



食味人间

食物，是饱腹的美味，也承载和寄托着人们许多情感。从火的独特运用到炊具的出现，从地域性口味的融合到饮食习惯的转变，饮食文化见证了历史。时间流转，人群聚散，那些记忆中熟悉的味道，记录了真实的烟火人间。

我的外婆是厨神

海曙外国语学校五江口校区 305班

石宇辰(证号 2462324)指导老师 张拥华

今天，我突然想吃烤鸡翅，便向外婆撒娇，央求她做一份给我吃。外婆摸摸我的头，说：“好好好，这就给你做，小馋猫。”

只见外婆从冰箱里拿出一盒鸡翅，拆开包装，放入水盆里解冻。再用温水洗干净，然后加盐和料酒腌制半小时，接着搅拌均匀，继续腌制。外婆说，这个过程很重要，否则鸡翅就不好吃了。

接下来，准备好空气炸锅，铺上烘焙纸，放入鸡翅，关上锅盖，设定好时间，就可以烤鸡翅啦！鸡翅们沐浴着热空气，它们的“衣服”渐渐从白色变成了金黄色，香味扑鼻而来。随着“叮”的一声，到了该翻面的时候了，我把它们翻过来，再继续烤十分钟，又是“叮”的一声，一盘色泽诱人的烤鸡翅就完成了！

色香味俱全的烤鸡翅，咬一口，外酥里嫩，好吃极了！“厨神”外婆的手艺可真不错呀！

小餐馆大味道

鄞州区惠风书院 405班

水致远(证号 2461097)指导老师 何燕

有一家非常不起眼的小店，里面的环境不太干净，桌子有些油腻，但店里每一道菜的味道却是独一无二的，令人回味无穷。

如果你想去品尝它的美味，就得先和老板来玩个“捉迷藏”，因为他只要一有空就会出去溜达。有时在街头，有时在街尾，想要找到他可真不容易啊！他既是大厨，又是服务员，这里的点菜方式和别的餐馆也有所不同，没有菜单，老板只会霸气地告诉你：“只要是牛身上的部位，随便点！”

爸爸点了一份招牌菜——吊龙炒面。吊龙？我惊讶地瞪大了眼睛，老板能把一条龙给吊起来卖？这到底是一道什么样的菜啊？我的脑海里出现了千千万万个问号。不一会儿，随着老板的一声：“好啦！”爸爸把一盘热气腾腾的美食端上了桌。我迫不及待地拿起筷子看了又看，吊龙在哪儿呢？不就是一盆普普通通的牛肉丝和面条炒在一起吗？其实，吊龙就是牛后脖子这个部位，这块地方的肉细嫩鲜美。我夹起一根肉丝尝了一口，哇！又嫩又鲜，这吊龙的味道也太美味了吧！明天，后天，我天天都想过来吃。

小餐馆里也会有大味道啊！

我最喜欢的水果——榴莲

鄞州新蓝青学校 104班

康高成(证号 2461738)指导老师 高阳

今天，妈妈回家给我买了一个水果，它叫榴莲。

它的壳硬硬的，上面有尖尖的刺，像一只刺猬。爸爸用力切开榴莲，我看到了金灿灿的果肉，但是马上就闻到了臭味。一开始，我有点抗拒，妈妈劝我吃一下，我吃了一口，软绵绵、甜蜜蜜的，就像在吃冰淇淋。之后，榴莲成了我最喜欢的水果。

吃榴莲也让我知道了一个道理，有些东西不能光看它的表面，也要看看它的内在。



“柿柿”如意

鄞州新蓝青学校 307班

江昊翰(证号 2461777)指导老师 柯倩

吃鱼

江北中心学校 204班

姜芝宁(证号 2462291)指导老师 毛燕

“我要吃有刺的！”妹妹高声喊道。“好好好，这块给你，你慢慢吃，把刺吐出来。”妈妈一边回答，一边把处理过的鱼肉放到妹妹的嘴里。妹妹慢慢咀嚼，顺利地吃下鱼肉，把鱼刺吐在桌上，并再次向妈妈要有刺的鱼肉。而我，不紧不慢地吃着妈妈早就为我处理好的无刺鱼肉。只要餐桌上有鱼，这样的场景在我家就屡见不鲜。

