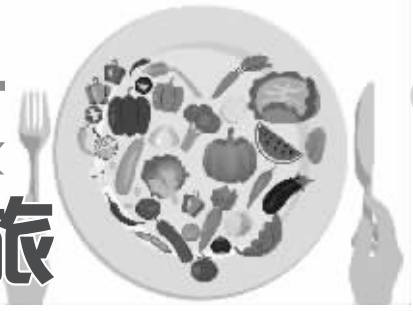
2022年4月19日 星期二 责编:王妙妙 徐徐 美编:周斌 照排:余佳维 审读:邱立波

美食之旅



民以食为天,品尝美食也是品尝生活。用荠菜包的春卷,让小记者包项瑜尝到了春天的味道;上山挖春笋,让康琳贻体验了美食来之不易;印有蝴蝶、双喜等图案的点心,对李梓烁来说是家乡的味道……如果你也有喜欢的美食,欢迎跟我们分享!

家乡的味道

宁波大学附属学校小学部204班
李梓烁(证号2202346)
指导老师 叶小燕

双喜糕是我家乡的传统小吃。外婆提前一天磨好了米粉,外公也起了个大早,去采了一大袋柚叶。吃完中饭,我们全家一起协力做点心。

我们分工明确,外婆和妈妈把米粉搓成乒乓球大小的丸子,压扁后放进香甜可口的芝麻馅,然后搓成团。我的任务是把白白胖胖的面团用模具压制成形,然后把印有蝴蝶、双喜等图案的点心放在柚子叶上。

外婆把点心放入锅里,蒸了10分钟左右。当外婆揭开锅盖的时候,我馋得垂涎三尺。点心闻起来香气扑鼻,尝起来回味无穷。一个小小的点心承载着浓浓的亲情和甜甜的回忆。无论我长大以后身在何处,家乡的味道会一直留在我的心里。

豌豆

海曙区古林镇藕池小学301班
毛杨朵儿(证号2203613)
指导老师 金妤蔚

一大早,我就兴高采烈地和妈妈来到菜场,购买新鲜的豌豆。

回到家中,我迫不及待地剥开豌豆壳,看见了绿油油的豌豆,像一颗颗绿色的小糖果,可爱极了!我用豌豆炒了一盘菜。出锅了!我闻着清香四溢的豌豆,忍不住吃了一口,哇!真好吃!妈妈也对我竖起了大拇指。

吃过饭后,妈妈告诉我,豌豆是一种营养性食品,含有许多微量元素和维生素C,对人体非常有好处。

我喜欢豌豆。

玉兰花

海曙中心小学东校区106班
李雨萌(证号2214111)

组稿老师 罗彦

番茄炒鸡蛋

北仑区华山小学201班
朱宸辉(证号2216559)
指导老师 贺赛云

这周,我要完成老师布置的作业——学炒菜。

周六一早,我就向妈妈申请了10分钟用手机时间,打开软件查看我最爱的番茄炒鸡蛋的教程。按照教程,我准备了两个番茄、两个鸡蛋和几根葱。

我先把鸡蛋轻轻一敲,蛋壳出现一条裂缝,再用手一掰,蛋清蛋黄都流了出来,在碗里像一朵盛开的太阳花。我拿起筷子,把鸡蛋搅拌均匀。接着把红彤彤的番茄清洗干净,然后去皮。我小心翼翼地剥着皮,但是番茄的皮很滑,跟它较劲了好久,都没有成功。正当我一筹莫展时,妈妈给了我一个小贴士:在番茄表皮轻轻划个十字,放在开水里烫一烫,就好剥了。我半信半疑地照做,妈妈的方法果然有效。这次我成功地给番茄完成了“去皮手术”。接下来,我要把去皮的番茄切成片,因为是第一次切菜,所以切得有的厚,有的薄,像一块块形状各异的积木。

