

沉浸式体验“非遗”美食 摇身一变“传承体验官”

——奉化小记者打卡“武岭小学&蒋家龙门千层饼”非遗传承暨劳动实践共建基地

做千层饼

新城实验小学205班小记者 毛梓萱

今天,妈妈带我参加了小记者活动——做千层饼。首先,我们了解了千层饼的由来和历史。接着,我们开始动手制作千层饼。先把绿色的面团也就是馅揉成长条形,然后把长条形的面团切成一个个的,把它搓圆放在一边备用,再把黄色的面团也搓圆,把绿色的馅给裹进去,揉成一个个小汤圆。接着我们用擀面杖把面团擀成椭圆形,千层饼有很多层,需要多擀几次。这样千层饼就制作完成了,最后放到炉子里烘烤。活动的最后,我们参观了蒋家龙门千层饼店,并领取了精美的小礼品。我品尝了千层饼,酥酥脆脆的,十分美味。

小朋友们,你们知道千层饼到底有几层吗?

家乡一绝

武岭小学404班小记者 杜诗雯

期待已久,终于可以去做了千层饼了,我兴奋不已。制作千层饼开始了。首先,蒋师傅发给我们每人一块绿色的带着香味的面团。接着,我们把面团搓成了长条,再做成一个个大小相似的小圆球。然后开始做馅子,把馅子搓成汤圆似的,用面皮包裹着,摘掉多余部分,然后把带馅的面团擀平,一层接着一层,最后去烤。虽然它叫“千层饼”,但其实只有27层哦。最后,我们步行来到了蒋家龙门千层饼店,拍了大合照,还领取了礼物和奖状。

在活动中,我不仅了解了千层饼的由来以及制作过程,更觉得我的家乡不仅山美水美,美食更是一绝!

指导老师 郭万波

特别的一天

蕲湖中心小学504班小记者 陈卓凡

今天不单单是我的生日,我还要去参加一个非常有意义的活动——做千层饼。

千层饼又香又脆又酥,比我的手掌还要小一点,却有整整27层,真是太神奇了!首先,一位小记者讲解员给我们介绍了千层饼的传说、做法和口味。终于轮到我们自己动手做千层饼啦!我拿起一团用苔菜、菜籽油做成的馅,在我不停地搓揉揉揉之下,它变成了十个差不多大小的圆。接着,我再把饼皮摊在手心上,把馅放进去搓圆。最后,再把圆球用擀面杖擀成椭圆形,折一折就变成了27层,真是太不可思议啦!

这趟溪口之旅,真是收获颇丰,令我难忘!

一次有意义的活动

南浦小学502班小记者 谭锦怡

今天,我有幸参加了小记者活动,不但了解了千层饼的制作过程,还吃到了美味的千层饼。

非遗课堂开始啦!武岭小学的小记者代表给我们介绍了千层饼的由来,蒋家龙门千层饼的蒋师傅教我们如何制作千层饼。我先认真地皮擀成薄片,又把馅先揉揉,再压压,还要搓一搓,搓得圆圆的放入薄片上,捏成一个球,然后将球用手压扁,擀成椭圆形,上下叠起来,重复叠两次,擀成方方正正的小薄块。然后我们把做好的饼排齐刷上水,洒上苔菜粉、香芝麻,放入热炉烘烤。每个小记者还品尝到了香酥松脆的千层饼,脸上尽是开心满足的笑容。

这个活动我不光学到了知识,还能品尝到美食。真是收获满满的一天!



尚田中心小学405班小记者 王瑞雅

快乐的周末

武岭小学402班小记者 康夏诺

这是一个快乐的周末,因为今天我要当“小老师”,指导其他学校的奉化小记者做千层饼。

蒋师傅将准备好的材料分成小份,分发给每位小记者。首先将馅揉成长条状,再分成若干份并搓成圆状以便使用,接着拿出面皮,面皮的颜色是金黄色并洋溢着浓郁花籽油的香味。取适量大小的面皮后,将面皮揉成圆、压平、放馅、包裹、搓圆。这时轮到擀面杖出场了,将包裹着馅的面团压成椭圆形。随后将椭圆形的两端折起来擀至正方形,反复几次,一个27层的千层饼就制作完成了。

