



2024年4月26日 星期五 责编:王妙妙 徐徐 美编:雷林燕 照排:余佳维 审读:邱立波

美食分享



食物不仅是果腹之物,更是情感与记忆的载体。米酒需要经过时光的酝酿,才能酿出甘甜;杨梅因为果期短暂,因此更加珍贵;冻梨外表坚硬如冰,内里却甜蜜温柔……这些生活中的美食看似平常,但里面藏着最真实的情感和最美的回忆。

酿米酒

北仑区小港中心学校403班
丁琬瑜(证号2418807)
指导老师 刘春燕

外公要去农场酿米酒,我缠着他带我一起去。

我们带了八个水桶来到了农场,我看到一间间的小房子里放满了大水缸,跟《司马光砸缸》中的大水缸一样。缸里全是煮熟的糯米,清澈的泉水浸泡着糯米,一股酒香扑鼻而来。外公找了一个竹篓,压入大米中,过滤掉米粒,留在竹篓里的全是米酒了,这样就可以用水瓢把酒打到我们带来的水桶里了。

外公告诉我,酿米酒是个漫长的过程。我走到屋外,看到一位伯伯正在制作米酒,只见他用柴火煮一大锅糯米饭,煮熟米饭后把它们均匀地分布在大水缸里。伯伯说,要煮好几锅才能填满一口大水缸呢!糯米放置好后掺入一定比例的酒曲,再倒入大量的泉水。伯伯说这水质非常重要,跟后面的酒质有很大的关系。做完这些步骤,就可以盖住水缸了,接下来就是等待发酵,大概一个月左右就可以出酒了。

我饶有兴致地欣赏着酿酒的过程,这浓浓的酒香味凝聚着劳动人民的智慧与汗水。

生煎包飘香

宁波大学附属学校小学部406班
符时晨(证号2407498)
指导老师 蔡恒权

小时候,记忆最深的就是幼儿园对面的生煎包店。

开店的是一对老人,一进门就看见老爷爷在麻利地揉面。刚刚发好的面团精灵,在老爷爷的手中像我玩的超轻粘土一样。一眨眼,胖面团就变成了大小适宜的小面团了。老爷爷拿起一个擀面杖,三下五除二就把小面团变成了小面饼,肉馅也来凑热闹,被鼓鼓囊囊地包进面皮。包好后,老人家用灵巧的手指快速捏出一圈整齐的褶子。

“滋滋滋”,大平底锅里,油滴跳着华尔兹。老奶奶笑眯眯地把小包子一个一个送进了锅,让油滴有了伴儿。胖胖的包子们在锅中慢慢地变成了金黄的,底变得脆脆的。她把生煎包铲起来递给我。我拿起筷子,夹起一个生煎包送进了口中,一口咬下,肉汁爆了出来,面皮在肉的帮助下载了肉香。老人做生意实在,肉馅又新鲜又多,香得不得了。金黄的底脆得出奇。

现在,我住到城里了,城里也有很多生煎包店,但是我不爱吃,因为我怀念的不只是那飘香的生煎包,更是童年回忆啊!

组稿老师 贺珊儿

清炖牛肋条

北仑区泰河学校506班
贺奕衡(证号2419212)
指导老师 郑玲燕

妈妈的拿手菜很多:红烧肉、可乐鸡翅、酸菜鱼……其中清炖牛肋条是我的最爱。

一天,我嚷嚷着要跟妈妈学做这道清炖牛肋条,妈妈拗不过我,答应把她的“独家秘方”传授给我。我兴奋地拉着妈妈去市场里选购食材——一公斤新鲜的牛肋条以及炖肉用的各种配料和香料。

回到家里,妈妈告诉我要先将新鲜的牛肋条切成小块,放在加盐的冷水里浸泡半小时去除血水;再捞出来用清水洗干净,冷水下锅,同时放入葱、姜、料酒去腥;等锅里的水烧开后,用漏勺小心翼翼地撇去上层的血沫,再煮5分钟左右,就可以将牛肋条转入砂锅中了。注意!这里最关键的一步就是要将刚刚煮牛肉的原汤过滤一遍后一并倒入砂锅里,这样牛肉的味道才更鲜美。接着就可以开小火慢炖了,只要掌握好火候和时间,炖出来的牛肋条就会非常软烂,原汁原味,即使不加任何佐料都是极美味的。

炖牛肋条的间隙,妈妈又教我做蘸料。切一些蒜末、葱花和小米辣,用热油爆香,然后加生抽、香醋、花椒油,最后撒上白芝麻和香菜搅拌均匀,顿时香味飘满了一屋子,香得我口水哗哗流。