万事俱备,准备下锅。我先把锅预热,再倒入花生油。听到油“滋滋”作响,我慢慢地把蛋液倒入锅中。我按照妈妈的指导翻炒了几下,把鸡蛋翻炒成金黄后盛出。下一步,炒番茄。我在锅中重新加入适量的油,再把番茄片倒入锅里。没想到油像个调皮的娃娃,接二连三地往上跳,吓得我往后退了好几步。我灵机一动,立马拿起锅盖当作“盾牌”,右手拿着锅铲忙乱地翻炒着。等番茄出汁后,放入事先炒好的鸡蛋,再撒入盐和葱花,我的番茄炒鸡蛋就出锅啦!

第一次炒菜,虽然过程有点忙乱,但最终还是顺利完成了。我长长地松了一口气,炒菜还真不是件容易的事啊。

美味的蒜蓉蒸虾

北仑区岷山学校204班
王淑晗(证号2217571)
指导老师 顾红娜

周六的傍晚,爸爸自信满满地说:“今天,我要做一道厉害的菜——蒜蓉蒸虾。”

爸爸麻利地把粉丝切成小段,放在热水里泡发。接着,他拿起刀,快速地挑出黑色的虾线,剖开虾背,把它们整整齐齐地装在鱼盘里。然后把蒜打成泥,加入蒸鱼豉油,撒上盐和糖,加入适量的清水,快速翻炒。这时,蒜泥的香味扑鼻而来。爸爸把粉丝、蒜蓉放到虾背上,倒入料酒,上锅蒸五分钟。不一会儿,虾就蒸好了。最后,撒上翠绿的葱花和红色的小米椒,再浇上一层热油,一道色香味俱全的蒜蓉蒸虾就完成了。

我迫不及待地拿起一个大虾,放进嘴里。哇,鲜美的大虾配上滑滑的粉丝和超入味的蒜蓉,真是美味呀。爸爸看着我狼吞虎咽的样子,开心地笑了。

雪媚娘

海曙区古林镇中心小学206班
陈传琦(证号2215400)
指导老师 戴淑飞

星期六,我和爸爸去理发,理完发之后去买面包。

我们先挑了一个普通的吐司面包。突然,我眼前一亮,一个白白胖胖,像个大馒头一样的甜点吸引了我。我跟爸爸说:“我要这个。”营业员说:“这是雪媚娘,小朋友都喜欢吃。”爸爸说:“好的,要榴莲味的!”

晚上,我和姐姐迫不及待地拿出雪媚娘,轻轻地咬上一口,在嘴里慢慢地品味着。这雪媚娘吃起来糯糯的,甜甜的,我们异口同声地说:“太棒了,真好吃!”只可惜这个雪媚娘太小了,没咬几口,就吃完了,真是让人回味无穷啊!

寻找春天的美食

北仑区小港中心学校302班
康琳贻(证号2216688)

今天,我特兴奋,因为我们要去外婆家后面的小山上挖春笋。

十分钟后,我们上了山,一片碧绿的竹林出现在眼前。我和表弟赶紧冲了过去,可连个春笋的影子都没有看到。于是,我赶紧向叔叔求助,叔叔不紧不慢地说道:“挖春笋可不是件容易的事,要学会技巧。看,那边的土有裂痕,还鼓鼓的,应该有春笋。”

于是,我赶紧拿起锄头开始挖,表弟也过来一起帮忙。终于,一个笋娃娃露出来了。这时,叔叔抡起锄头,重重地砸向笋的根部。霎时,笋娃娃和它的“脐带”分离了。我问叔叔:“这根绿色的‘脐带’是什么啊?”“这可是找春笋的重点哦,它叫‘竹鞭’,竹鞭会长出竹笋,所以它的周围很有可能就有竹笋。”叔叔回答说。

我按着这个方法找春笋,不久,又找到了一个笋尖。我提起锄头连续刨了几下,土松了。我放下锄头,将春笋宝宝周围的土拨开,然后,拿起锄头砸向春笋宝宝的根部。嘿,挖出来了!

