

夏日甜品

鄞州区惠风书院 406班

俞清凌(证号 J26103473)

指导老师:全艳丽

今天妈妈下班回家,带回一个快递箱子,里面是我心心念念用来做甜品的材料。妈妈说等到周末陪我一起做甜品。

终于等到周末,我迫不及待拉着妈妈出门买了新鲜芒果和牛奶。我早就查好了教程,准备做“芒果奶冻西米露”。

我先把一包白凉粉倒进奶锅,再倒入牛奶,开小火边煮边搅拌,等牛奶咕嘟咕嘟冒泡就关火,倒进碗里放凉。放凉的过程中,妈妈叫我去煮西米:把西米倒进锅中,加入凉水开火煮,边煮边搅拌,防止西米粘锅底。煮了大概 15 分钟,西米一点点从白色变得透明,融进水里,只剩中心还有一点小白芯。妈妈让我关火,盖上锅盖焖 20 分钟,说小白芯会慢慢消失。

这时候加了白凉粉的奶已经放凉凝固,我把它放进冰箱,冰过之后口感会更好。等待的间隙,我们给芒果削皮,一部分打成芒果泥,一部分切成小块。这时,西米也焖好了,原本的白玉珠子全都变成了透明珠子。妈妈让我用细漏勺把西米捞出来,放进凉水里过一遍,口感会更 Q 弹。我照着妈妈说的做,把西米分到每个饮品杯里,放三分之一杯的量,再把奶冻从冰箱拿出来,一勺勺舀进杯子。接着,我又加入芒果泥、适量白糖,倒上牛奶搅拌均匀,最后补了几块芒果粒。

芒果奶冻西米露做好了,我尝了一口,哇,太爽口了!怎么样,你是不是眼馋了?那也赶紧试着做一做吧!

“厨神”外婆

江北区庄桥中心小学 403班

吴邹芃(证号 J26030328)

指导老师:高梦洁

外婆是我们家名副其实的“厨神”。她没有学过烹饪,也没有使用高端昂贵的食材和调料,仅凭一双布满皱纹的手和几十年的经验,就能把普通食材做成美味佳肴。

记得有一次台风天,妈妈对着空空如也的冰箱直叹气,外婆却淡定地从冰箱中拿出了仅有的上海青和虾皮走进厨房。只见她热锅冷油先煸出虾米的鲜香,再放入青菜,大火爆炒,不一会儿香味飘满整间屋子。全家人对外婆的手艺赞不绝口,纷纷竖起大拇指。

外婆不仅炒菜好吃,她做的糕点也远近闻名,特别是她做的家乡特产红团,外表红润油亮,外皮软糯 Q 弹,馅料绵密清甜。挑食的小表妹连吃了三个,称赞“姨婆做的红团比巧克力蛋糕好吃多了”。每逢春节,来找外婆定做红团的亲戚络绎不绝。

这就是我的“厨神”外婆,她做的美味会一直留在我心底,伴随着我成长。



尝尝我的蛋炒饭

鄞州区宋诏桥小学 509班

罗冠臻(证号 J26108454)

指导老师:严倩

味道,不只是舌尖上的酸甜苦辣,更是藏在心底的成长记忆。今天,我做的蛋炒饭终于成功了,快来尝尝我的手艺!

我并不是一次就做好的。第一次炒饭时,我急急忙忙开大火,米饭全都粘成一团,鸡蛋也炒糊了。第二次我没把控好盐的量,一勺盐下去,整碗饭咸得我直皱眉头。看着两盘没法入口的炒饭,我心里十分泄气,原来看似简单的蛋炒饭,做起来一点都不容易。

我深吸一口气,静下心重新准备。先打好鸡蛋拌进隔夜米饭里,戴上手套把结块的米饭全部抓散。起锅倒油,油温升起后倒入米饭,“滋啦”一声,浓郁的米香与蛋香瞬间扑面而来。我快速翻炒,等米饭炒得干爽松散,就倒入切好的青瓜丁,继续翻炒均匀。接着撒上少许细盐调味,最后放入香肠段翻炒几下,一盘炒饭就顺利出锅了。

