



品美食

都说世间唯有美食和爱不可辜负,的确,美食不仅给人带来味蕾上的享受,更能让人心情愉悦!小记者胡芷萱最喜欢水果“爱媛橙”,因为它既漂亮又好吃;陈果喜欢外公亲手做的冻米糖,那热乎香甜的味道馋得人口水直流;李烁和妈妈一起做了一道家乡菜,味道好极了……小朋友们,如果你有特别喜欢吃的美食,也和我们一起来分享一下吧!

美味的哈密瓜

海曙区高桥镇中心小学306班

江炫桐(证号 1006852) 指导老师 张双亚

大家好,你们知道我是谁吗?我可是西瓜的“表弟”——哈密瓜!想了解我吗?听听我的自我介绍吧!

说起我的味道,那真是无与伦比。我的果肉甜甜的,没有一点儿酸味,小朋友最喜欢我了!

我的味道很好,形状也是千姿百态。有时我是椭圆的,像一个巨大的橄榄球;有时我是圆圆的,像一个可爱的胖娃娃;有时像一个丑八怪,让人不忍直视!

我的外皮青中带绿,还有淡黄的条纹,里面的果肉有金黄的、雪白的……真好看。

我的条纹和西瓜兄弟不一样,西瓜的条纹比较稀疏,而我呢,是那么的茂密。我的外皮有点粗糙,而西瓜兄弟的外皮很光滑。不过,要是比我们的宝宝籽儿谁更多,我一定比它多。我的籽一团一团的,而西瓜的仔呢,零零散散的。

这就是我——又可爱又快乐的哈密瓜!快来把我带回家吧!

“爱媛橙”

海曙区高桥镇望春小学304班

胡芷萱(证号 1007116) 指导老师 徐静

我喜欢的水果很多,但是我最喜爱的还是“爱媛橙”。

一个个可爱的爱媛橙,像一盏盏明亮的小灯笼,美丽极了。它像个爱美的小姑娘,每天披着一件橙色的棉大衣,看上去像个圆溜溜的皮球。仔细一看,它的棉大衣疙疙瘩瘩。把它翻个四脚朝天,就能看见它的“肚脐眼”。闻闻它,一股清香钻进我的鼻孔,使劲一掰开,11个“小兄弟”在一起开会,又好像在说什么秘密。咬上一口,吃起来像果冻一样,酸甜可口,像甘泉一样流入心田。仔细观察它厚厚的外套,上面布满了密密麻麻的白丝。

爱媛橙可真好吃啊!



北仑区长江小学503班
韩涵(证号 1011733)

榴莲

海曙区古林镇藕池小学202班

黄柔雅(证号 1011334)

指导老师 吴红维

有人喜欢吃香香脆脆的苹果,有人喜欢吃酸甜甜的山竹,还有人喜欢吃清清爽爽的百香果,可是我,却喜欢吃软软糯糯、香香甜甜的榴莲。

说到榴莲,它可是被称为“水果之王”。有的人一说到榴莲,就会情不自禁地捂上鼻子,因为不喜欢它的人会觉得榴莲奇臭无比。可是对于喜欢它的人来说,可真是香味扑鼻啊。榴莲全身长着尖尖的刺,像一只大刺猬,又像一位穿着铠甲的大将军。打开来的时候,一股浓郁的香味就弥漫开来。咬上一口,里面的果肉糯糯的,又香又甜,这种美好的感觉会一直留在唇齿之间呢!榴莲营养丰富,含有多种维生素,听说连它的果壳都可以煮汤喝呢!下次我要让妈妈试试看。

这就是我最喜欢吃的水果——榴莲。不过,榴莲的热量太高,记得不要吃太多哦!

糖葫芦

海曙区古林镇中心小学106班

俞钧耀(证号 1010641)

指导老师 戴淑飞

昨天下午,我在补习班里学做了糖葫芦。

我先拿来草莓、番茄各2个,切好的哈密瓜2块,再用竹签把三种水果串起来,然后在水果上面裹上一层老师熬好的糖浆,这样,诱人的糖葫芦就做成了。看着它,红红的、亮亮的;用舌头舔舔它,黏黏的、甜甜的,真舍不得吃呢!

看看周围的小伙伴们都把糖葫芦吃了个精光,我也慢慢地把糖葫芦放进嘴里,笑着说:“真好吃!”



