



2022年8月26日 星期五 责编:徐徐 王妙妙 美编:徐哨 照排:张婧 审读:邱立波

## 高新区实验学校402班 夏天的味道

“在夏天,我们吃绿豆、桃、樱桃和甜瓜。在各种意义上都漫长且愉快,日子发出声响。”也许是冰柜里那一根绿豆沙棒冰,也许是小吃摊头那一盒麻辣小龙虾,也许是田间地头那一个沁甜入心的西瓜,夏天的味道就藏在这些食物里。

指导老师 胡心怡

### 美味绿豆糕

郭依依(证号2200834)

我爱吃绿豆糕,它甜美、清凉,那是一种无法抗拒的味道。它外观精致、香味迷人。你看那圆圆厚厚一个个,正面刻着一只只可爱的小动物,栩栩如生、活灵活现,我还未品尝便已欢喜非常。

绿豆糕的背面则是纯纯的浅绿色,马卡龙色泽既清新又充满活力,令我沉醉留恋。待你轻轻一咬,软软的糖沙一下子就浸满口腔。闭上眼睛,仿佛在幸福的海洋里遨游。它不像桂花糖那样甜得腻人,亦不像馒头那样索淡,是让人愉快的甜味,也是让人清爽的甜味,更是让人微笑的甜味。

记忆中的绿豆糕就是这样的美妙,尽管时间流逝,那份香甜却从未模糊。那段日子里,我爱拉着姥姥去江边散步,每次总缠着姥姥在店里买上一盒绿豆糕。沐浴在晚霞中,坐在条石上,品着绿豆糕,姥姥和我的欢声笑语携着绿豆糕的清香一起飞向远方……

### 绿豆沙冰

王楷博(证号2200833)

听,窗外的知了在炎热的夏日里叫个不停,小区里的花草树木都被晒得垂头丧脑,实在是太热啦!我突然间想到我刚刚学会的一款夏日美食——绿豆沙冰!我们来一起制作吧!

首先得准备少许绿豆、一盒鲜牛奶、适量炼乳。接下来,就是我“展示真正实力的时刻”了!把绿豆放入水中淘洗干净,然后放入电饭锅中煮熟,同时把牛奶放入冰箱冷冻室里,等待明天变成牛奶冰。

一个小时左右,绿豆汤就煮好了!原本圆溜溜的一颗颗豆子,在炖煮了一个多小时后,变成了略带黄色的绿豆沙,趁热吃上一口,软绵绵的豆沙在嘴里,香气四溢!妈妈说,绿豆本身就是消暑的最佳食材!搭配明天“隆重登场”的沙冰,可谓“人间不可多得的美味”!

一早起来,我就迫不及待地打开冷冻室,取出牛奶冰!这一块硬邦邦的“大奶砖”冒着丝丝凉气。我拿出制作沙冰的工具——搓板,认真地在搓板上搓下牛奶沙冰。最后,为了让沙冰的口味更好,淋上适量的炼乳!拿出勺子舀一口,豆沙的绵软配上冰沙的丝滑、炼乳的香甜!保证你吃了就停不下来!



### 百香果柠檬虾

汪智宇(证号2211066)

火辣辣的太阳炙烤着大地,连续的高温令人食欲不振,于是我和妈妈准备做一道酸爽开胃的美食——百香果柠檬虾。

一大早,妈妈从菜场买来了新鲜的食材。首先处理这道菜的主角——大虾。知道自己死到临头的大虾在水槽里拼命挣扎,想要“越狱”。妈妈负责清洗大虾,我负责烧水。锅中的大虾不一会儿就从一身灰衣蜕变成了一身红装。

煮虾的同时,我们准备配菜:柠檬切薄片,洋葱切细丝,香菜切小段,蒜瓣切成末,红椒切成碎,青柠切对半。

大虾煮熟捞出后,剥掉“红外衣”,依次加入青柠汁、百香果肉、柠檬片、香菜、洋葱丝,最后浇上一碗灵魂酱汁,用手把调料和虾仁抓均匀,使其入味,放入冰箱冷藏半小时。一道酸爽可口的百香果柠檬虾就做好啦。

红色的虾仁、金黄的柠檬、绿色的青柠,融合了浓郁的蒜香、柠檬百香果的清香,这夏天的味道真让人垂涎欲滴。夹起一个虾仁放入口中,冰冰凉的瞬间还伴着“酸、甜、鲜、辣、咸”味,真是盛夏解暑开胃的一道美食呀!

