



舌尖上 de 美味

美食对大多数人来说是无法抗拒的。来看看小记者最爱的美味佳肴吧!油而不腻的“父亲牌”红烧肉、香甜爽口的苹果、美味可口的番茄蛋花面……这些美味有的包含着家人暖暖的爱,有的是小记者自己动手做的,所以那味道更是独一无二。欢迎小记者来分享舌尖上的美味。

父亲牌红烧肉

鄞州区华泰小学东校区 308 班
王子漪(证号 1005601)
指导老师 刘定波

爸爸是我们家鼎鼎有名的大厨,每一道菜都烧得有滋有味,我最喜欢吃的一道菜是红烧肉。

爸爸说要做出美味的红烧肉,原料也很有讲究,需要肥瘦相间的五花肉。把五花肉洗干净后切成小块,备好盐、冰糖、酱油、茴香、葱花等佐料,爸爸说,肉不怕甜,鱼不怕酸,冰糖千万不能忘了。

锅里倒入少许油,等油烧热了,并发出“滋滋”的声响时,就放入五花肉。这时候,锅里就“噼里啪啦”地闹腾起来。不一会儿,五花肉的油脂被煎出来了,炸成了焦黄色,爸爸放入备好的佐料和老酒,香味扑鼻而来,惹得我口水都快流出来了。妈妈让我赶紧回房间做作业,爸爸夹了一块肉塞进我嘴里,咕咚了一句:“小馋猫。”哇!好吃哦!

我加快速度做作业,并时不时竖起耳朵听听厨房里的动静。终于等来了妈妈叫我吃饭的召唤,我立马放下笔飞奔到餐厅。红烧肉已经上桌了,红彤彤的肉油光锃亮,上面洒着绿油油的葱花,看了让人食欲大增。

我迫不及待地吃上一口,肉酥酥软软的,入口即化,油而不腻,太美味了。我一口饭一口肉,狼吞虎咽,一盘红烧肉就被我吃了个底朝天,我擦了擦嘴上的油,打了个饱嗝,不好意思地说:“红烧肉实在太好吃了,嘿嘿……”爸爸听了,得意地说:“那当然了,这道菜叫‘父亲牌’红烧肉。”

鸡蛋香油面

鄞州区惠风书院 310 班
方泽源 (证号 1000679)
指导老师 忻静静

我会做一碗面,它会让你吃后还想再吃,它就是鸡蛋香油面。接下来我就给大家分享它的做法。

首先,要准备鸡蛋、手工面、葱、芝麻、辣椒、香油等食材,锅里加上矿泉水,打开煤气灶开大火,盖上锅盖煮 5 分钟。这时把鸡蛋打在碗里,用筷子搅拌,好似鸡蛋在旋风中舞蹈,同时倒入胡椒粉和盐继续搅拌。等水烧开后,放入面条,硬邦邦的面瞬间就变成软绵绵了,3 分钟后,倒入鸡蛋。紧接着,最关键的一步到了,那就是奶奶特制的香油要出马了,再加一小碟辣椒,最后撒下芝麻和葱花。这碗神秘的面条就要出锅了。

“哇!好香啊!”闻一闻就让人垂涎欲滴,看一眼就让人食欲大增,真是一碗色香味俱全的“神面”。

贪吃的妈妈拿起筷子吃了一口,说:“真是人间美味啊!仿佛进入了仙境一般,这是天底下最好吃的面呢!”



萝卜

鄞州区江东中心小学中山校区 103 班
陈子萌(证号 1004006)
指导老师 毛燕敏

我最喜爱的水果

奉化区崎山小学 204 班
黎依凡(证号 1004919) 指导老师 徐易丹

我喜欢的水果有很多,既爱吃柔软多汁的水蜜桃,又喜欢颗粒饱满的葡萄,但说起我最喜爱的水果,非香甜爽口的苹果莫属。

苹果的形状圆圆的,远远看去有点像一个球。它红彤彤的,有些熟透的苹果黄中带红,就像一个害羞的小姑娘红润的脸,苹果的皮肤光滑透亮,洗的时候一不小心就会从手中滑出去,仿佛是一个顽皮的孩子。

苹果的味道十分香甜可口,一口咬下去会发出清脆的“咔嚓”声,但是苹果本身含有果酸,多吃了容易让人感到牙酸,因此不要一次性吃太多哦!

包汤圆

宁波市四眼碶小学樱花校区 303 班
郑亿涵(证号 1004281) 指导老师 毛晓瑜

一天,妈妈说让我学包汤圆。

妈妈先把糯米粉倒进大碗里,放入一些温水,用手揉啊揉啊,不一会就揉成了一个大面团。然后妈妈拿来一个盒子,里面装着黑色的芝麻馅,我和妈妈把馅做成一个个“小黑球”。

开始包汤圆了,我抓了一把面团,搓成一个长条形,然后分成一个个小团团,搓了几下,接着用手指慢慢把小团子做成一个小小的“碗”,将“小黑球”放入“小碗”里,然后用手把两边的面团慢慢地合拢,又捏了几下,用手来回搓啊搓,一个雪白的芝麻汤圆就做好了。

我一下子信心大增,包了一个又一个,不一会儿,我和妈妈包了一大盘。

看到白白胖胖的汤圆像一个个小雪球,我忍不住流下了口水。

番茄蛋花面

华东师范大学宁波艺术实验学校 304 班
章芷羽 (证号 1000677) 指导老师 陈巧女

那天,我做了一碗番茄蛋花面,想吃吗?

