸ் செய்ய வெளியில் செல்லும் போது ரூ.500/- மற்றும் ரூ.1000/- ரூபாய் நோட்டுகளின் எண்களைக் குறித்து வைத்துக் கொண்டால் பணம் கொடுத்தோமா இல்லையா என்ற வாக்குவாதத்தை தவிர்ப்பதோடு நம் பணத்தையும் மரியாதையையும் காப்பாற்றிக் கொள்ளலாம்.

திருமணங்களுக்கு வெளியூர் செல்லும் போதும் நமக்கு ஒதுக்குப்படும் அறையில் தங்கும்போதோ அல்லது ஹோட்டல்களில் தங்கும்போதோ தங்கும் அறையை நாம் கொண்டு செல்லும் பூட்டால் பூட்டிக் கொண்டால் பல சிரமங்களைத் தவிர்த்து விடலாம்.

நாம் சுற்றுலா செல்லும்போது நாம் செல்லும் வாகனத்தின் பதிவு எண்ணையும், டிரைவரின் செல்போன் எண்ணையும் குறித்து வைத்துக் கொண்டால் எளிதில் வண்டியை கண்டுபிடிக்க உதவும்.

பஸ்ஸிலோ, ஆட்டோவிலோ பயணம் செய்யும்போது சொந்த விஷயங்களை மிக முக்கியமாக பண விஷயங்களைப் பேசாமல் இருப்பது நமது உயிருக்கும் உடமைக்கும் நல்லது.

13. நகைகளைப் பாதுகாப்பாக, பராமரிக்க

பூந்திக்கொட்டையை தட்டி நீரில் போட்டு அதில் கொலுசையும் போட்டு கொதிக்க வைத்து ஆறியதும் எடுத்து பழைய ஓத் பிரஷினால் தேய்த்துக் கழுவினால் கொலுசு அழுக்கு நீங்கி பளபளப்பாகும். முட்டைக்கோஸ், உருளைக்கிழங்கு வேக வைத்த தண்ணீரில் ஊற வைத்தும் பிரஷ் செய்யலாம்.

வெள்ளிப்பாத்திரங்கள் மற்றும் நகைகள் கறுத்து போயிருந்தால் கொதிக்கும் நீரில் அவற்றை மூழ்கும்படி செய்து அத்துடன் சிறிய அலுமினிய ஃபாயில் பேப்பரையும் போட்டு வைத்திருந்து ஆறியதும் வெள்ளி சாமான்களை அதே அலுமினிய பேப்பரால் தேய்த்து துடைத்தால் பளிச்சென்று ஆகிவிடும்.

தங்க நகைகள் அழுக்காகி விட்டால் பூந்திக்காயை வெந்நீரில் கொதிக்க வைத்து கசக்கிய நுரையில் தங்க நகைகளை ஊற வைத்து ஓத் பிரஷ் கொண்டு மெதுவாகத் தேய்த்தால் புது நகை போல் மினுமினுக்கும்.

அடிக்கடி நகைகளை சுத்தம் செய்தால் அதன் எடை குறைய வாய்ப்புண்டு. உடலில் அமிலத்தன்மை அதிகம் இருப்பவர்கள் தொடர்ந்து முத்து நகைகளை அணிந்தால் அதற்குரிய பளபளப்பு குறைவதோடு, தேய்ந்து அதன் வடிவமும் மாறும்.

நகைகளை அதற்குரிய பெட்டியிலோ அல்லது டிஷ்யு பேப்பரிலோ, பட்டுத்துணியிலோ, வியர்வை ஈரமில்லாமல் துடைத்து வைக்க வேண்டும்.

வைர நகைகளோடு சாதாரண நகைகள் சேர்த்து வைத்தால் ஒன்றுக்கொன்று உராய்ந்து பாழாகும். அனைத்து மேக்கப்பும் முடிந்தபின் தான் நகைகளை அணிய வேண்டும். இல்லையெனில் சென்ட், பவுடர் போன்ற மேக்கப் சாமான்களிலுள்ள கெமிக்கல்ஸ் நகைகளின் பளபளப்பை இழக்கச் செய்யும்.

பாத்ரூமில் எக்ஸ்ராவாக ஒரு ஓத் பிரஷ் வைத்துக் கொண்டால் அணிந்திருக்கும் கம்மல், சரடு போன்றவற்றை அவ்வப்போது சுத்தம் செய்து கொள்ளலாம்.

