



2024年11月22日 星期五 责编:王妙妙 徐徐 美编:徐哨 审读:邱立波



# 美食分享

美食的魅力在于它的多样性,无论是四季常有的水果,还是街头巷尾的小吃,或者是普通的家常菜,每一种味道都有其独特的魅力,值得我们细细品味和分享。而分享美食,不仅是在分享味蕾的享受,更是在分享生活的点滴与情感的交融。让我们一起走进这个充满香气与温情的世界,品味那些藏在食物中的美好瞬间。

## 橘子

海曙区高桥镇宋家漕小学304班  
罗晨瑜(证号2405625)  
指导老师 倪玲玲

我最喜欢吃橘子。

橘子成熟时是金黄色的,圆圆的,好像一盏盏迷人的小灯笼,又像小朋友们玩的乒乓球,小巧又可爱。凑近一闻,有一股淡淡的清香,沁人心脾。

我迫不及待地剥开橘子的外皮,看见里面的果肉紧紧地拥抱着在一起,好像在说悄悄话。我小心翼翼地拿出一瓣仔细观察,它像一艘小帆船,又像一轮弯弯的明月,把两个“明月”合拢,又像一轮初升的太阳了。掰一块放入口中,顿时感觉一股清爽渗进身体内,散布开来,似流水一样清凉,似棉花一样柔软。细细品尝果粒,甜滋滋的,回味无穷。

橘子不仅好吃,还全身都是宝。橘子皮可以做成陈皮,能行气健胃祛痰。还有橘络,吃起来有一点点苦,可以治疗咳嗽痰多等。橘子皮还可以治晕车,当你晕车时,闻一闻橘子皮就会好很多。此外,橘子皮还可以放在冰箱里除臭!

生活或许不尽如人意,但只要有了橘子的香甜在口,我就有力量去面对困难。所以橘子是我最喜欢吃的一种水果。

## 烤土豆

慈溪市慈吉实验学校503班  
丁诗沅(证号2460266)  
指导老师 陈文娟

周末,我无聊地躺在沙发上,突然想出了一个好主意——要不烤土豆吧?心动不如行动,我立马起身,叫上爸爸妈妈一起制作。

首先准备材料:土豆、盐、淀粉和油。先把土豆切成条,我小心地拿着刀,想把土豆切成均匀的条状,可切出来的长短厚度全都不一样。妈妈无奈地摇摇头,上前帮助我。接着,把切好的土豆条放入装满冷水的碗中,浸泡十分钟,把土豆中的淀粉去掉。十分钟后,我们把土豆条放入沸腾的水中煮五分钟。

然后把土豆水分吸干,放入碗中,均匀地撒上淀粉、盐,用手抓均匀,尽量让每个土豆条都沾上淀粉和盐。接着,我们在烤盘上刷一层油,把土豆条放上去,再刷一层油,最后放入烤箱。现在,就是等待了。

只听“叮”的一声,新鲜美味的烤土豆出炉了,可打开烤箱门的一瞬间,我的心凉了半截。大部分土豆条已经烤焦了。我十分失望。

这时,爸爸说:“失败是成功之母,我们家里还有土豆,可以重新做呀。”我听了爸爸的话,重新镇作起来。我按照之前的步骤,又重新做了一遍。终于,在漫长的等待后,又听“叮”的一声响起。我紧张地打开了烤箱门,一股香气飘出,一根根烤土豆条金黄黄的,拿一根放入嘴中,又香又脆,外焦里嫩,好吃极了!