首先,我拿出一个鸡蛋,“啪”的一声脆响,蛋液落入小碗里。“哒哒哒”,我用竹筷快速搅打。然后,我拿出一个大而红的西红柿,把它泡在开水里,把皮剥掉后,露出柔嫩的果肉。接着,我用锃亮的小刀把去皮的番茄切成一块一块的。

接下来,我拿出煎锅,打开火,倒下热油,并把切好的番茄块倒入锅中,撒上一些细盐,用锅铲不停地翻炒。待番茄炒出汁水后,倒入水,然后加入面条,再撒上一把细盐,汤水在加热沸腾的过程中变得浓稠飘香。

我把一碗黄澄澄的蛋液全倒了下去,不一会儿,汤里飘起漂亮的蛋花。我舀起一勺汤,尝了尝味道,咸淡适中,美味可口。我挑了一个好看的荷花碗,把煮好的面全部盛入其中。

自己做的面感觉特别好吃,我吃了满满的一大碗。

包饺子

宁波市黄鹂小学 301 班
滕凤森(证号 1005329)

一天,妈妈在客厅里包饺子。她包的饺子非常漂亮,就像一个个金元宝似的,看一看都会流口水。我想:“妈妈包的饺子好看又好吃,要不,我自己尝试一下包饺子吧!”

于是,我走到妈妈面前,“妈妈,你可以教我包饺子吗?”“当然,你先去洗一下手,再来包饺子吧!”

洗完手后,我走到桌子旁,看着妈妈包饺子。只见她把面团放在木板上,用擀面杖只轻轻一擀,面团就变成了面皮。我试了试,但是不管我怎么擀,都擀不好。正当我准备放弃时,妈妈对我说:“加油!再多擀几次就好了。”我听了妈妈的话,又尝试了几次,终于擀好了一个又大又圆的面皮。

我把饺子馅放进面皮里,结果放多了,合不上,于是,我又包了一个,馅又放少了,都立不住,只能“躺”在桌子上,唉,又失败了。但我没放弃,又做了一个,终于成功了。一个有模有样的水饺包出来了。

晚饭的时候,我吃着自已包的饺子,别提有多开心了。

番茄蛋花汤

宁波市四眼碶小学樱花校区 204 班
董梓彬(证号 1004271)
指导老师 徐雨燕

寒假中,妈妈教我制作番茄蛋花汤,我开心极了,那可是我最喜欢喝的汤啦!

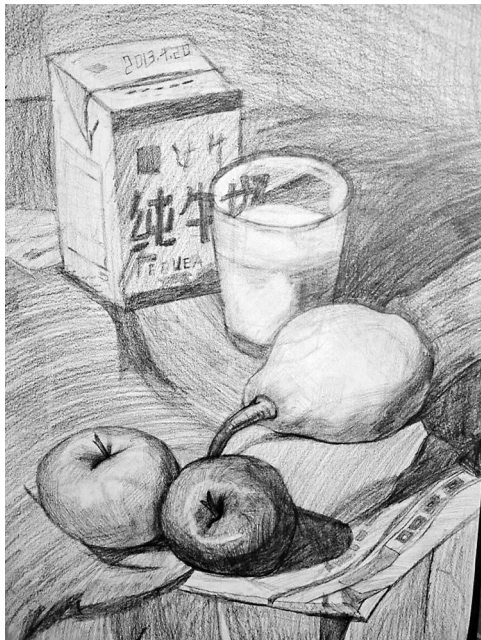
第一步,我选了一个红彤彤的大番茄,然后用水冲洗干净。接着将它切成了八瓣,放进碗里备用。

第二步,打蛋。我将鸡蛋壳往碗边一磕,没想到用力过猛,整个鸡蛋被我磕烂,蛋黄全流到了地上。看到鸡蛋“壮烈牺牲”,妈妈没有批评我,而是让我再试一试。第二次,我减小力量,随着一声清脆的声音,鸡蛋裂了一道口子。我掰开蛋壳,让蛋黄和蛋清顺利到达碗内。

我左手拿碗稍稍倾斜,右手握筷旋转着打蛋,渐渐地,透明的蛋清和金灿灿的蛋黄完全融合在一起了,打蛋就算成功啦。

第三步,我在锅里加了些清水并烧开。我小心翼翼地将番茄顺着锅的边缘像坐滑梯一样把它们送到锅里。几分钟后,再将蛋液慢慢倒进锅里。

最后,我们在锅里撒上食盐和葱花,一道美味的番茄蛋花汤就这样出锅啦!



水果牛奶

江北区裘市小学 502 班
杨豪(证号 1013432) 指导老师 唐海娥

