



美食之旅

美食,是生活中的一道亮丽风景线!它不仅能满足我们的味蕾,还能带给我们无限的快乐和满足。在这些文章中,孩子们将带领我们走进美食的世界,领略各种美味的独特魅力。从香甜可口的面包到热气腾腾的火锅,从传统的家乡美食到新奇的异国料理,每一道美食都有着属于它的故事和滋味。让我们一起踏上这场美食之旅,感受孩子们对美食的热爱吧!

美味的披萨

宁波艺术实验学校明湖校区 206 班
潘柯烨(证号 2411448)
指导老师 戴婷婷

一到周末,妈妈总会尝试做一些美食,有蛋糕、蛋挞、面包、比萨,我最喜欢吃比萨了。

妈妈在比萨面饼上放了喷香的洋葱,鲜嫩的虾仁,红红的火腿,还撒上了一条条诱人的芝士。比萨烤好后,一阵阵香味儿扑鼻而来。切开比萨,拿起一块咬一口,满口的芝士味,真是又香又甜!

妈妈的“惊喜”

宁海县潘天寿小学 204 班
魏心怡(证号 2404419)
指导老师 张亚明

星期天的下午,妈妈宣布:她要烧一顿“惊喜”晚餐给大家。我很好奇,妈妈会烧什么呢?

妈妈却说:“我要等你们饿了再烧,饿的时候,什么都是好吃的!”我们都被她逗得哈哈大笑。说完,妈妈就去准备她的“惊喜”了。

时间过得很快,妈妈的“惊喜”准备好了,我迫不及待地去看个究竟,原来妈妈烧了一份美味可口的咖喱饭,白白的米饭上浇了几层金灿灿的咖喱汤汁,老远就能闻到咖喱的香味,看起来就很好吃。妈妈说,因为是她第一次做咖喱饭,不知道好不好吃,所以说要给我们一份“惊喜”晚餐。

很快,我们就狼吞虎咽地把咖喱饭吃完了。妈妈看了看我们,笑着说:“看来,我这一个下午没白忙啊。”

我还不忘拉着妈妈想学习咖喱饭的做法。妈妈告诉我:“首先,把牛肉、胡萝卜、土豆和洋葱都切成小块,然后放到油锅里炒成金黄色,再加水煮熟,最后放入咖喱块,等咖喱块融化了,浇到已经准备好的米饭上就大功告成了。”

听了妈妈的介绍,我知道了,原来一盘美味可口的咖喱饭就是这样“诞生”的啊!我都快忍不住也要一试身手,亲自做一盘咖喱饭给爸爸妈妈尝尝。



西瓜

宁波艺术实验学校明洲校区 208 班
叶心姚(证号 2411500)
指导老师 张鹏程

美味的年糕饺

鄞州区宋诏桥小学 205 班
张捷妤(证号 2411145)
指导老师 葛静静

连日来,阴雨连绵,周末终于迎来晴空万里。我和妈妈迫不及待地去慈城拥抱阳光。

一进入慈城古镇,就看到街两旁到处都是年糕店,路上也有很多行人边走边吃年糕饺。水磨年糕是慈城的招牌,我也很想尝一尝。

我们选了一家看起来还不错的年糕店,只见卖年糕的阿姨从筒里拿出一个又白又糯的年糕团,先把它压扁,再放上咸菜、榨菜等馅料,最后将年糕团对折,在开口处折几个褶皱捏紧,一团香喷喷的年糕饺就做好了。拿到手里热乎乎的,咬上一口,软糯Q弹,十分入味,真是美味极了!慈城年糕,果然名不虚传。

年糕饺包含交好运、招财进宝的美好寓意,真是一道给人带来幸福的美食!