我把热气腾腾的蛋炒饭端上桌,迫不及待舀起一勺品尝。米饭干爽有嚼劲,鸡蛋鲜香柔和,咸淡恰到好处,每一口都绵软香浓。品尝着自己的成果,我的心里甜滋滋的,比吃下十支棒冰还要满足。

我连忙招呼爸爸妈妈过来品尝,两人吃完都连连夸赞。看着空空的饭碗,我的心中满是难以言说的喜悦。舌尖的香味转瞬即逝,但这盘炒饭承载着我屡败屡战、不肯放弃的坚持。它也让我明白一个道理:只要肯耐心坚持,付出努力之后,终究会收获香甜美好的果实。

我家的厨艺高手

北仑区岷山学校 506班

金郁芷(证号 J26801855)

指导老师:刘燕君

美食江湖里藏着无数身怀绝技的大厨,而在我家,也隐居着一位深藏不露的厨艺高手——我的爸爸。

平日里的爸爸斯文儒雅,鼻梁上架着一副黑框眼镜,说话温温和和。可只要踏入厨房,他便像武林高手登台亮相,一身炉火纯青的厨艺,稳稳拿下我家“美食一把手”的名号。

爸爸总念叨一句话:“越是家常小菜,越考验真功夫。”我最爱他亲手做的菜泡饭,平平无奇的一道吃食,却被他打磨成独家美味。为挑选合适的大米,他先后试吃十余种:东北大米筋道弹牙,泰国香米馥郁飘香,江南长粒米绵软糯润……反复对比口感后,五常大米成了最终选择。熬汤底他更是一丝不苟,排骨汤醇厚绵长,筒骨汤浓白入味,鸡汤清鲜甘甜,轮番炖煮筛选;就连配菜青菜,爸爸逛菜场总要挨个摊位细细挑选,专拣带着晨露、脆嫩水灵的新鲜菜叶。

食材备妥,便是爸爸大显身手的时候。他熟练调控火候、油量与烹煮时长,既要锁住青菜青翠的色泽,又要把控米饭软糯的口感,还要让骨汤的鲜香丝丝渗进米粒。几番琢磨改良,菜泡饭成了家里的招牌:嫩绿青菜浮在汤面,热气裹挟鲜香漫满全屋,米饭粒粒饱满、软硬刚好,一口下肚,鲜味儿顺着舌尖钻进心底,百吃不厌。

爸爸对待美食精益求精、用心钻研的模样,潜移默化地打动着我。在我心里,爸爸永远是美食江湖里最了不起的厨艺高手。

美味心愿

宁波市惠贞书院 203班

王雅萱(证号 J26039934)

指导老师:陈祚

藏在鱼肚皮里的爱

北仑区泰河学校 409班

曹薇涵(证号 J26805952)

指导老师:徐芬

在我的印象里,妈妈好像最爱吃鱼肚皮。

那天桌上摆着一盘色香味俱全的红烧小黄鱼,看得我口水都快要流下来。我迫不及待夹起一大块鱼肉,一口塞进嘴里。妈妈什么也没说,只是笑眯眯地望着我,自己慢慢用筷子夹起鱼肚皮上的肉。我心里不由得好奇:鱼肚皮好吃吗?我也想尝一尝。可我的筷子刚伸过去,就被妈妈轻轻拨了回来,让我吃鱼背上的肉。

直到那一次,事情变得不一样。我刚准备动筷子,妈妈却抢先夹了一块鱼肚皮放到我的碗里。我放进嘴里细细品尝,除了几根大大的鱼刺,剩下的鱼肉格外鲜嫩顺滑,我吃得津津有味。我转头看向妈妈,她正低头吃鱼背。我不由得心生疑惑:为什么这次妈妈让我吃鱼肚皮?我趁着妈妈不注意,偷偷夹了一小块鱼背塞进嘴里。“呸呸呸!”我立马吐了出来,鱼背里藏着好多细碎的小刺,扎得嘴巴很不舒服。

