



2022年5月17日 星期二 责编:王妙妙 徐徐 美编:周斌 照排:张婧 审读:邱立波

快乐劳动

劳动是什么?劳动是付出,也是收获;是辛苦的,也是快乐的。做一些力所能及的家务、体验一下农耕生活,对孩子来说,他们不仅能收获成长,体会快乐,也能渐渐领悟到劳动的真正意义。

捡鸡蛋

慈溪市第三实验小学
教育集团104班
沈彦佐(证号2208048)
指导老师 张吉珍

我们家养了一只青脚麻花鸡,它每天在院子里跑来跑去。

星期六的早上,我打开阳台门,发现鸡筐里有一个鸡蛋,我开心地跑过去捡起来。哇,太神奇了,鸡蛋居然是热的。我小心翼翼地捧着鸡蛋,去找妈妈:“妈妈,为什么鸡蛋摸起来热热的?是不是母鸡肚子里有一个锅,已经帮我煮好蛋了?”

妈妈听了哈哈大笑,告诉我:“因为鸡蛋藏在母鸡肚子里,而母鸡的身体是热的啊!”我听了,也害羞地笑了起来!

从此,我的快乐劳动增加了一个新项目——捡鸡蛋。

晒笋干菜

余姚市新城市小学202班
赵荣泽(证号2200760)
指导老师 钱建娥

星期天,我和妈妈去外婆家晒笋干菜。外婆把笋切好,妈妈和小外婆把晒好的干菜泡在热水里,洗干净菜里面的泥沙。

过了一会儿,锅里的笋煮好了,干菜也洗好了。小外婆把笋和干菜放到一个筐里拌了拌,然后放到手推车上面的铁桶里。我把推车推到院子里,妈妈把桶里的笋干菜都撒在竹编上。她让我再去装一桶来,于是,我又装了一桶。就这样,我们配合着,把所有的笋干菜都晒了出去。

大家干得大汗淋漓,但很高兴,因为再过几天就能品尝到笋干菜的美味了。

洗碗

慈溪市慈吉实验学校204班
宋语轩(证号2219335)
指导老师 邵帅梦

阳光明媚的一天,我们去奶奶家吃饭。

奶奶给我们准备了很丰盛的午餐,有我爱吃的红烧小黄鱼、花菜等,我吃得津津有味。等大家都吃完饭了,我说道:“奶奶,今天我来洗碗吧!”奶奶高兴地说:“好呀!”

我先把碗筷收拾起来,放进一个盆里,然后一边放水,一边往里面挤洗洁精。很快,盆里出现了好多泡泡,我拿起抹布给碗“搓澡”,一个接一个,很快洗完了第一遍,用清水冲洗干净就行啦!奶奶在一旁看着,连连称赞:“嗯,真不错!我们轩轩真能干。”

我把洗好的碗筷放在沥水篮里,又把水槽边上的水擦干。我喜欢洗碗,因为这样既能锻炼自己,又能帮长辈们分担家务。



播种

北仑区岷山学校306班
周一一(证号2217648) 指导老师 乐晓晓

挖荠菜

慈溪阳光实验学校303班
林洲舟(证号2208850)
指导老师 吴华秋

春日里,最有趣的事非挖荠菜莫属。昨天下午,妈妈对我说:“洲舟,我们去挖荠菜吧!”我听到这个消息,开心得一蹦三尺高。我们拿起铲子和篮子,出发了。

到了广阔的田野,我看到一片绿油油的草。这时,妈妈给我传授了一些经验,说:“荠菜一般长在小溪边。”

听完,我跑得像脚下踩着风火轮,不一会儿,就到了小溪边。我拿起小铲子,聚精会神地挖了起来。没一会儿,篮子里的荠菜就堆成了小山。我一蹦一跳地向妈妈显摆,妈妈看见我篮子里的“荠菜”,差点笑晕过去,说:“你还有许多‘卧底’。”妈妈把像荠菜一样的草挑了出来,最后只剩多少荠菜了,我只好再“战”一次。

晚上,我把荠菜交给了我家的五星级大厨——奶奶,我们吃到了美味的荠菜炒年糕,真是应了一句老话“荠菜炒年糕,越吃越老糟”。

咸菜黄鱼汤

海曙区古林镇藕池小学302班
叶梓辰(证号2203631)
指导老师 吴红维

宁波人的餐桌上经常会有的一道本帮菜——咸菜黄鱼汤。

今天,我打算自己动手做这个菜。我先用平板电脑查找了一下这个菜的做法,觉得难度并不是很大,就有点跃跃欲试了。我把想法说给妈妈听,妈妈很支持我。

我们准备了一条大黄鱼,切好姜丝和咸菜,准备开工了。因为这是我第一次做鱼,妈妈说炸鱼的时候,锅里的油会溅起来,所以她建议我用清水把鱼煮熟。于是,我先把水煮到沸腾,再把洗好的大黄鱼完完整整地放下去,同时放点姜丝,倒点料酒。等鱼肉快煮熟的时候,再加入之前准备好的咸菜,盖上锅盖再煮一小会。等到鱼煮得差不多的时候,加入调料,就可以准备出锅了。

妈妈检查了一下我做的咸菜黄鱼汤,觉得很成功。正好赶上饭点,家里又有米线,妈妈提议我可以把米线放进黄鱼汤里一起煮。于是,我就把米线也放进去,又煮了一会儿。米线熟了,我开心地叫妈妈来吃饭,每人都盛了一点米线和半条黄鱼。吃上一口,哇!有一点酸,还有一点咸,但味道很鲜,很好吃。

我很开心,因为这是我第一次做宁波菜,成功了!