不一会儿,我们就收获满满。我和表弟一路哼着小曲,心满意足地回家了。

葱烤大排

海曙区古林镇中心小学205班
吴梓萱(证号2215393)
指导老师 聂红霞

今天,我拜老爸为师,来做一道美食——葱烤大排。

首先老爸让我把大排腌制一下,主要调料有:酱油、酒、鸡蛋、生抽、生粉。十分钟后,我拿起筷子给大排翻身,不料,它像坐了滑梯一样,从我的筷子之间溜走了,真是太调皮了。

腌制好了,就开始煎。先往锅里倒油,等油热了,我把大排小心翼翼地放入锅里。煎了一分钟后,大排的颜色慢慢变成金黄的了,爸爸说可以捞出来了。

终于到了最后一步——煮大排。先热锅放油,然后放入两片生姜和好多大葱,哇,从锅里跑出来的蒜味好香啊!接着爸爸让我把大排铺上去,再倒入料酒、冰糖、老抽、生抽和一碗开水。这时,锅里像在放鞭炮似的“啪啦啪啦”地响,吓得我手忙脚乱,赶紧盖上锅盖。五分钟后,打开锅盖,香喷喷的味道飘满整个厨房,我直流口水。

今天的拜师学艺成功了,以后我要常做美食给爸妈吃!

咬春

海曙区石碶街道宸卿小学302班
包项瑜(证号2214285)
指导老师 钟雅珍

春天,是万物复苏的季节,绿草如茵,可爱的小生命都从地底下探出脑袋来,田野里的野菜也在疯长着。

阳光灿烂的周末,外公外婆去郊外采了满满一袋荠菜。我兴冲冲地提了个建议,“用荠菜包春卷!”外婆连连点头,“我们再包点荠菜饺子吧!”就这样,外公作为采购员,去菜场买面皮。我和外婆也没闲着,开始清洗荠菜。沐浴后的荠菜,显得更加水嫩了。外婆将荠菜和香干切成小块,再快速剁碎,让两种食材混合在一起,撒一勺盐,搅拌均匀。就这样,馅料制作成了。

外公采购回来,我迫不及待地想要大显身手。我小心翼翼地展开一张春卷皮,那是一张透着光、薄如蝉翼的皮。外婆教我,把馅料放在皮的下边居中,再紧压着表皮和馅料往上卷。快到顶端时,把两边的皮往中间收,最后卷到顶。看,第一个春卷成型了。

我这边裹着,外婆在厨房里炸着。等外婆把炸好的一盘春卷端上桌,我猴急地拿起一个,吹了几口气,就往嘴里塞。刚出炉的春卷香脆可口,蘸点醋,别有一番风味,这是春天的味道啊。

咬春的习俗,让我触碰到了春天,也让我尝到了春天。

小鸡炖土豆

北仑区博平小学304班
吴宇轩(证号2216548)
指导老师 邹春艳

假期里,我跟着爸爸妈妈去大舅家吃饭。

终于开饭了,我迫不及待地坐在饭桌旁,拿起了筷子。哇,形形色色的饭菜,个个味道鲜美,好吃极了!

过了一会儿,大舅又端来一道菜,嘴里喊着:“小鸡炖土豆来喽!”此话一出,我立刻来了精神,站起来,举起筷子夹了一块鸡肉。它全身深红,滴着汤汁,油亮亮的,冒着热气,让人食欲大开。我迫不及待地把它送进嘴里,嚼了起来,鸡肉鲜嫩弹牙,香中带辣,非常有味儿。

紧接着,我又夹了一块土豆,它裹满汤汁,金黄诱人。我也把它送进嘴里,软软的,糯糯的,舌头一抿就碎了,真好吃!

我吃了一块又一块,停不下来了。大家看我吃得这么香,都笑了。

自助餐

镇海区实验小学403班
陈葭允(证号2219345)
指导老师 周舟