外婆家乡的美食

——宣莲

镇海区崇正书院 204 班
陆梓宸(证号 2406969)
指导老师 王诗雯

“莲子已成荷叶老。”我想给大家分享的美食是金华武义的宣莲,这可真是一颗魅力四射的“宝珠”。

我外婆家在金华武义。在武义宣平,有一座牛头山,冰凉的泉水从山上自然流下,养育出一代代贡莲,叫宣莲。“天赐宣平黄金土,地育宫廷白玉莲”。听我外婆说,宣莲始种于唐朝显庆年间,至清朝嘉庆6年(1802年)立为朝廷贡品。比起其他地方的莲子,武义的宣莲颗粒饱满,表皮干净。

宣莲,有很多种吃法。夏天新鲜的宣莲可以生吃,剥开碧绿的饱满的莲蓬,莲子肉奶白奶白的,看上去像大白兔奶糖,口感脆脆的,多汁又饱满。晒干后的宣莲可以煮粥、煲汤、做甜汤等。我最最喜欢的还是甜汤,我每次回外婆家都会喝。甜汤以莲子为主料,加入枸杞、银耳、桃胶、芋圆,出锅后再倒入牛奶和少许的蜂蜜,最后再撒上一把自带清香的桂花。甜汤一上桌,清香扑鼻,我立马舀了一大口,口感软软糯糯,入口即化,太满足了吧!如果你试着用手指轻轻一抿莲子,就像绵豆沙一样,在指尖化开来,非常绵密。

外婆还告诉我,宣莲营养丰富,莲芯还能作为药材,有清热降火、降血压、促进睡眠的功效,果然是颗“宝珠”啊!

非常欢迎大家去金华武义尝一尝美味的宣莲,一定不会让你们失望的!

芒果纷纷雪

宁波艺术实验学校明湖校区 205 班
姜泽宇(证号 2461384)
指导老师 陈婷

妈妈带着我和姐姐们走进了一家甜品店。

我们点了一份芒果纷纷雪。它上面铺了一层芒果,色泽金黄,光彩夺目,让我忍不住想要品尝。闻起来,散发出浓郁的芒果香气,让我食欲大增。我迫不及待地用勺子舀了一勺,一口下去,冰凉的口感瞬间在口中化开,紧接着是芒果的香甜和冰淇淋的绵密口感,两者的完美结合,实在是太好吃了!我保证这是一款一年四季都值得品尝的甜品。

随后,我们又在天街吃了DQ的米奇巧克力冰淇淋,好利来的芝士,美味的寿司和三文鱼,真是太快乐的一天了!



零食

鄞州区学士小学 406 班
谢涵萱(证号 2461163)
指导老师 张日圆

美味的椰子饭

鄞州新蓝青学校 305 班
康婧熙(证号 2412527)
指导老师 陈学谦

中午,我们来到三亚的海湘寻味饭店吃饭。

刚坐下点菜,我就一眼看中了菜谱上的椰子饭,所以我便求着妈妈点一盘椰子饭,妈妈同意了。

上菜了,我迫不及待地想吃,但妈妈说:“你上课是不是学过五感法写作啊?请你从视觉、嗅觉、听觉、触觉、味觉来说说椰子饭怎么写吧。”“好的。”我说道。

我看见椰子饭是白色的,一层是椰头,一层是米饭。它的形状是一瓣儿一瓣儿的,因为厨师把一个圆球体切开成若干份。

我闻到椰子饭有一股浓浓的椰子奶香和糯米饭的甜香,两种味道相互交融,相得益彰。

我没有听到什么,但我能感受到米饭的柔软和椰肉的硬朗。

吃起来非常好吃,有糯米饭的软糯和老椰肉的嚼劲,让人回味无穷。

椰子饭有许多的营养价值。有丰富的钾镁等物质,其成分与细胞内液相似,可纠正脱水和电解质紊乱,达到利尿消肿之功效……

所以大家来海南一定要尝尝这边的椰子饭哦!

