



2022年5月24日 星期二 责编:王妙妙 徐徐 美编:雷林燕 审读:邱立波

生活好味道

生日那天,给妈妈做一道凉拌黄瓜,感谢她的养育之恩;清明节,外婆包艾饺,不仅是一种习俗,更是一种情愫;吃菠萝原来有秘诀,要在盐水里浸一会儿……制作美食、品尝美食,不仅能给我们带来满足感,也让我们的生活有了更丰富的味道。

凉拌黄瓜

宁波上海世外附属姚江书院202班方叶萱(证号2219702)

指导老师 赵婷卡

清晨,起床的闹钟铃声准时响起,我快速地穿衣洗漱。推开窗户,一缕清新的空气迎面吹来。今天是我的生日,我要给妈妈做一道凉拌菜,感谢妈妈的养育之恩。

我先从冰箱里拿出两根黄瓜清洗了一下,再把黄瓜切成片放入盆中,虽然切得不好看,但不影响口感。切完后就开始调味,我先放了一点盐,一点醋,再放了点白糖,最后放点酱油,用筷子搅拌了几下,尝了一口,感觉不够酸,我又倒了一些醋,继续搅拌均匀。嘿嘿,这下很美味了。

凉拌黄瓜做好了,我对妈妈说:这是我给您准备的美食,请您品尝。妈妈惊讶地说:“哇,你太厉害了,我来吃一口,嗯……这应该是妈妈吃过的最美味的凉拌黄瓜,谢谢宝贝。”

杨梅

慈溪市慈吉实验学校211班范朕恺(证号2208334)

指导老师 周艳

杨梅是慈溪的特产之一,好吃极了!

杨梅有各种颜色:接近黑色的杨梅代表它已经成熟了,一口咬下去,非常甜。还有大红色、淡红色,甚至还有带点青色的,因为它们生长速度不同,所以我们采摘的时候要选择性采摘。摇一下树枝,杨梅就啪啪啪地往下掉。有的砸到我的脑袋上,有的掉到地上,我左踩一脚、右踩一脚地在杨梅树下走,等摘好杨梅,发现我的白鞋底仿佛被涂上了一层红颜料。回到家,我发现镜子里自己的嘴唇像抹了妈妈的口红一样红。喔!原来是杨梅汁留在了我的嘴唇上。哈哈!真搞笑!

又到了吃杨梅的季节,小朋友们,欢迎你们都来慈溪吃杨梅噢!

青团

海曙区横街镇中心小学104班方卓洋(证号2215564)

指导老师 沈岚岚

每到清明节,妈妈就会去菜场买食材做青团,今年也不例外。

青团是用青青的艾草和白白的糯米粉做的,里面裹着红红的豆沙,是我和哥哥最喜欢的馅儿。妈妈一揭开锅盖,就飘出来一股淡淡的艾草香。

妈妈把蒸熟的青团拿给我和哥哥吃,我咬了一口,又软又甜,好吃极了!

龙虾面

海曙区古林镇中心小学103班方骐(证号2215327)

外婆的“花边饺”

慈溪市崇寿镇中心小学206班陈梓睿(证号2212767)

指导老师 张风景

从我记事起,每到清明节,外婆就会做艾饺和青团给我吃。今年,我终于有机会和外婆一起制作啦!

一大早,外婆就从村口的农田采来了一篮鲜嫩碧绿的艾青,我好奇地问:“外婆,为什么你不直接去菜场买艾草呢?”外婆笑眯眯地对我说:“自己采来的新鲜呀!你闻闻,是不是有一股淡淡的清香呢?”我一闻,一阵青草香扑鼻而来。

外婆把艾草洗净,倒入锅中焯水,看着锅中的水渐渐呈绿色时,外婆赶紧把一勺碱面放入水中。在一旁观察的我又开始好奇,嘀咕着:“放这干什么呢?”外婆解释道:“这碱面可以破坏艾草的纤维组织,到时吃起来会更嫩哦!”我似懂非懂地点点头。下一步要揉面啦!只见外婆把普通面粉和糯米粉按一定的比例倒入盆中,再一并倒入煮过的艾草和艾草水,开始使劲地揉了起来。没揉一会儿,外婆额头上就渗出了汗珠。我撸起袖子也想挑战一下,真是不试不知道,一试吓一跳啊!面团在我的手下一点都不听话,仿佛我的小手无论怎么用力,都无法撼动它的形象。哎!最后还是请老将出马啊!面团在外婆的手中变得越来越筋道,颜色也更加均匀好看了,真是神奇。

接下来可是我最期待的环节——包艾饺喽!外婆先把面团搓成长条,拽下一个婴儿拳头般大小的剂子,再用手掌把它压成薄薄的面饼,舀一勺雪菜笋肉馅放在面饼中间,最后将两边对折捏成饺子形状,厉害的还在后头呢!只见外婆用大拇指轻轻按压饺子边缘,一推一按间,一排漂亮又整齐的花边就出现了,仿佛少女穿上了一条精致的花边裙,难怪妈妈称外婆做的饺子是“花边饺”呢!我在一旁看呆了,笨手笨脚地学着外婆的样子做,可做出来的饺子一点都不美观。外婆安慰道:“没关系,慢慢来,以后每年跟着外婆做,自然会有提升了。”一个小时不到的时间,外婆就完成了几十个饺子,一排排艾饺整整齐齐地排列在木盘中,真像一件件工艺品呢!