通过这件事,我明白了一个道理:遇到事情不要轻言放弃,要学会坚持。

## 美味的柚子

海曙区高桥镇宋家漕小学304班  
余旭南(证号2405633)  
指导老师 倪玲玲

今天,爸爸下班回家,带回来一个柚子。

柚子的颜色是淡黄色的,像一朵巨大的花苞,又像一个个大大的葫芦,还像一个大大号皮球。按一下软软的,用手拍一拍,还会啪啪地响,闻上去有一股淡淡的柚香。

开始剥柚子了,妈妈用刀把柚子的皮割开,再用手把皮剥成几瓣,露出了里面的果肉。一瓣瓣的果肉好像一个个小月牙,又像一条条小船,把两条小船合在一起又变成了一个大大太阳。

我剥下果肉的白色“外衣”,那浓浓的柚香让人口水直流三千尺,想马上咬一口。一粒粒果实在灯光下闪闪发亮,好像一颗颗水晶,漂亮极了。咬上一口,甘甜的汁水马上从果实中流了出来,细细品味,汁水中还带着微微苦味。

柚子不止美味,还有许多功效,可以开胃、预防感冒、降低血糖等。

我爱吃柚子!



## 石榴红了

海曙区横街镇中心小学404班  
徐甄锡(证号2405790)  
指导老师 沈岚岚

## 柿子

海曙区集士港镇广德湖小学501班  
杨希文(证号2406047)  
指导老师 张盛娜

夏天已过,秋天便悄无声息地到来了。树上的落叶纷纷飘到了地上,为大地披上一件衣裳。各地的桂花也渐渐开放,一个个好似迷你小金珠挂在枝头,连空气中也弥漫着桂花的浓香。

可是,我总觉得少了点什么。哦,是那有着火红的果皮、香甜的气味和软糯口感的柿子。哈哈,巧了,爷爷的菜园里就种了一棵柿子树!

这棵柿子树很高大,搭个梯子才能爬上去。柿子树上早已开启了派对,点满了红灯笼。

我从筐中拿了一个火红火红的柿子。它的果皮光滑,闻起来香香的,摸起来还很软,看起来是已经熟透了。我轻轻地剥开柿子皮,果肉看起来黏黏的,汁水也顺着我的手臂流了下来。咬上一口,味道很甜,一不小心橙色的汁水便溅了出来。

享用了一番“柿味”后,我觉得世界上任何柿子都不及爷爷柿子的万分之一。

## 香蕉

海曙区高桥镇宋家漕小学304班  
常睿婕(证号2405638)  
指导老师 倪玲玲

下午放学,妈妈在水果店给我买了一大把香蕉。香蕉们像一个个身穿黄衣服的胖乎乎的小娃娃,可爱极了。

香蕉的皮金黄金黄的。它像一条扬帆远航的小船,又似挂在天空的月牙,还似一把黄色的弯弯的镰刀。闻了一下,一股清香扑鼻而来。它的表皮十分光滑,让人看了直流口水。

我轻轻剥开它的“衣服”,雪白的果肉露了出来,像一个好奇的小朋友想出门看看外面的世界。我迫不及待地尝了一口。啊!甜甜的,糯糯的,像是在吃冰淇淋似的,尝起来湿滑极了。

香蕉不仅果肉香甜,而且营养价值高,热量低,具有降血压、缓解抽筋、改善便秘等功效。适量吃香蕉,还能够使心情舒畅。如果香蕉皮切成条状,撒上碱和洗洁精,放在蟑螂经常出没的地方,可以去除蟑螂。

香蕉美味可口,且有很多作用,是必不可少的水果啊!

## 忆绍兴美食

海曙区横街镇中心小学501班  
徐梓瑜(证号2405793)  
指导老师 汪旭波

绍兴,这座拥有千年历史的古城,不仅深厚的文化底蕴使人陶醉,丰富多样的美食更让人流连忘返。

我印象最深的便是当地的黄酒棒冰。它的外表是淡淡的土黄色,都由锡纸包裹,花花绿绿的,甚是好。黄酒棒冰的味道也是不错的,甜甜的,糯糯的,入口即化,比其他的棒冰都要“冰”上一倍,倘若仔细品尝,便能尝出些细腻的糯米,颗粒分明。令我最为惊奇的是,黄酒棒冰中并无黄酒,而是以糯米酒酿替代。

“孔乙己的茴香豆”也甚是好。绍兴的茴香豆如同陈年的美酒,散发着独特醇厚的风味。饭店中的茴香豆大多都是没晒过的,只有外面的一层脆皮,里面软糯的不掺一点硬颗粒。倘若没了这皮,恐怕茴香豆也不会那么受人喜爱了。