活动结束后,我们意犹未尽,步行来到蒋家龙门千层饼店,领取了伴手礼,拍了大合照。悄悄地告诉你,我今天还交到了一个新朋友,真是个快乐又开心的周末。

指导老师 陈彩艳

有趣的周末

龙津实验学校401班小记者 马若涵

周末,我参加了小记者“学技艺,品美食”活动。一早,我来到了非遗课堂。千层饼是奉化溪口的特产,味道酥脆可口,让人回味无穷。

接下来,让我来告诉你千层饼是怎么制作吧!首先制作苔菜味馅儿,接着制作饼皮,将它们分别搓揉成长条,然后分成大小差不多的小块,搓成圆球,压成皮,交替着颜色把它们叠在一起,压成有点厚的小饼,左右折完再上下折,一个27层的千层饼就做好了。

做好千层饼后,老师又带我们来到了千层饼的店铺,里面有好多可口的千层饼,馋得我“口水流下三千尺,狂咽依旧无休止”。在活动结束的时候,大家都领取到了蒋家龙门千层饼店的伴手礼和证书。

这个周末真的令我难忘!

我和千层饼的故事

蕲湖中心小学502班小记者 鲍佳琦

溪口有一种家喻户晓的特产,叫“千层饼”。

周末,我有幸参加了制作千层饼的活动。签到到,一位和蔼可亲的老爷爷向我们微笑并做了自我介绍,原来他就是蒋家龙门千层饼的传人蒋师傅。

听完千层饼的由来和历史,到了做饼环节,我先把馅揉一揉、压一压、搓一搓,重复多次,馅才会变得更香、更软;再把馅放进擀好的薄片上,把薄片两端往中间折叠;最后将折叠过一次的面片再次擀成长薄片,再折叠一次,千层饼实际只有27层哦。

回家的路上,我在车上做了一个梦,梦见家人说我做的千层饼真好吃。欢迎大家去尝一尝奉化特产——溪口千层饼。

千层饼之旅

武岭小学403班小记者 金子琪

周末,我作为武岭小学的奉化小记者代表,和其他学校的小记者一起制作了千层饼。

马莉涵先给我们介绍了千层饼的传说。接着蒋老师向大家介绍了千层饼的制作方法。我已经能熟练地制作千层饼了,就是先把馅搓成长条状,分成比大拇指大的小剂子,揉成圆,再把皮分成比馅大一点的小剂子,把馅包在皮里,利用手掌上虎口,把它裹起来,接着用手掌压,用擀面杖擀成椭圆形,然后反复折叠,先是三层,然后是九层,最后是27层。我耐心地辅导我身边的同伴,我们合作着做了好多规规矩矩的饼胚。

千层饼烤好了,我和同伴一起品尝。一口咬下去,酥酥脆脆,没想到这么美味。最后老师给大家颁发了奖状,我们一起开心地合影后,心满意足地回家了。

指导老师 李敏

难忘的传承之旅

武岭小学403班小记者 蒋宇琪

周日,我经历了一场难忘的“沉浸式”体验非遗文化传承的魅力之旅。

当得知我被推举为本校小记者代表,作为小助教教客人制作千层饼时,我非常兴奋,同时也深感自己责任的重大。很快,小记者们到齐了。首先,我们一起了解了千层饼的起源和发展历史。接着,蒋师傅边介绍,边与大家互动教我们制作千层饼。

此时的我荣幸地当起了蒋先生的小助教,我无比兴奋。经历了“比比谁搓的圆”“比比谁擀的好”“比比谁做的像”等环节后,大家仍然意犹未尽。等到最后一个环节“尝尝谁做的香”时,大家都被这酥酥、脆脆、香香的千层饼所“征服”,露出了最满意的微笑。

接着,大家步行参观了蒋家龙门千层饼店,领取了伴手礼。最后,大家一起手持颁发的证书合影留念。我们共同喊出了“陪你快乐,伴你成长”的口号,依依不舍地结束了这场难忘的传承之旅。