随着妹妹吃鱼越来越熟练，这天晚上，我忍不住问妈妈：“妈妈，你为什么从来不把有刺的鱼肉递给我吃呢？”妈妈一下子就紧张起来，回答道：“你忘了吗？上次我稍不注意，你就把鱼刺卡在了喉咙口，爸爸晚上急匆匆地送你去急诊室取出来，你才不难受。”说着说着，妈妈仿佛看到了当时的画面，眼神里充满了担忧和不安。“可是，这已经是几年前的事情了。再这样下去，我就永远学不会自己吃鱼了！”我倔强地反驳道。此话一出，妈妈也愣住了。可没一会儿，她就露出了笑脸，拿了一块有刺的鱼肉给我，温柔地说：“你说得对，不尝试着直面困难，又怎么能够真正克服困难呢？妈妈应该告诉你怎么避免被鱼刺卡住，让你真正地学会吃鱼！”“我这就吃！”我拿起这块有刺的鱼肉，慢慢尝试将肉吃完，将刺吐出。没过多久，我就学会吃鱼了！

大闸蟹

余姚市第一实验小学教育集团花园校区 301班

郑钟毓(证号 2460635)指导老师 黄晓燕

今天，我和妈妈一起去菜市场购买大闸蟹，买了两只公蟹和两只母蟹。

大闸蟹的背呈深青色，公蟹的腹部呈三角形，母蟹的腹部则呈椭圆形。大闸蟹有八只像镰刀似的腿和两只剪刀般的螯，公蟹的螯足上长着又厚又密的绒毛，而母蟹螯足上的绒毛则是稀稀疏疏的。

它喜欢躲在墙角吐泡泡，我一碰，它就挥舞着两只大钳子，好像说：“我不喜欢你碰我，碰我就夹你。”我不服气，拿了根筷子戳戳它的背，它便横向飞快地移动，犹如一位投入战斗中的将军。有时，我会把它翻过来，它很不情愿，大螯向前一伸，身子猛地向上抬，就翻了回去。

煮熟后的大闸蟹变成了橙红色，轻轻地打开蟹壳，露出硬中带软、金黄色的蟹黄。我迫不及待地尝了一口，哇！既鲜美又有弹劲，鲜香的味道瞬间在舌尖上跳跃，让人陶醉其中。

大闸蟹虽然长得如此霸道，却是餐桌上的佳肴。

冬日美食铺

宁波艺术实验学校明湖校区 206班

许菡洛(证号 2461388)指导老师 戴婷婷

品味中国美食，探寻舌尖上的风土人情。欢迎大家来到蓝色星球六班的美食铺！

又到了吃糖葫芦的季节了，没有一串酸酸甜甜的糖葫芦，是满足不了味蕾的。冰糖葫芦是中国传统美食，深受小朋友们的喜爱。冰糖葫芦起源于南宋，在天津被称为“糖墩儿”，在安徽凤阳又叫“糖球”，是北方冬天常见的小吃。糖葫芦一般是用山楂裹上糖稀，吃起来又酸又甜，还很冰。

新鲜美味的水果是冰糖葫芦的灵魂，晶莹剔透的山楂、红彤彤的圣女果、香甜的葡萄，每一口都让我们品味到中国传统美食的精髓，是最好的童年回忆呀！

第一次煎蛋饼

慈溪市慈吉实验学校 304班

张潇舟(证号 2460254)指导老师 胡伶俐

早上，我跟爸爸说想学煎蛋饼，爸爸爽快地答应了。

爸爸准备了两个鸡蛋、一些葱、火腿丁、一瓶油，这些都是制作蛋饼的食材。我先拿起一个鸡蛋，在碗的边沿敲了一下，用手一掰，小太阳似的蛋黄和蛋白一起掉入碗中。然后我又敲了一个，爸爸拿出搅蛋器递给了我，我拿着搅蛋器搅了起来。搅了一会儿之后，爸爸叫我停下，我回头一看，他手里拿着一个碗，碗里装着一些葱和一些香肠丁。爸爸让我把这些东西倒进蛋碗里。我倒进去之后，他打开了煤气灶和抽油烟机，又在锅里倒了一些油，然后拿起我刚才搅拌好的蛋液，往锅里倒了一点。

过了一会儿，爸爸拿出两个锅铲，把金黄色的蛋饼翻了一个面，又过了一会儿，把蛋饼铲进一个盘子。爸爸让我把剩下的蛋液倒进锅里，我倒进去之后，爸爸拿着两个铲子，又把蛋饼翻了一个面，然后叫我拿出一个盘子，他把金黄色的蛋饼放进了盘子里，那个蛋饼像滑梯一样滑进了盘子里。我迫不及待地拿起一个吃了起来，太好吃了！

望着盘子里金灿灿的蛋饼，我的心里美滋滋的。原来，做家务也是件辛苦的事啊！但我相信，世上无难事，只怕有心人。



书法作品《元旦》

鄞州区下应街道中海小学 403班

陈睿鸿(证号 2462130)指导老师 刘波