

# 美好食光

记忆中的美味如同一颗颗璀璨的珍珠,串联起我们对过去的怀念与对家的眷恋。每当回忆起外婆为我精心烹制的葱油面,那浓郁的香气仿佛瞬间穿越时空,温暖了我的心房。端午节时,家人们围坐一堂,包粽子的欢声笑语和糯米的清香交织在一起,成为我心中最温馨的画面。而家乡的特产年糕,那软糯香甜的口感,更是承载着我 对故乡深深的思念。这些美味不仅滋养了我们的身体,更在心灵深处留下了难以磨灭的印记。

## 宁波的味道

北仑区岷山学校 607 班  
赵宸宸(证号 2521469)  
指导老师 徐波

一说到宁波的味道,我便想起了年糕。小外婆家有做年糕的机器,于是外婆便带上我一起去小外婆家感受一下宁波手工年糕的制作。

外婆将一筐筐泡过水的大米倒入机器中,只见一颗颗晶莹剔透的大米在阳光的照射下散发出柔和的光芒,如同一颗颗美玉般晶莹剔透。紧接着,外婆将少许水也倒入机器,机器的下端开始出现白色的粉末。当越来越多米粉如同一道白色的瀑布从机器下端流出来,小外公眼疾手快,用麻布袋将米粉接住,满了后,打好结,将石头放置于麻袋上。这样可以将米粉中剩余的水分挤压出来。待水分流干后,小外公便将已经结成块的米粉放在蒸锅里。蒸熟后,掀开锅盖,一阵大米的香味扑鼻而来。只见蒸布上铺着一层如雪花般的米粉。我偷偷地伸出手指,沾了一点放入嘴中,嗯,淡淡的,味儿沁人心脾。

紧接着,小外婆便将还冒着热气、已经熟透了的米粉倒入年糕加工机器。伴随着“吱咕吱咕”的响声,一条条长长的年糕从传送带的另一端出来。小外婆找准时机,一刀刀下去,整整齐齐的一排年糕便出现在了机器末端。外公将年糕放在竹匾上晾晒,等晒到一定程度后,外公便将它们像砖块一样码放起来。这样便于运输与保存。在年糕加工过程中还可以加入桂花、艾草等食材,这样可以做出不同味道的年糕。

晚上,外婆端上来一碗压轴大菜——白蟹炒年糕,夹一片放入嘴中,年糕片厚薄均匀,饱吸了螃蟹的精华,入口软软糯糯的,浓浓的大米香中带着一丝淡淡的螃蟹鲜味儿。我想这就是宁波的味道吧!年糕还代表着年年步步高升。当一家人团聚在一起,吃着热腾腾的年糕,那是一件多么美好的事情。

## 外婆家的美食

海曙外国语学校青林湾校区 402 班  
陈思妤(证号 2516164)  
指导老师 王莹

去外婆家是我期待的事情,因为总有美食在等着我。

我最喜欢吃的是红烧鱿鱼。那鱿鱼被酱油染得黑中透白。因为爆炒而蜷缩起来的鱿鱼须,像烫过的卷发,很可爱。撒上一些葱花,色香味俱全。尝上一口,哇!酱油在舌尖上融化,嚼一口鱿鱼,Q弹清爽,让我回味无穷。

除了鱿鱼,我还喜欢油炸带鱼。被油炸得金黄金黄的带鱼,一块块像金条似的,闪闪发光,并散发着诱人的香味。我忍不住咬上一口,外皮酥脆,鱼肉鲜嫩,吃起来真过瘾,让我百吃不厌。

这些美食不仅美味,还代表着外婆对我的爱。

## “食”光

高新区实验学校新晖校区 603 班  
曹含旭(证号 2527948)  
指导老师 李家力

食物承载着记忆,舌尖上流淌着成长的香甜,每当想起爱吃的食物,我不禁回忆起那些事。

幼儿园时,我最喜欢吃冰冰凉凉的雪糕。星期五回家,总会缠着妈妈给我买一根雪糕,拿到以后,我总是立刻把包装拿掉,开心地吃起来。冰凉的雪糕配上炎热的夏天,吃起来可舒服了。

长大了些,我最爱吃的是外公烤的地瓜,每次回老家,外公总是会到地里挖几个地瓜,在水中洗净,放进空气炸锅里,几分钟就炸好了。一切开,金黄的地瓜和着香甜的气味蔓延开来。我迫不及待地咬上一口,甜甜的味道立刻在口中化开,一点儿也不干,含在嘴里甜丝丝的。