指导老师 李敏

难忘的非遗课堂

武岭小学404班小记者 宋嘉轩

周日的早上,我作为武岭小学的奉化小记者代表和其他学校的20名奉化小记者一起参加了一节非遗课堂。

我们来到“五灵”作坊,接着由蒋家龙门千层饼的蒋师傅为小记者们介绍了千层饼的由来和制作过程。

紧接着是小记者们的动手体验环节。我们每人一个绿绿的、香香的用苔菜和的面团。搓的时候必须用力,用力还要匀称。等搓好长条,将长条分成大小均匀的小块。这时,蒋师傅又给大家一个淡黄色的油酥团,仍旧搓成长条,分成小块再搓成圆球,然后把它压平,把苔菜球包在里面,压平,再从不同的方向折,边折边压成二十七层。这样,一个千层饼就做好了。

然后是品尝分享阶段。苔菜和芝麻香扑鼻而来,绿油油地泛着点点白色芝麻,轻轻一咬,脆脆的、香香的,千层饼真好吃。

这次非遗课堂,让我了解了家乡的美食,真是令人受益匪浅。

指导老师 郭万波

千层饼制作

实验小学208班小记者 汪玲萱

今天,我要去溪口学习如何制作千层饼。千层饼虽然名谓“千层”,可实际上它只有27层。它有甜有咸,吃起来脆脆的,闻起来香香的。蒋师傅教我们如何制作千层饼,比比谁搓的更圆,比比谁做的更好,看看谁做的更像,最后尝尝谁做的更好吃。我们每个人都做了十个千层饼。活动结束后,我们领取了证书和伴手礼,一起合影留念,脸上都挂着灿烂的笑容。真是收获满满的一天,我懂得了如何制作千层饼。

千层饼之旅

萧王庙中心小学201班小记者 郭博宇

今天,我来到了武岭小学参加活动——学习如何制作千层饼。

千层饼有27层,具有香、酥、脆的特点,是奉化溪口有名的特产。蒋师傅给我们讲了千层饼的由来,听完故事后就要开始做千层饼啦!首先要将馅放在皮里包起来,再用擀面杖把馅和皮擀好,揉成圆,再揉成长条,一个个切开,压成椭圆,左右对折,上下对折……最后把千层饼放进炉里烤。

真是快乐又充实的一天啊,我知道了千层饼的由来以及如何制作。

制作千层饼之行

龙津实验学校303班小记者 张雨晴

今天阳光明媚,爸爸带着我去武岭小学参加小记者活动——制作千层饼。溪口千层饼是我们家乡的特产,也是我们奉化的城市名片。

千层饼有甜的和咸的,总共有27层。蒋师傅教我们如何制作千层饼,每个小记者做了10个千层饼,过程既辛苦又快乐。我们还尝到了蒋师傅制作的千层饼,味道真好啊!最后,我们领取了证书,拍了大合照。

今天可真是收获满满的一天,我们小朋友都收获了笑容,收获了关于千层饼的知识。

亲手制作千层饼

锦溪小学502班小记者 汪晗

当你走进溪口的十里老街,你会看见沿街有许多店铺。其中,最多的就是卖千层饼的店铺。不要小看这千层饼,它的做工非常复杂。选料要精细:要选上好的菜籽油、苔菜、小麦粉。需要将馅包入皮中,搓成一个球,将球用手压扁,再用擀面杖擀成椭圆形,上下叠起来,重复上面步骤两次,做成方方正正的小薄块。

千层饼,其实只有27层。千层饼有甜味和咸味,无论是甜的,还是咸的,味道都很好!

希望大家也可以去尝一尝我们溪口的千层饼哦。

探寻古镇的美味小吃

实验小学204班小记者 张恺睿

今天我要去参加小记者活动“传承非遗文化”之旅,我真是太开心了。

蒋师傅手把手教我们怎么制作千层饼。先把苔菜和菜籽油混合成的馅,揉成一个个小团,然后拿起面团将刚刚揉好的馅儿放到饼皮里,再把它们搓成一个个圆球,用擀面杖把它们擀成薄薄的,再将饼皮相互对折多次,最后变成一个四四方方的小饼块,放到烘炉里用炭火烤制,一块香喷喷的千层饼就做好了。我开心地拿起一块千层饼,闻了闻,真香呀,轻轻地咬了一口,酥酥脆脆的饼皮,太美味了。