大约90分钟过后,牛肋条终于炖好了!我迫不及待地夹起一大块,蘸上我亲手调制的“灵魂蘸料”,一口气吃光了三碗大米饭。

丑梨

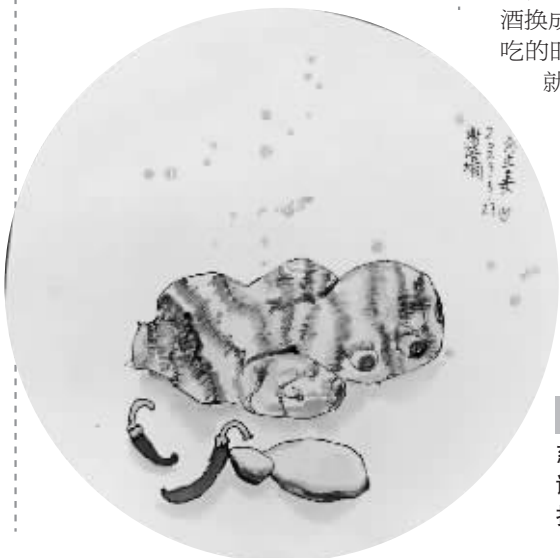
北仑区小港中心学校403班
刘念(证号2418792)
指导老师 刘春燕

妈妈从超市买了几个长得很丑的梨,我疑惑不解,指着梨问道:“妈妈,这是什么梨啊,长得这么丑,能好吃吗?”妈妈解释道:“这叫丑梨,又称苹果梨,价格可贵哩!”

我半信半疑地打量着这个长得像小土豆,价格却跟猪肉半斤八两的水果:全身布满凸凹不平的“皱纹”,像是水分被榨干了似的,瘦不拉几,表面还长了黑黑的斑点。难道它是水果界中的“黑马”?

正当我陷入沉思中,妈妈已把梨切成一片一片的,整整齐齐地放在水果盘里。我忍不住用牙签叉了一片细看:这梨肉真像一块白玉,晶莹剔透,漂亮极了!与刚才的外表形成了极大的反差。我满怀期待地一口咬了下去,嗯……酸甜的汁水立刻在我嘴里炸开,顺着喉咙一直流到肚里,可真是人间美味呀!我会心一笑,吃完一片又一片,根本停不下来……

丑梨虽然外表不美丽,但吃起来脆甜,真可谓“人不可貌相,海水不可斗量”!



东北冻梨

北仑区小港实验学校501班
顾梓晨(证号2418979)
指导老师 周安妮

在东北,有一种独特的水果——冻梨。顾名思义,就是冰冻的梨子。

今年冬天,爸爸妈妈带我去东北旅游,正好看到别人在做冻梨。一个个白白胖胖的梨在零下二十多度的室外被冻得越来越黑。到第二天,已经被冻得乌黑发亮了,服务员把它们端出来售卖。

等爸爸付完钱,我刚想拿起一个冻梨尝味道,服务员笑着对我说:“小朋友,还没解冻的冻梨像石头一样硬,等它解冻了才好吃呢!”我失望地点了点头。过了好半天,梨上的渣子全都融化了。我拿起冻梨,它捏起来软乎乎的,闻着还有一股淡淡的清香。我忍不住咬了一大口含在嘴里,冻得牙齿直打架,该怎么嚼便吞下去了。爸爸说:“冻梨要小口小口地咬,细细地品,这样才能吃出它的味道。”听了爸爸的话,我咬了一小口,发现黑色的皮里面竟是淡黄色的梨肉,看着很诱人。我慢慢地咀嚼着,感受着一股冰凉甘甜的汁水流在我的齿间,回味无穷。

杨梅二三事

慈溪实验中学806班
胡飘予(证号2402506)
指导老师 吴玲俐

家乡的六月,是杨梅的季节。吸吮过春季甘露的杨梅,出落成晶莹剔透的红得发黑的宝石。

六月的慈溪正逢雨季,所以杨梅要抓紧摘。还在山脚,一抬头,便是葱郁的树叶和浓浓的杨梅果香。在晴朗的大好天气,绿叶都像是藏着太阳,折射出耀眼的光。杨梅就大大方方的,从绿叶丛里露出来。熟透的杨梅果很好摘,小枝上一扭就下来了。当舌尖触碰到清甜的果肉与汁水,才意会到何为“味方河朔葡萄重,色比沪南荔枝深”。