### 美味的绿豆冰糕

吕奕霖(证号2211076)

天空中的太阳像个大火球,好像要把我们都烤焦了,树上的知了也被热得不停叫。外婆看着我被热晕了的样子,笑着叫我和她一起做绿豆冰糕。

外婆给我一盆热乎乎的、刚蒸熟的绿豆,让我把绿豆的皮剥下。等我把一盆绿豆全部剥完,外婆切了一小块黄油放在热锅里,等油融化了,就倒进我剥好的绿豆里,一边用铲子碾碎,一边慢慢地搅拌均匀。我在里面放了好多白糖,不一会儿,我就闻到了沁人心脾的绿豆香。等绿豆变成了软软的绿豆泥,我把它装到碗里,端到电风扇前吹吹风,等它变凉。我嫌电风扇的风不够大,还拿了扇子给它扇风,外婆看到了,笑我是个心急的小吃货。

绿豆泥凉好了,我和外婆把它搓成一个个的小圆球,放在模具里用力一压,再轻轻一推,一个圆圆的绿豆糕就做好了,我轻轻地把它放在盘子上,送进冰箱,一个小时后,冰冰凉凉的绿豆冰糕就做好了。我拿起一块放进嘴里,又甜又冰,真是人间美味啊!

### 冰镇绿豆汤

陈锐霖(证号2211078)

在这个被高温热浪袭击的炎炎夏日,喝一口清凉的冰镇绿豆汤,那简直是最惬意不过的事情了。今天我想把这份清凉透过文字带给大家,让我们一起来做冰镇绿豆汤吧!

首先,我们要让绿豆洗个澡。接着,我们把洗好的绿豆放进锅里,加上适量的水,绿豆们仿佛进入了一个大池塘。随着水慢慢沸腾起来,绿豆在水里又蹦又跳,就像一群活泼可爱的孩子在游泳池里玩耍嬉戏。

漫长的炖煮时间过去了,绿豆汤终于做好了,揭开盖子,绿豆汤的香味扑鼻而来,放上一些冰糖,端上桌凉一凉,等它彻底凉了以后再放进冰箱里冰一下,冰镇绿豆汤就做好了。

冰镇绿豆汤的颜色是深绿色的,倒在碗里,绿豆沙状的肉已经散开汤中,连皮都变成了碎末融入汤里,但鲜少还有一些,还能保持一些豆沙在壳里,真是“大难不死”。畅快地喝上一大口冰镇绿豆汤,一股凉意直冲心田,绿豆们一个个从碗里跑入我的嘴巴,包围了我整个味蕾,喝完一碗让人更想再喝一碗,怎么也停不下来。

### 西瓜棒冰

魏宇辰(证号2211073)

烈日炎炎,酷暑难耐。我准备自制西瓜棒冰。

我迫不及待地抱起一个大西瓜,这西瓜就像一个绿色的大皮球,细细一闻,一股淡雅的清香飘然而出。切开西瓜,我用勺子把西瓜肉掏出来,最难的是去除西瓜籽了。有几颗黑籽儿真是不听话,滑来滑去,总是跟你捉迷藏。我耐心地对付着一颗颗瓜籽,费了九牛二虎之力才将最后一颗瓜籽“驱逐出境”。然后我把西瓜肉放入榨汁机中,一阵红色旋风后,西瓜汁从榨汁机里倾流而下,再将榨好的西瓜汁倒入棒冰模具中,最后放入冰柜的冷冻室。

每过几分钟,我就迫不及待地拉开抽屉看看,可西瓜汁还没完全冰起来,我又小心翼翼地关起来。有时候,我还会朝着冰箱笑,好似已经品尝到了西瓜棒冰的滋味。

两个小时,我拿出模具小心地脱模,美味的西瓜棒冰就大功告成啦!这真是件完美的艺术品,咬上一口,西瓜的甜蜜与棒冰的清凉相结合,甜在嘴巴,凉在心头,那味道真是妙不可言啊!