一道传统美食,一个风俗,一项技能,更是一种情愫……

美味的日料

慈溪市慈吉实验学校204班徐柯宸(证号2219343)

指导老师 邵帅梦

今天,爸爸妈妈带我去吃日料。

一个小姐姐把我们带到一个小包厢,我们脱了鞋进去。这个包厢很有特色,地面中间凹进去一块地方,放了一张小方桌,周围没有座椅,直接坐在方桌边上,挺有趣的。爸爸点了很多吃的,有三文鱼和北极甜虾等,我都特别爱吃。我最喜欢的是牛肉寿喜锅,把肉片放到锅里煮一会,再蘸一下鸡蛋液,味道美滋滋的。一开始我还不es尝试,看爸爸吃得那么开心,我壮着胆子一口咬了下去,一股鲜味裹住了我的味蕾,我深深地被这种美味吸引了。接着我还吃了很多不同口味的寿司,太满足了!

这家日本料理真不错,下次我还要来试试其他菜品。

橘子

海曙外国语学校304班周沈瑜(证号2215186)

指导老师 袁洁

今天,爸爸从公司里拿来了一箱水果。我迫不及待地打开,原来是橘子!我挑了几个大的,用水冲洗干净。之前原本灰头土脸的橘子一下子变成金灿灿的。我用手摸摸橘子的表皮,发现是凹凸不平的。闻了一下,还有一股淡淡的清香。我听说橘皮可以做好吃的糖,便剥了一小块,轻轻放进嘴里。还没嚼,我就呸的一声吐了出来,味道怪怪的。

我将果肉剥了出来,只见那一瓣瓣果肉紧紧地抱成一团,有大有小,还有很多白白的橘络。我咬下一口,汁液在嘴里流淌,甜津津的。

橘子身上都是宝,橘皮可做糖,橘络可入药……我爱橘子!



美食达人

海曙区高桥镇望春小学305班叶欣雅(证号2214560)

指导老师 王科颖

组稿老师 李佳

吃菠萝

镇海区骆驼中心学校206班李钰馨(证号2219619)

指导老师 郭科琦

一天中午,妈妈下班回家,带回来两个菠萝。

菠萝戴着一顶绿油油的“头盔”,身穿金黄的“铠甲”,真像一个耀武扬威的大将军。我迫不及待地捧起菠萝闻了闻,一股清香钻进了我的鼻孔,一下子就唤醒了我肚子里的“小馋虫”。“妈妈,什么时候才能吃菠萝呀?”妈妈笑着说:“瞧把你馋的!我们现在就可以吃啊!”妈妈说完,就拿起水果刀开始削皮,金黄的果肉散发出阵阵清香。我迫不及待地伸手去拿,可妈妈一把拍开我的手说:“小馋猫,要把削好的菠萝放在盐水里泡一会儿。”“为什么呢?”我急切地问。“因为菠萝肉里有一种酸,对口腔和嘴唇有刺激作用。在盐水里浸泡10分钟,盐水会破坏这种酸的结构,就会减少对口腔的刺激,吃起来更甜。”我恍然大悟,原来吃菠萝也有秘诀呀!

10分钟到了,我急忙把菠萝捞了出来,泡过盐水的菠萝甜滋滋的,还带着一点酸酸的味道,真好吃!

意外之喜

海曙区高桥镇望春小学305班周子轩(证号221561)

指导老师 王科颖

上周五的中午,我们去食堂吃饭,还没走到食堂就闻到了想念已久的香味,又可以吃排骨了。分到排骨后,我们狼吞虎咽地吃了起来,三下五除二就把排骨吃完了,可是还没吃过瘾啊。于是我飞快地跑去加排骨,发现队伍已经排起了长龙。随着排骨越分越少,我急得像热锅上的蚂蚁,心里不停地想:如果排骨没了,可怎么办?过了一会儿,果然不出我所料,加到我前面一个同学的时候,排骨没了。

我垂头丧气地回到座位上,但还是不死心,我瞄了一下,发现还有一支队伍在排队。我又快速地跑去那里,发现加的只是排骨汁。于是我弄了点汁,和米饭拌在一起。浓郁的汤汁伴着香香的米饭,咸鲜带甜的酱香味在我舌尖上跳舞,这味道简直比排骨还美味,一大碗米饭瞬间就被我消灭光了。我心里默默地提醒自己,下次有排骨的时候,一定要再来加排骨汁。

生活真是处处充满惊喜啊!

美味的早餐

宁波市实验学校302班张梓昕(证号2214671)

指导老师 翁丹妙

今天,我早早地起了床,因为我要为爸爸妈妈做早餐——三明治。

我先把吐司面包煎成两面焦黄后,再把鸡蛋煎成荷包蛋,最后把西红柿切成片后和火腿一起煎一下,就可以放到准备好的餐盘里了。

我先放了一层焦酥的吐司面包,再放一块香甜的芝士片,接着放两片鲜美的火腿,然后依次放上荷包蛋、西红柿片和生菜,最后再放上一块香酥的吐司面包。美味的火腿三明治就做好啦。

我把做好的三明治端到爸爸妈妈面前,还为他们准备了两杯热牛奶。爸爸笑着对我说:“谢谢昕昕小厨师。”

今天真是一个美好的早晨呀!以后我还要为爸爸妈妈做早餐。