现在我最爱吃的是我妈妈亲手做的酸菜鱼。妈妈会先从菜场买来新鲜的黑鱼和酸菜,把鱼腌好后,放入汤中,炖几分钟再加入酸菜和辣椒。不一会儿,香气就透过锅盖蔓延了开来。做好了,我赶紧拿起筷子尝了一口,又酸又辣,十分鲜美,让我胃口大开。

喜欢的食物在变,不变的是,都一样都洋溢着爱。

## 饺子

高新区实验学校新晖校区 603 班  
骆筱熙(证号 2527950)  
指导老师 李家力

十多年来,我吃过无数美食,最忘不了的是那饺子。

包饺子要先将面团揉成长长一条,揪下一个小面团,再用擀面杖擀成一张薄薄的饺子皮,用筷子轻轻夹起馅,放在皮上,接着,用手指沾一下水,抹一下皮的边缘,把皮对折,捏出一个个褶子,一个雪白、精巧的饺子便出现了。把饺子丢入锅里,饺子像鱼儿一样在锅中游泳,舞蹈。光看,就会流下口水。

一阵香味传入鼻中,我看着一个个宛如月牙的饺子,忍不住就想咬上一口。吃的那一瞬,只感觉浑身暖洋洋的,无比舒服,下一秒猪肉的味道便在口中炸开,满嘴都是白菜和猪肉的香气。一缕缕热气从饺子中冒出,我不顾烫,大口吃了一个又一个。

饺子很普通,但这饺子是一家人一起包的,它将我们连接在一起,是最特别的。

## 粽香四溢

海曙区高桥镇何家小学 402 班  
肖雅楠(证号 2516759)  
指导老师 虞静儿

“五月五,过端午。赛龙舟,敲锣鼓。”端午节这天早晨,妈妈准备好了包粽子的食材。

翠绿的粽叶,泡在水里,像一条条小船。一盆洁白如玉的糯米,静静地泡在清水中,真像一群正在沉睡的精灵。妈妈先把两片粽叶叠在一起,卷成漏斗状,舀一勺糯米,放上红枣,再盖一层糯米,最后用细绳打个结,一个胖嘟嘟的粽子就诞生了!

我也信心满满地做起来,可粽叶在我的手中不听使唤,不是糯米漏出来,就是形状包得歪歪扭扭。妈妈看出了我的着急,笑着耐心指导我,终于,我包出了一个像样的粽子。

粽子包好后,就被我送进了蒸锅。不一会儿,厨房里就弥漫起了阵阵诱人的香气。我打开盖子,一个个粽子就像一个个小孩在向我招手。我迫不及待地拿起一个,剥开粽叶,咬下一口,糯米软软的,红枣香香甜甜的,让我回味无穷。



香蕉战车  
高新区实验学校翔云校区 305 班  
詹永宸(证号 2528032)  
指导老师 杨雨薇

## 松鼠鳊鱼

高新区实验学校新晖校区 603 班  
孔喆(证号 2527942)  
指导老师 李家力

苏州有许多美食,其中让我印象最深的要属松鼠鳊鱼了。

到苏州的第一天,我们就走进了一家当地特色的饭店,点了我心心念念的松鼠鳊鱼。我在一旁观看着厨师烹饪这道菜。首先,厨师取出那条鳊鱼的内脏,剔出鱼刺,随后他用刀把鳊鱼切出理想的造型,然后给鳊鱼全身上下裹上一层面粉“泳衣”。在厨师帮助下,鳊鱼“跳”入油锅中游泳了,捞上来后淋上特制“番茄雨”,再加上几粒小虾仁,这道菜就大功告成了。那酸甜的气味似乎挣脱了厨房间的束缚,钻进了我的鼻子里,让我的心里直痒痒,我迫不及待想吃了。

松鼠鳊鱼的口感外酥里嫩,酸甜可口,里面的肉质十分细腻。那甜味多之一分则腻,少之一分则淡。没过几秒,这盘美味的松鼠鳊鱼就被一扫而光,大家都不停地称赞它的美味,我也不禁感叹中国美食文化的博大精深。直到现在,那味道仿佛还在我的嘴中弥漫。