小樱桃

镇海区骆驼中心学校205班

王翌航(证号 1001322) 指导老师 汪宏波

冻米糖

海曙中心小学东校区206班

陈果(证号 1002199)

指导老师 姜雯

香香脆脆甜甜的冻米糖大家都吃过,那你们做过冻米糖吗?周末,我在外公的指导和帮助下,体验了一回做冻米糖的乐趣。

做冻米糖之前,我要隆重介绍一下外公家的大土灶。土灶是烧柴的,上面架着一口大铁锅,用柴火烧出来的食物可香了。那天的冻米糖也是用土灶完成的。

晚饭后,我在外婆的帮助下把各种材料放到灶边,有冻米、麦芽糖、白糖、芝麻和炒熟的花生米。外公已经生好火,他先把热水倒进大铁锅,然后迅速倒入麦芽糖,拿起大铁勺顺时针方向不停地搅拌,锅里的糖水慢慢地变稠。外公边搅拌边说:“等到这糖水挂在勺子上,不会像水一样滴下来的时候,就可以开始第二步了。”不一会儿工夫,糖水真的像冰柱似的挂在勺子上。外公把之前准备好的材料一股脑儿倒进去,翻炒几下,热乎香甜的味道馋得我口水直流。不一会儿工夫,外公就把热乎乎的冻米糖装到大托盘,我把托盘端到桌子上。外公公用他的大手在上面用力压一压,我也用我的小手在上面使劲儿地压,再用擀面杖使劲地来回滚动。外公一边滚一边说:“小宝贝,被擀面杖压过的冻米糖就不会松散喽。”“外公,您好聪明呀!”最后一步,外公小心翼翼地把托盘倒扣到桌上,凉了后再用刀切成小块儿。“大家快来吃新鲜出炉的冻米糖……”我大声吆喝道。外婆、妈妈跑过来,大家争先恐后地吃起了冻米糖。

“真香!真脆!真甜!外公,您的手艺真了不起啊!”我忍不住对外公竖起大拇指。



爱吃葡萄的小花猫

王若翀(证号 1001129) 指导老师 王金玲

镇海区骆驼中心学校104班

做家乡菜

宁波大树开发区第二小学303班

李烁(证号 1011427)

指导老师 鲍君娜

因为疫情,我们回不了老家,吃不到家乡菜,我的小馋虫抗议了。我跟妈妈央求道:“妈妈,我好想念奶奶做的梅干菜扣肉啊。”妈妈微笑着说:“要不我们试着做一下这道菜?”我连连点头答应。

妈妈在旁边指挥,我按照她说的去做。我先把肉放到水里煮,同时放人生姜、葱段和料酒去腥。水开以后,用勺子撇去浮沫。然后把家乡的梅干菜浸泡一下,大约需要半小时。接着,我把五花肉清洗一下,表面涂上老抽,放到油温五成热的油锅里炸,炸至表面金黄。

不一会儿,肉炸好了。我把泡好的梅干菜炒一下,放入干辣椒、耗油和美味鲜。再把炸好的五花肉切成厚片,放入美味鲜、盐和鸡精。接下来把炒好的梅干菜扣在肉上,放入锅中蒸45分钟。

时间一到,还差最后一道工序。我把切好的葱花撒在刚蒸好的肉上。哇,一盘香喷喷的梅干菜扣肉就做好了!

晚上,我吃着自己做的梅干菜扣肉,别提多高兴了!爸爸妈妈还把我做菜的视频发给了在绍兴的爷爷奶奶看,他们看了直夸我能干。

鱼

海曙中心小学东校区302班

刘亦宸(证号 1004319)

指导老师 阮小红

对于宁波人来说,鱼是餐桌上必不可少的。

刚从海里捞上来的鱼,新鲜锃亮,银光闪闪。这样新鲜的鱼,最适合清蒸。把鱼切成段,加生姜、黄酒和盐,腌制半小时后,隔水用大火蒸。蒸的时间可有讲究,时间太长,鱼肉就老了;时间太少,鱼肉太生了。怎么办呢?我有办法。蒸五分钟后,每隔三分钟,我会让爸爸去看一下鱼,保证时间刚刚好。这样蒸出来的鱼,鱼肉鲜嫩美味,好吃极了!

海鱼还可以红烧。先用小火煎一下鱼段,再放料酒、酱油、糖,咕嘟咕嘟地烧,半小时后,红烧鱼就可以上桌了。这鱼酱香扑鼻,人皆爱之。

西红柿炒鸡蛋

海曙区横街镇中心小学304班

水馨乐(证号 1007840)

指导老师 潘春艳

那天,妈妈教我做西红柿炒鸡蛋。

首先,我把西红柿切成小块,再把鸡蛋打到碗里,拿来一双筷子不停地搅拌,直到蛋清和蛋黄融为一体。

点火,等到锅里一点水都没有了,把油倒入。我真怕油溅到脸上,心里像十五个吊桶打水——七上八下的。我顾不得害怕,赶紧把蛋液倒入锅里,“滋啦”一声,锅里瞬间绽开了一朵大黄花。蛋液慢慢凝固,我赶紧拿起锅铲搅碎。然后把西红柿倒入锅里,用锅铲不停地翻炒,最后放入调味料,色香味俱全的西红柿炒鸡蛋出锅了。

看,那红色的西红柿和黄色的鸡蛋搭配在一起,馋得我忍不住吃了一口。尝着香喷喷的西红柿炒鸡蛋,我的心里美滋滋的!