面包变身记

鄞州区宋诏桥小学 201 班
励沂宸(证号 2411102)
指导老师 章海颖

“哇,好香呀!”一打开房门,厨房里飘出的阵阵甜香味把沉睡中的馋虫给惊醒了,我迫不及待地顺着香味走到厨房,看着妈妈像个魔术师似的把一片片面包变成了色香味俱全的“漏华奶”。

妈妈先把面包浸泡在牛奶和鸡蛋混合成的淡黄色液体中,面包片吸满了水分之后膨胀成了一个“大胖子”!接着,妈妈在锅里放上一块黄油,小心翼翼地把“大胖子”放进锅里,煎到两面金黄。这时候,浓浓的奶香扑面而来,我的口水都快“飞流直下”了呢!

煎好的面包出锅了,正当我准备开吃时,妈妈拿出了一包神秘的料包——“灵魂炼乳”,挤在面包上,又拿出可可粉,用筛子均匀地撒在上面,完成了变身的面包成了令人垂涎欲滴的“漏华奶”。

我轻轻地夹起来咬了一口,满嘴都是浓郁的奶香味,柔软的面包混合着炼乳和巧克力的味道,在我的舌尖跳起了欢快的舞蹈,真是太美味了!

火锅

余姚市长安小学 306 班
赵歆雨(证号 2417530)
指导老师 胡雅文

火锅,是一种源自中国古代的传统食物。如今,它已经成为了风靡全球的美食。不管春夏秋冬,它的魅力无法抵挡,尤其对于我来说,它更是抚慰心灵的美食。

火锅的食材有很多,有会跳舞的金针菇小姐,有胖胖的土豆先生,还有扁扁的宽粉小姐,黑黑的鸭血大叔,白白的黄喉妹妹……我喜欢番茄浴池,牛肉小姐先迫不及待地一跃而下,结果不到20秒就跑上来了。接下来就是金针菇小姐,它在水下的跳舞能力可真是名不虚传呀!它有很多手,像八爪鱼似的。然后是土豆先生,我说土豆先生,你该减肥啦!它跳了下去,夹起来,果然变瘦了。

对于我来说,火锅不仅仅是一种美食,更是一种情感的寄托,一种心灵的慰藉。在品尝火锅的过程中,能让我感受到家庭带来的喜悦,更可以释放学习的压力。

火锅是我心灵的港湾,也是我永远的好朋友。

黄金蛋炒饭

镇海应行久外语实验学校 307 班
陈沁妤(证号 2409055)
指导老师 舒行仁

“妈妈,我想吃你做的黄金蛋炒饭。”这不就快吃午饭了,我对发着愁不知道午饭要做什么的妈妈说。

“好的,就做黄金蛋炒饭。”妈妈一边说一边从冰箱里拿出做黄金蛋炒饭的材料。过夜米饭、四颗鸡蛋、一小段胡萝卜、一根香肠和几根小葱。准备就绪,开始制作!我当起了妈妈的小助手,将胡萝卜和小葱清洗干净,并把它们和香肠切成小丁。正当我要打鸡蛋时,“停下!”妈妈突然大喊了一声,吓得我差点儿把鸡蛋掉到了地上。“打鸡蛋可是黄金蛋炒饭的关键哦!”妈妈一边说着一边急急忙忙地从我手中接过鸡蛋。只见妈妈敲开鸡蛋,两瓣蛋壳倒过来倒过去,一眨眼就把蛋黄和蛋清分开了。只见妈妈让蛋黄“听话”地流进了过夜米饭里。“接下来就看你了。”妈妈将装着过夜米饭和蛋黄的大碗递给了我,让我顺着一个方向搅动。

起锅烧油!妈妈熟练地将蛋清炒至白色的小块状盛出备用,接着把胡萝卜、香肠丁倒入锅内不停翻炒。“萌萌,把你的‘黄金’递给我。”妈妈把米饭和蛋清放进锅里继续翻炒,然后加入适量的调味品,最后撒上葱花,一份色香味俱全的黄金蛋炒饭就完成了。

看着这一盘像金山似的蛋炒饭,我大喊一声:“黄金蛋炒饭,快到我的嘴里来吧!”



蛋糕

鄞州区第二实验小学
西校区 501 班
胡宸豪(证号 2460737)
指导老师 胡蕾