## 端午粽飘香

北仑区泰河学校 606 班  
贺奕衡(证号 2521093)  
指导老师 郑玲燕

“五月五,是端阳。门插艾,香满堂。吃粽子,撒白糖,龙舟下水喜洋洋。”这首歌谣唱的就是农历五月初五端午节。这一天,我们总会回到奶奶家,和奶奶一起包粽子、吃粽子。

端午前一天,奶奶就已准备好了各种包粽子的材料,只等我们一到便开始包。首先,她将一片箬叶卷成喇叭状,加入泡好的糯米,放入两三颗蜜枣,再盖上一层糯米,手轻轻地将箬叶向对角处卷,最后绑上细绳,一个三角粽就包好了。学着奶奶的样子,我也包了起来,包了好一会,终于包出了一个“四不像”。全家人看着我包的粽子,又看看一脸害羞的我,宠溺地笑了。

奶奶把包好的粽子放入锅中煮熟了好一会,终于出锅了!我们一家人围坐在一起开始吃粽子。奶奶告诉我,包粽子的食材、造型等都有讲究。首先,粽子主要由糯米和其他谷物或者豆类制成,寓意着五谷丰登、丰收在望;其次,粽子的馅料选用蜜枣等甜食,寓意生活甜甜蜜蜜;另外,粽子的形状一般选用三角形,象征着“三阳开泰”,寓意万事如意、幸福安康,而“粽”谐音“中”,还有“一举中第”的好寓意。听到这儿,我立刻拿起一个粽子,咬了一大口,笑着说:“吃了这粽子,我在期末考试时一定会取得好成绩!”大家听了,都祝福我愿望成真。

小小的粽子里包的不仅是糯米和蜜枣,还包裹着美好的祝福和浓浓的亲情。我们一家人围坐在一起,吃着粽子,聊着家常,比这蜜枣粽更甜蜜、美满。

## 家乡美食

海曙区横街镇中心小学 604 班  
王皓颖(证号 2517410)  
指导老师 严幼琴

每个地方都有其独特的美食文化,它们不仅是味蕾的享受,更是当地风土人情的缩影。我的家乡横街镇大雷村,坐落在一片青山绿水之间,这里的每一道美食都承载着大自然的馈赠与村民的智慧。尤其是清明时节,青团、乌米饭、灰汁团等传统美食纷纷登场,而其中最令人难忘的,莫过于鲜嫩脆甜的“黄泥拱”笋。

因大雷村独特的地理环境,在这片黄泥地里长出来的笋不仅嫩脆,还带有一丝微甜。一夜细雨,春风吹起,经过阳光雨露的滋润,笋尖破土而出。这时农民们就扛起锄头去挖最新鲜的“黄泥拱”笋。挖的时候要万分小心,一不留神就会把它挖断。

洗干净后把笋切成麻将牌大小放入高压锅中煮上十来分钟,这段时间就可以去准备另外一种食材——雪里蕻。这雪里蕻也很有讲究,必须是要当季腌的,不能太咸也不能太淡,洗净切断备用。高压锅冷却后直接把雪里蕻往里一倒,再迅速盖上锅盖焖上几分钟,一碗正宗的雪里蕻笋汤出锅了,笋块如玉晶莹剔透,咸菜如丝绿中带黄,轻咬一口笋,口感脆嫩,真是比那苹果还要香甜。再品一口汤,咸香四溢,仿佛将整个季节揉进了齿间,真是映了那句话:真正的美食往往只需要最简单的烹饪方式。

大雷村的美食,不仅是舌尖上的享受,更是一种文化的传承,承载着大雷人对自然的敬畏与对生活的热爱。

## 那碗葱油面

高新区实验学校新晖校区 603 班  
卢璟伊(证号 2528047)  
指导老师 李家力

阳光照着大地,我走在乡间的小路上,闻到了葱油面的香味,让我不由得想起外婆做的葱油面,那味道至今难忘。

还记得小时候,我住在外婆家。外婆家的小院不算大,角落里种了几株翠绿的葱。那时的我总爱扒在案板边,等着外婆做葱油面。

外婆一大早就去早市买新鲜的面条,早上阳光好,外婆就把面给晒干,这样煮出来更好吃。只见外婆熟练地把面抖散下锅,面条在水中咕咚咕咚地跳舞。最让我着迷的是制葱环节,外婆将切好的葱花放入温热的油中,小火慢熬。葱花在油中渐渐变得金黄,香气四溢,整个厨房都飘散着葱油的香味。外婆说:“熬葱油要有耐心,火大了要焦,火小了香味不够。”她每次都认真地看着,直到煎到金黄色,把它撒在面条上,再滴点酱油。那简简单单的食材,就被外婆做成了一道美味的食物。

现在上学了,我很少能吃到外婆做的葱油面。那面别人做味道都不对,只有外婆做的才是我最爱的,巴不得多吃几碗。