



蒜蓉大虾

五彩养生汤

辣子鸡

教师、妈妈们推广,喝了“五彩养生汤”会变得美美的。

本次大赛学校只提供烹饪所需基本工具和基本调料,其他全部由同学自行准备和完成。不过,根本不用担心这些久经沙场的“小厨师”,现场去虾线、鸡腿肉去骨、腌制五花肉……厨艺娴熟、刀工了得。从制定菜单、撰写解说词,到处理食材、烹饪菜肴、摆盘装饰,他们分工合作,有条不紊、不慌不忙。

“这个红烧狮子头鲜美多汁,就差配一碗米饭了。”“这个红袍如意虾色泽红亮、酸甜适口,好吃。”各组完成菜品制作后,由学校厨师、劳动教师、学生代表组成美食评委组,最终评选出金勺奖、银勺奖和铜勺奖。

据了解,这是该校第二届“我是小厨神”争霸赛,活动从寒假厨艺实践作业拉开帷幕,学生们还把烹制菜肴的过程制作成视频通过网络平台进行展示。这是该校劳动教育的一个成果展示。在学校里,厨艺作业已经成为了假期作业的标配,通过定期展示评比主题性厨艺作业、小厨神大赛等活动,让学生们掌握一门生活技能,享受劳动带来的美好。

如今,在洪塘中心小学,会做菜已不是一件难事,喜欢做菜才是最大的变化。红烧大虾、冬瓜排骨汤、黄焖鸡、椒盐皮皮虾、红烧狮子头等硬菜,在“小厨神”眼里,已经是“小菜一碟”了。

本报讯(现代金报|甬上教育记者 马亭亭 林涵茜 通讯员 石珍妮)3月4日下午,一场以“最拿手的家乡菜”为主题的“我是小厨神”争霸赛在江北区洪塘中心小学厨艺教室火热上演,进入这场总决赛PK现场的6组“小厨师”现场掌勺,纷纷亮出“独门绝技”。本次菜肴制作全过程直播,各班师生在教室中全程观看。

“这道五彩养生汤一定要把山药煮得久一些,番茄、青菜、鸡蛋这三样就像交通灯一样,得谨慎对待,火候得控制好,否则会一团糟。香菇得切细,放在汤里,就有一种‘未见其形,先闻其味’的妙处……”比赛现场,来自605班的“春暖花开”组合向大家直播解说了烹饪技巧、营养价值、家乡美食习俗,还向女



三个学生在制作肉丸。

来道「硬菜」小学生「小菜一碟」!



学生观察透明奶茶的变化过程。

透明奶茶是什么味道? 这堂科学拓展课真有趣

本报讯(现代金报|甬上教育记者 钟婷婷 通讯员 姜一敏)“你看!变透明了!”近日,宁海县实验小学教育集团金桥校区的科学实验室内热闹非凡。同学们穿起白色实验服,眼睛直勾勾地盯着冒着气泡的蒸馏烧瓶。原来,金桥校区的科学社团在做“无色透明奶茶”实验。

现场的科学吴老师将红茶导入了蒸馏烧瓶中,在酒精灯的加热下,具有红茶香气的水蒸气顺着冷凝管流入了锥形瓶中。

“出来了!出来了!”同学们纷纷把小脑袋凑到锥形瓶边仔细观察。随后,吴老师又将鲜柠檬汁挤入牛奶中,指导同学们用滤纸进行过滤,得到透明的牛奶。当透明的红茶与透明的牛奶混合后,一杯透明奶茶便产生了。

“奶茶我们都喝过,透明

奶茶还是第一次喝。甜甜的,香香的。”四年级同学章焰云忍不住竖起大拇指。

“我们用蒸馏法提取了茶叶中的茶多酚,然后在牛奶中加入柠檬酸使其产生白色絮状沉淀,最后过滤得到近似透明的无色奶,最后混合在一起就变成了透明奶茶。”副校长孔小利介绍说,“同学们一边品尝奶茶,还能一边收获科学知识。”

在“双减”背景下,宁海县实验小学教育集团金桥校区成立“孔布利多科学‘真’探社”,设置了一堂又一堂有趣的科学实验课,将藏在身边的奇妙现象用实验的方式,带到孩子面前。除了制作透明奶茶,还有无字天书、火焰掌、水宝宝等实验课程……不仅启发了孩子的科学思维,又让科学变得有趣,激发了孩子对科学的热爱。

一起看“舌尖上的东海” 这份劳动课创新作业引家长学生点赞

本报讯(现代金报|甬上教育记者 李臻 通讯员 林珠)熟练地擀皮,麻利地包馅,热腾腾的包子出炉……近日,一个个精美的美食制作视频在宁波东海实验学校的校园群里转发,同学们都笑着说这是“舌尖上的东海”。

原来,这个学校每一个同学在七年级都要学会包包子,并且在家中完成实践活动,提交制作过程视频。这是该校张烁彦老师在上劳动课时给学生布置的家庭作业。

同学们在学校学习小笼包制作方法后,在家长的帮助下,让理论变成实践。大家制作的包子,五花八门。有的是正儿八经的包子,有的像饺子、馅饼,卖相各具特色。在制作过程中,大家忙得不亦乐乎、十分投入,真正感受到劳动的快乐和意义。

杨乔楚同学感叹:“平时很多时间都泡在题海里,四体不勤、五谷不分就是说的我。可是在完成这个作业的过程中,我体会到了生活其实也是另一处课堂。通过完成这个作业,我不仅加深了对发酵这个科学知识的理解,还增强了我与长辈之间



女孩在家制作包子皮。

的沟通和交流,毕竟这次我还请了老将出马——我的外公就是我的包子师傅。”

据了解,劳动课在宁波东海实验学校七、八、九年级已全面铺开,旨在让同学们树立正确的劳动观念,形成必备的劳动能力和养成良好的劳动习惯。

学校负责人表示,在“双减”的大环境下,老师和学生都需适应新的定位,这样的劳动课真正拉近了生活和课本之间的距离,受到学生、家长、老师三方的赞赏,每一个辛勤劳动的人都值得尊敬。

基金一览

过往业绩不代表未来表现,不等于产品实际收益 投资有风险 入市须谨慎

工银纯债、工银四季收益同获晨星(中国)年度基金奖提名

近日,Morningstar 晨星(中国)2022年度基金奖提名名单正式揭晓,全市场共14只基金入选提名名单,工银瑞信基金独占两席。其中工银四季收益债券获得“普通债券型基金”提名,工银纯债债券获“纯债型基金”提名。工银瑞信基金亦成为此次评选中唯一一家有两只固收类产品上榜的基金公司,且

连续两年有固收基金获得晨星年度基金奖提名。

作为国内银行系基金公司,工银瑞信基金坚持“专业为本,稳健为基”,不断强化“投资为民”理念和受托责任,持续完善投研管理体系,打造股债双优的投资能力,努力为投资人创造可持续的投资环境。

黄杰