## ●多彩生活

### 宁静的小村庄

鄞州区华泰小学西校区502班

张奕韬(证号2206756)

指导老师 唐琛

“喔喔喔!”一阵响亮的打鸣声把我从睡梦中叫醒。

这是一个宁静的小村庄,白墙黑瓦的江南小院错落有致地排列着,一条小河从中间穿过,把这块土地一分为二。这里有妈妈的童年,也是我向往回归的地方。

等不及早饭,抓起一个大包子,我就撒腿冲出了院门,趴在地上的看门狗旺财也跟了上来。村口已经有小伙伴在等了,我们欢呼着一头扎进了那片绿色,欢快地在田埂上奔跑。睡眼惺忪的花草上还留着清晨的露珠,在阳光下折射出一片斑斓。田间各种庄家竞相生长,暗暗较劲,比着谁更强壮。

跑累了,坐上阿公的电动小三轮,它会拉我们去菜地。绿油油的小青菜,圆滚滚的卷心菜,还有被我当成了杂草的韭菜,我摸摸这个,扯扯那个。我决定先从萝卜下手,紧紧抓住叶子,用尽吃奶的力气狠狠一拔。“哎哟!”萝卜出来了,可我一屁股坐在地上,引得周围的小伙伴一阵大笑。

小三轮载着满满的收获和欢笑再次出发,小路的尽头还是那株郁郁葱葱的老榆树,岁月流转,它守护了多少人的童年,现在它依然立于脚下的这片土地,在阳光下等候我们归来!

### 乡村生活

鄞州区钟公庙中心小学504班

张铭轩(证号2207037)

指导老师 叶亚琴

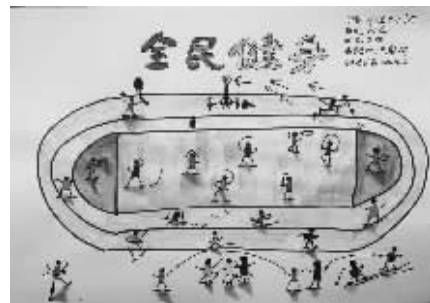
暑假,我跟随妈妈来到乡下外婆家,开启我的乡村生活。

乡村的早晨是宁静的。小院门口有一条河,河面上漂浮着绿色的浮萍。几只小野鸭在河里悠闲地游来游去,一会儿钻入水中,一会儿扑棱扑棱翅膀飞出水面,好不快乐。河边种了许多瓜果蔬菜,苹果、梨子、脆枣、茄子……郁郁葱葱,青翠欲滴。河对面是一望无际的稻田,朝霞透过清晨的薄雾,洒落在绿茵茵的稻叶上,泛起白色的光芒。

夏天乡村的田间是忙碌的。现在正值大暑,杂草耐不住太阳的暴晒,叶子都打成了卷。我学着外婆的样子,草帽一戴,锄头一扛,就下地给玉米锄草去了。锄头在外婆的手里上下一挥,杂草轻而易举就被拿下。我也学着外婆的样子抡起锄头,往地里一抡,锄头居然没有埋入泥土,更别说除草除根了。外婆哈哈一笑,告诉我锄草也是一门学问,看似简单,做起来却没那么容易。外婆手把手教我锄草的技巧,慢慢的我就上手了,看着身后被我锄过的杂草,甩甩头上流下来的汗水,心里美滋滋的。

乡村的傍晚是热闹的。金蝉在树上“知了知了”地唱歌,青蛙在田间“呱呱”地合着。白天因为太热,小伙伴们都躲在屋里。等到晚饭后,大家就撒了欢地跑出家门,成群结队地跟在大人身后,沿着南边打撺遛弯散步,大家你追我赶,欢声笑语。

乡村的生活自由而又快乐,我喜欢这多姿多彩的乡村生活。



### 全民健身

鄞州区钟公庙中心小学107班

丁喆(证号2200962)