短暂又快乐的小记者活动在欢声笑语中结束了。

做千层饼

实验小学206班小记者 郑紫涵

周日上午,我参加了奉化小记者活动——制作千层饼。

活动开始了!我穿好围裙,洗干净双手,坐下来准备制作千层饼。蒋师傅给我们发了几块黄黄的面团,指导我们如何做千层饼,搓长条、分段、按压、包馅……最后折起来,变成一个27层的千层饼。

我拿起一个千层饼,只见它金灿灿的,宛如一个大盘子。我迫不及待地拿起咬了一口,啊,外皮酥酥的,里面脆脆的,甜中裹着芝麻的香味,美味无比。

时间过得真快啊,活动在我们的欢声笑语中结束了,这次做千层饼真有趣!

感受千层饼的一天

武岭小学402班小记者 毛悦彤

今天,我要去学校做千层饼啦!

首先,蒋师傅讲解了做千层饼的流程,捏,搓条,捏圆,选出十个好的团子……最关键的就是把绿色的面团放在黄色的面团里面后用擀面杖擀平。小小的圆球在木棒下变成薄薄一片,这时有三层,再把面饼等分成三份,再折叠……27层的千层饼就“诞生”了。

做完千层饼,我们就可以烤制自己做的千层饼啦!品尝完美味的千层饼,我们还去参观了蒋师傅的千层饼店,拿到了奖状和伴手礼呢!

今天真是难忘的一天,希望下次还有这样的机会可以参加活动。

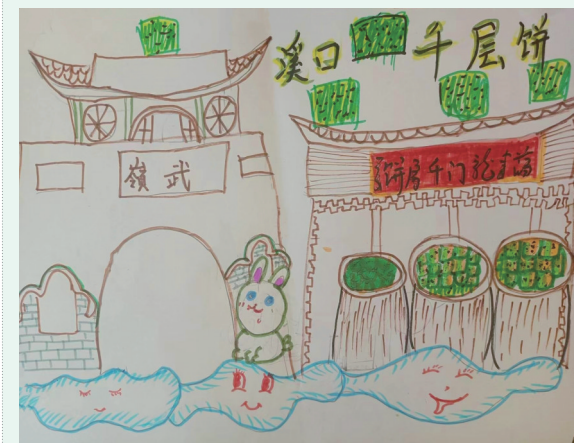
指导老师 陈彩艳



龙津实验学校307班小记者 方馨仪



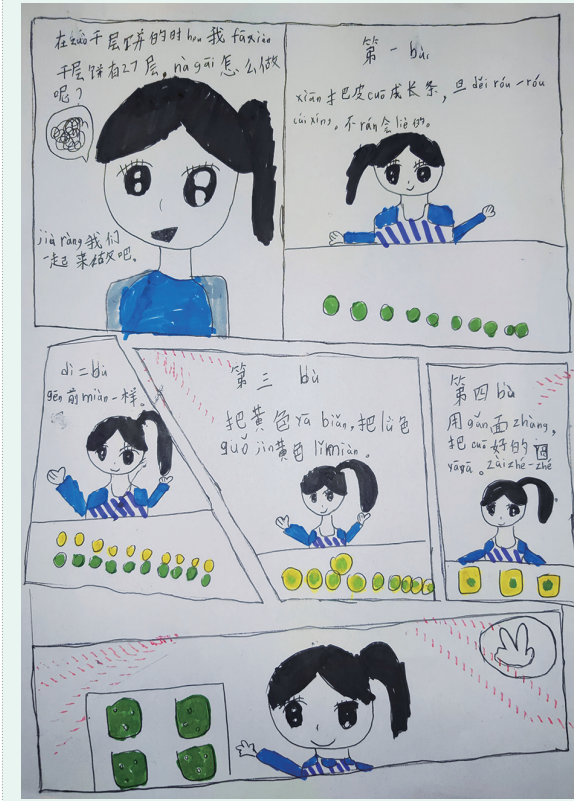
实验小学205班小记者 蒋瑜萱



锦溪小学204班小记者 韩欣辰



岳林中心小学301班小记者 蒋应



实验小学205班小记者 杨皓涵