தோடு மூக்குத்தி அணியும்போது வீட்டில் தரையில் அமர்ந்து அணிவது நல்லது. நிற்குகொண்டு அணிகிற போது சிறிய நகைகள், தவறி கீழே விழுந்தால் சேதமடைவதோடு தேடுவதும் சிரமம்.

நகைகளை சுத்தம் செய்வதற்கு சோப்புத் தண்ணீருக்குப் பதிலாக பூஞ்சாங் கொட்டையை தண்ணீரில் ஊறவைத்து அதில் வரும் நுரையில் நகைகளை ஊறவைத்து அலசி சுத்தம் செய்யலாம்.

தோடு, மூக்குத்தி போன்ற நகைகளின் திருகாணி லூசாகிப் போனால் உலர்ந்த சோப்பில் திருகாணியை ஒரு அழுத்து அழுத்தி விட்டுப் போட்டால் திருகாணி இறுக்கமாக இருக்கும்.

வெள்ளி நகைகள் வைத்திருக்கும் டப்பாவில் சிறிதளவு கற்பூரத்தைப் போட்டு வைத்தால் நகைகள் கருக்காது.

14. உடல் நலம் பேண உயர்வான முறைகள்

ஒன்று அல்லது இரண்டு கார்ட்டை பச்சையாக மென்று சாப்பிட்டால் உடலில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி கூடும்.

வேக வைத்த உருளைக்கிழங்கு தோலை உரிக்காமல் அப்படியே சாப்பிட்டால் வாயுத்தொல்லை இருக்காது.

அருகம்புல்லை தலையணைக்கடியில் பரப்பி வைத்து படுத்தால் நிம்மதியான தூக்கம் வரும். கெட்ட கனவுகள் தலை காட்டாது.

இரவில் இஞ்சி, பாகற்காய், கீரைகள், நெல்லிக்காய், எள்ளில் செய்த பண்டங்கள், தயிர், வெண்ணை இவற்றைச் சாப்பிடக் கூடாது.

வெண்கலப் பாத்திரத்தில் வைக்கப்பட்ட இளநீரையும், தாமிர்பாத்திரத்தில் வைக்கப்பட்ட பாலையும் குடிக்கக்கூடாது.

சாப்பிட்டு முடிக்கும்போது தயிர் சாதத்தில் உப்பு சேர்த்து சாப்பிட்டால் முன் சாப்பிட்ட உணவுகளில் ஏதேனும் கெட்ட தன்மைகள் இருந்தால் அவற்றைப் போக்கிவிடும்.

எதிரும் புதிரும் :

கத்தரிக்காய் சாப்பிட்டால் உடம்பில் சூடு ஏற்பட்டு பாதிக்கும். அதன் காம்புடன் சாப்பிட்டால் சூடு தணியும்.

உருளைக்கிழங்கு சாப்பிட்டால் வாயுத் தொல்லை. உருளைக்கிழங்கை தோலுடன் சாப்பிட்டால் வாயு குறையும்.

வேர்க்கடலைப் பருப்பை தோல் அகற்றி சாப்பிட்டால் பித்தம். வேர்க்கடலையை சிவப்புத் தோலுடன் சாப்பிட்டால் பித்தம் நீங்கும்.

கொசுக்கள் சிவப்பு ஒளியைக் கண்டால் ஓடும். கொசுக்கள் நீல ஒளியைக் கண்டால் நெருங்கும்.

எண்ணெய் தேய்க்கும்போது இலேசாகக் சூடுசெய்த பிறகு தடவினால் சருமத்துக்குள் எண்ணெய் எளிதாக இறங்கும்.

தூங்கச் செல்வதற்கு முன் சிறு துளி கிராம்புத் தைலத்தை மூக்கில் தடவினால் குறட்டை வராது.

ஃபாஸ்ட்புட் உணவுகளை சாப்பிட்ட பின் இரண்டு டம்ளர் வெந்நீர் குடித்தால் உடலில் கொழுப்பு சேராமல் தடுக்கும். அத்துடன் ஃபாஸ்ட்புட்டில் உள்ள சோடியத்தையும் கரைத்து விடும்.

வடை, பஜ்ஜி போன்றவற்றில் எண்ணெய் அதிகம் இருந்தால் செய்தித்தாளில் வைத்து எண்ணெயைப் பிழிந்து விட்டு சாப்பிடுவதை விடுத்து டிஷ்யூ பேப்பரில் ஒற்றிச் சாப்பிடலாம். ஏனெனில் செய்தித்தாளில் உள்ள மையில் இரசாயனப் பொருட்கள் உள்ளன. அவை குடல் அழற்சி, அல்சர் போன்ற நோய்களை உண்டாக்கும்.