杨梅期短,农家最常见的贮藏方式便是酿杨梅酒。

取上好的杨梅过清水,也会洒些盐,去除杨梅的涩味,泡过淡盐水,再过清水,洗净杨梅缝隙里的灰尘,然后用沥水篮沥干水分。

装杨梅酒的瓶也有讲究,需是洗净后再用白酒过滤瓶内。大人说,这是杀菌,但我想,或许是让瓶有了底香,更入味吧。

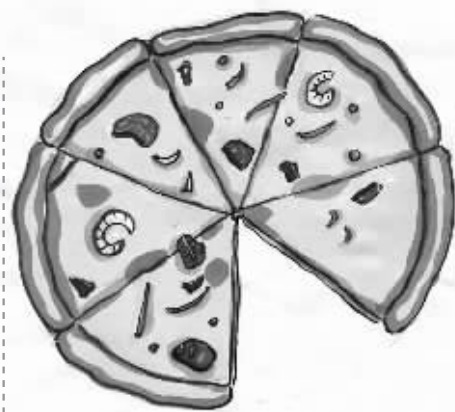
把沥干水分的杨梅装入罐,倒上一小盏白冰糖,再灌入白酒封顶,盖上盖子,密封储存。这便是杨梅酒。待3至6个月过去,启封,果酒味正浓。说来奇怪,酒香浓郁,怎么酒里只有清甜呢?原来酒气是被杨梅吸收了。

除了杨梅酒,还有杨梅罐头哇!杨梅罐头的制作方式与杨梅酒相似,只不过大罐头换成了小罐头,白酒换成了白糖水。放到冰箱里冷藏,吃的时候在瓶底拍一下,盖头一拧就开了。

超市里卖的杨梅罐头,大多不如家乡自制的。杨梅罐头好寻,可那浓浓的乡情又让我到何处去寻呀!

有趣的蔬菜们

慈溪市掌起镇中心小学206班
谢语桐(证号2403333)
指导老师 王锡锋



我喜欢的披萨

北仑区岷山学校305班
张筠茉(证号2418421)
指导老师 张洁儿

青椒炒蛋

高新区信懋小学403班
张力升(证号2416113)
指导老师 彭燕斌

我最喜欢吃外婆做的青椒炒蛋,今天我想学习做这道菜给外婆吃。外婆拍手叫好,爽快地答应了。

她先带我去菜场买了些鸡蛋和辣椒,说用皱皮青椒炒出来的更好吃。回到家,外婆先叫我把辣椒和小葱清洗干净,再把辣椒里面的籽去除掉,接着把四个鸡蛋打在碗里备用,然后切一棵葱,再把青椒切成条状。

准备工作完成,接下来开始炒菜。我先打开火,把适量的油倒入锅里,接着把葱段放入锅中炸一下,然后将青椒放进锅里翻炒几下,再加入适量的盐,继续翻炒,让它们均匀地铺在锅底,接下来把准备好的鸡蛋液均匀地倒在青椒上,等鸡蛋液成形就把它翻个面,然后翻炒几下。这道菜就可以出锅了。

闻着这香气飘飘的青椒炒蛋,外婆忍不住吃了一口,激动地说:“我外孙做的真好吃!”

做蛋挞

海曙区集士港镇广德湖小学507班
周彦翰(证号2406059)
指导老师 干楚楚

“哇,周彦翰,你们组做的蛋挞也太诱人了吧!”你们肯定想不到,平时用来学习的教室怎么会传来这样的声音呢?

让我们拉近镜头瞧一瞧吧——原来,这是一节让同学们期盼了整整一个星期的劳动课——做蛋挞。

首先,我小心翼翼地拿着鸡蛋,朝碗的边缘轻轻一碰,只听鸡蛋发出“咔嚓”一声。我连忙用另一只手扒开蛋壳,里面的蛋黄和蛋清像空中跳伞一般滑入碗中。我拿起筷子匀速地打起蛋来,碗里的蛋黄和蛋清渐渐融合在一起,上面还冒着一小点的乳白色气泡。将鸡蛋液打匀后,我把牛奶倒入碗里,继续搅拌。这时,蛋液的颜色慢慢变淡,越发接近牛奶的颜色。

最后一步,将做好的蛋挞液倒入蛋挞皮中,再放上自己喜欢的馅,放入烤箱就大功告成了。大家口味不同,做出来的蛋挞可谓是“百花齐放”。有的人带了巧克力铺在底部,有人准备了“香飘四里”的榴莲准备开启气味攻击,有人带了曲奇饼干打算在口感上“软硬兼施”。我和同桌则给葡萄剥了皮,打算尝试水果蛋挞。

只听见“叮咚”一声,蛋挞烤好了!刚烤好的蛋挞金灿灿的,上面鼓了起来,周围还镶上了一圈脆脆的金边,散发着浓浓的甜香味。

小小的教室,变成了一家让人垂涎欲滴的甜品店,真希望这样的劳动课能多来几节啊!