包馄饨

镇海蛟川双语小学206班
王煜圆(证号2219526)
指导老师 何丽萍

我是个“小吃货”,一看见美食就挪不开眼睛,迈不开腿。作为一个“资深吃货”,光会吃可不行,还要会做美食与家人分享。最近,我跟着妈妈学会了包馄饨。

第一步,准备食材。妈妈说:“好的食材是成功的一半。”于是,我们俩一大早就去家门口的超市挑选猪肉、馄饨皮、葱。在挑选猪肉的时候,我还跟着妈妈学了一招。原来选猪肉是很有讲究的,要学会一看二闻。看,就是要用眼睛去观察猪肉的颜色是否鲜艳;闻,就是要用鼻子去闻闻肉有没有异味。一番挑选下来,我感觉生活中真是处处有学问。

第二步,准备馅料。要说馄饨的灵魂就是馅料了。我把肉放到案板上,先切成块状,再将其剁成肉糜。接着就该是各类调料出场了。酱油、麻油、蚝油、盐等统统放入肉糜中,并且用筷子将其搅拌均匀。

第三步,包馄饨。我按照妈妈的示范,左手拿着雪白的馄饨皮,右手小心翼翼地用筷子往面皮里面加馅料,然后将面皮折叠起来并轻轻一按。虽然造型上缺少一点美感,但也算是大功告成。

早上,全家人围坐在一起,吃着我做的馄饨,都夸我可以出摊去卖了。我心里可开心啦。



共建美好家园

慈溪市龙山镇实验小学104班
戎梓轩(证号2208507)

组稿老师 钱建娥

炒年糕

海曙区横街镇中心小学203班
汪子萱(证号2215577)
指导老师 胡迪平

星期天,我和爸爸一起炒年糕。我们去菜场买了白嫩嫩的大雷笋、绿油油的小青菜和香菜、白胖胖的水磨年糕。我将它们洗得干干净净的,放在篮子里备用,闻了闻,似乎还能感受到乡村田野的气息。

在爸爸的帮助下,我将小青菜、笋、年糕、香菜切好,准备开始制作美食了。先把锅加热,再倒入少量菜籽油,接着把青菜放在锅里翻炒。炒青菜的时候,我感觉心跳加速。接着,放入年糕、笋、香菜、鸡精、盐继续翻炒,没过多久,香喷喷的年糕就炒好了。

炒好的年糕颜色油亮、香味扑鼻,我心想:闻起来都这么香,味道肯定很美味。于是我先给妈妈尝了一口,妈妈赞叹地说道:真是色香味俱全呀!

体验农耕

海曙第二外国语学校201班
马莞怡(证号2216027)
指导老师 董伟

五一假期,我们全班同学一起去达人村参加农耕体验活动。

到达目的地,总教练给我们分好小队,我们的队名叫“炸鸡芒果沙拉队”,我是旗手!

首先,我们走进宁波农耕文化馆展示厅,认识了许多宁波以前的农具。我看到一件蓑衣,想到了“青箬笠,绿蓑衣,斜风细雨不须归”的景象。接着,我们来到外面,开始体验用石磨磨豆浆。石磨好沉啊!我费了九牛二虎之力才碾碎豆子。看见土黄色的豆汁滴滴答答地流进盆里,我开心极了。

休息了片刻,我最喜欢的活动开始了,那就是插秧。我们欢呼着,跳进泥土里,光着脚,弯着腰,慢慢地把秧苗插进水田里。大家干得不亦乐乎。忽然,我不小心摔进了泥田里,身上粘满了泥巴,惹得大家哈哈大笑。

中午,看着桌上的麦饼筒、米馒头、豆浆等宁波美食,听着老师讲“一粥一饭,当思来之不易”,我明白了美食从哪里来。

包饺子

宁波大榭开发区第二小学403班
曲歌(证号2216776)
指导老师 鲍君娜

在我家,饺子是一道必不可少的美食。

包饺子首先要拌好馅儿,芹菜馅是我的最爱。首先,将芹菜切成丁,再把五花肉切成丝,加上酱油拌一拌,然后加入油、盐以及用生姜和香叶等调料泡的水,搅拌均匀,馅就拌好了。

接下来,要做饺子皮了。用一个不锈钢大盆,往里面倒入面粉,再加上适量的水,搅拌均匀并且不停地揉搓,直到形成一个大大的面团为止。再将大面团分成一段一段的小面团,用手将小面团按成一个个小圆饼,然后左手拿着小圆饼,右手拿着擀面杖擀,最终就成了饺子皮。

开始包饺子啦!先把饺子皮放在手中摊开,挖一勺馅放在皮的中间,不要太多。然后把饺子皮对折,在顶端使劲捏一下,然后从两边边折叠边往中间捏,没几下,饺子就成型了。

把饺子一股脑儿地倒到烧开的锅里,一小会儿它们就像一群鸭子一样浮出了水面。大约过15分钟左右,饺子的肚子像皮球一样鼓了起来,就表示它们可以出锅了。

热气腾腾的饺子端上了桌,大家争先恐后地把一个个小元宝似的饺子夹到自己碗里,一口咬下去,汁水丰富,味道鲜美,太好吃了。