இளநீரை சீவி வாங்கிக் கொண்டு முதல் நாள் இரவில் தண்ணீரில் போட்டு வைத்து காலையில் வெட்டி குடித்தால் இரட்டிப்பு பலன் கிடைக்கும்.

தேநீர் தயாரிக்கும்போது துளசி இலைகளை கொதிக்கும் நீரில் போட்டு தேநீர் தயாரித்தால் நல்ல மணமாக இருக்கும். ஜலதோஷம் இருந்தால் குணமாகும்.

கொலஸ்ட்ரால் அதிகம் உள்ள உணவுகளை உண்ணும்போது அவற்றுடன் மிளகு அல்லது பூண்டு சேர்த்துச் சாப்பிடுவது நல்லது.

சிறிய வாட்டர் பாக்கெட்களை வாங்கி ஃப்ரீஸரில் போட்டு வைத்தால் மூட்டுவலிக்கு ஒத்தடம் கொடுப்பதற்கு உபயோகமாக இருக்கும்.

உடலுக்கு பல வித நன்மைகளைத் தரக்கூடிய எளிய உணவு தயிர். இது உடலில் உள்ள கெட்ட கொழுப்புகளைக் கரைத்து நல்ல கொழுப்பை தக்க வைக்கும். காய்கறிகளுக்கு இணையான வைட்டமின் சத்துகள், புரதம், கால்சியம் ஆகியவை இதில் அடங்கி இருக்கிறது. உடல் சூட்டையும் தணிக்கும். வயிற்றுக் கோளாறுகளும் நீங்கும்.

15. பாத்திரங்களை பராமரிக்க

பித்தளை பாத்திரங்களைத் துலக்கியவுடன் அதன் மேல் தோல்சீவிய பச்சை உருளைக்கிழங்கை வைத்து நன்றாகத் தேய்த்தால் வெகுநாட்கள் பித்தளைப் பாத்திரங்கள் பளபளப்பு குறையாமல் இருக்கும்.

இரும்பு வாணலி, தோசைக்கல் போன்றவற்றில் துரு இருந்தால் ஒரு எலுமிச்சம் பழத்தை துரு முழுவதும் பிழிந்து ஒரு மணி நேரம் ஊற விடுங்கள். பிறகு மணல் கொண்டு தேய்த்தால் துரு மறைந்து பாத்திரம் பளிச்சிடும்.

மிக்சியில் ஏலம், கிராம்பு, இஞ்சி, பூண்டு போன்ற மசாலா சாமான்களை அரைத்த பின் கொஞ்சம் பிரட் துண்டுகளை போட்டு சிறிது நேரம் வைத்தால் மசாலா வாசனை அரவே போய்விடும்.

உப்பும் மஞ்சளும் கலந்து பித்தளைப் பாத்திரங்களைத் தேய்த்துக் கழுவினால் பாத்திரங்கள் பளபளப்பாக இருக்கும்.

வெள்ளிப்பாத்திரங்கள் வைக்கும் பீரோ அல்லது பெட்டிகளில் சில கற்பூர துண்டுகளைப் போட்டு வைத்தால் பாத்திரங்கள் கறுக்காது.

பாத்திரங்களின் உட்புறம் படியும் காபி, தேநீர் கறை, நாள்பட்ட பிசுக்கு இவைகளை நீக்க வினிகரை அந்த இடங்களில் தடவி ஊற வைத்துப் பிறகு நன்றாக அழுத்தித் தேய்த்தால் பாத்திரம் பளிச் சென்று ஆகி விடும்.

பால் பாத்திரம் தீய்ந்து போய் விட்டால் அடிப்பிடித்த பாத்திரத்தில் அரிந்த வெங்காயத்தைப் போட்டு ஒரு டம்ளர் நீர் விட்டுக் கொதிக்க வைத்தால் பாத்திரம் பளிச்சென்று ஆகிவிடும்.

உப்புத் தண்ணீர் வைத்திருந்த பாத்திரங்களில் வெள்ளையாக சொரசொரப்புடன் உப்பு படிந்து அசிங்கமாகத் தோன்றினால் அதில் பழைய மோரை தெளித்து சுமார் நான்கு மணி நேரம் கழித்து பாத்திரங்களை கழுவினால் பளிச்சென்று இருக்கும்.