绍兴的臭豆腐香气扑鼻,外表金黄,与长沙臭豆腐不同。它无汤,只是刷些甜面酱和辣椒酱,虽然简陋,却能尝到臭豆腐最原始纯粹的味道。这儿的臭豆腐外皮酥脆,内里鲜嫩,一咬便能发出“咔嚓”的声音,满嘴鲜香。

绍兴美食让我们领略到了这座千年古城的独特风味,每一道美食都承载着绍兴深厚的文化底蕴和人民的智慧创造。



## 咸鱼

北仑区实验小学201班  
宋诗瑶(证号2418007)  
指导老师 朱红儿

## 走进食博会

北仑区岷山学校203班  
朱启烨(证号2418270)  
指导老师 曹爱娜

星期六下午,带着对美食的热情,妈妈带我来到了宁波国际会展中心,逛一逛第18届食品博览会。

走进3号馆,各种美食映入眼帘,有卖各种坚果的,各种海产品的,还有卖各种水果和宁波特产的,让我目不暇接,眼花缭乱。

我们来到一家卖“藏乌梨”的摊位前,只见这梨全身乌黑,像个铁疙瘩一样,非常不起眼。老板切了一小片让我们品尝,我咬了一口,那梨就像蜜一样甜到了我的心里,真是大开眼界。

接着我们又来到2号馆,看到一家小吃摊前人头攒动。走近一看,原来是卖台州特色小吃“蛋清羊尾”。听到这个名字我就更加好奇了。只见老板用筷子夹住一颗桂圆圆大小的豆沙裹上满满一层已经打发的蛋清,然后一个个放入油锅炸。旁边一位阿姨用大铁勺,把热油一勺一勺浇到“蛋清羊尾”上,让它们受热均匀。没过一会儿,一个个“蛋清羊尾”就像吹了气的气球,慢慢变大变圆,最后变成了金黄色的,真是太神奇了。出锅后再撒上白糖,一份热气腾腾的“蛋清羊尾”就完成了。咬一口,蛋清绵软,豆沙香甜。老板告诉我们,因为它形似羊的尾巴,因此得名。

品尝完小吃,我们又来到1号馆,这里不但有中国的各种特色食品,还有国外的各种美食。离开时,我们提着大包小包,满载而归,真是不虚此行啊。

## 做冰皮月饼

海曙区横街镇中心小学204班  
胡哲源(证号2405745)  
指导老师 谢燕儿

今年的中秋节,班级布置了做冰皮月饼,还请了三位家长。

领好手套、盒子、模具,我迫不及待地开始做我的冰皮月饼。首先做的是豆沙月饼,老师让我们做了两个,我吃了一个,美味极了。第二个做的是蛋黄味的,这次老师不让我们再吃了,我就没有吃蛋黄味的。做完以后,老师给我们每人发了两个小盒子,叫我们装起来。

我开开心心地度过了这一天!

## 美味的炸带鱼

慈溪市第三实验小学教育集团404班  
岑宸(证号2460127)  
指导老师 张吉珍

今天,我做了一道炸带鱼。

首先,我把生姜、葱、料酒和切块的带鱼放入碗中,搅拌均匀,这就给带鱼泡了一个去腥澡。接着,我把“泡澡”完毕的带鱼放入葛根粉中,均匀地给它们“穿”上薄薄的“白衬衫”。然后,我把带鱼块慢慢放入热油锅中,只听油锅里马上冒出了“滋滋滋”的声音,带鱼慢慢由白色变成了金黄色,周身还鼓起许许多多的小气泡。没过一会,一股股酥脆的炸带鱼香扑鼻而来,我忍不住咽了咽口水。最后,我把炸熟的带鱼盛到了盘子里,撒上椒盐。

我迫不及待地把炸带鱼放入嘴中,带鱼外面酥酥脆脆,吃起来“咔嚓”响,里面却软糯鲜美,简直好吃到停不下来。家人们吃着我做好的炸带鱼,也是连连夸赞,说我是小厨神,听得我心里美滋滋的。