妈妈轻轻拍拍我的脑袋,笑着说:“你这个小馋猫,小黄鱼的背上没有细刺,可是河鲫鱼的背上全是密密麻麻的小刺,这下长记性啦?”听完妈妈的话,我不好意思地笑了,暖暖的爱意悄悄漫上心头。

杨梅

鄞州区华泰小学西校区 503班

陈艺馨(证号 J26109347)

指导老师:陈鹏里

今年的杨梅成熟了。外婆和外公起得很早去摘,等我们到时,桌子旁已经摆满了杨梅。一颗颗,一串串,静静地待在那儿,一片片绿叶映衬着它们,显得更加诱人。

杨梅颜色虽相近,但也略有不同。最艳的,是紫中带红的;最普通的,是纯正的杨梅紫;最深的,是紫得发黑的。有些发生了碰撞,果肉的一面被压平,渗出了些许汁水,酸甜的气味勾引着我的神经。

我抓起一颗又大又圆的果子,一口咬下,一大片细针状的果粒被我咬下,充盈的汁水在嘴里爆开,把牙齿染得紫红紫红。舌头扭来扭去,贪婪地将它们舔净,又心满意足地舔了舔嘴唇。

妈妈倒了一杯雪碧,“扑通”一声,杨梅在其中翻滚,与气泡共舞,像一个戏水的娃娃,用筷子一戳,这样,一杯杨梅味汽水便完成了。

杨梅之趣,无穷尽也。

我最喜欢的水果

宁波艺术实验学校明湖校区 406班

俞秦攸(证号 J26106103)

指导老师:任爱芬

今天,爸爸从超市买来一大筐新鲜的枇杷。我最爱吃枇杷了。

黄澄澄的枇杷像一盏盏小灯笼,椭圆形的身子裹着细密的小绒毛。我捏着果柄轻轻转动,枇杷表皮缀着点点红斑,在阳光下泛着琥珀般的光泽。凑近一闻,果香裹着清甜钻进鼻子,让我忍不住咽了咽口水。

我小心翼翼地剥开薄如蝉翼的果皮,晶莹的果肉跃入眼帘,汁水爆下,滴在我的鼻尖上。瞬间,酸溜溜的滋味在舌尖跳舞,转眼就被温润的甘甜包裹。

枇杷浑身都是宝。春天喝枇杷果汁可以润嗓子,秋天吃枇杷膏可以治疗咳嗽。去年我咳嗽时,妈妈在冰糖水里放了几颗枇杷核熬煮,我喝了一两天,咳嗽就好了。

这就是我最喜欢的水果——枇杷。

我学会了做菜

鄞州区惠风书院 401班

丁彦祺(证号 J26880658)

指导老师:王梦茵

周末,我兴奋地缠着妈妈,希望她能教我做道菜。妈妈经不住我的软磨硬泡,只好笑着答应:“那好吧,我今天教你做青椒炒肉丝!”“太好了!”我高兴得一蹦三尺高。

妈妈耐心地给我讲解步骤:先挑选没有肥肉的上等猪肉,切成丝,用清水冲洗干净;接着将肉丝放入开水中焯至微熟,捞起沥干;然后把新鲜青椒斜着切成小块;最后将青椒和肉丝一起下锅翻炒,记住一定要不停地翻炒,不然就会变成“焦炭”哦!当牛肉呈现微透明状时,立刻盛起装盘。

然而,理想很丰满,现实很骨感。我刚开始就出了岔子——忘了烧开水就直接下肉,结果肉丝泡得软塌塌的。第二次,我吸取了教训,可水烧开了,又忘了及时翻炒,肉丝变成了黑乎乎的“焦炭”。第三遍,我深吸一口气,告诉自己要冷静。我比前几次都认真严肃,每一步都仔细检查。功夫不负有心人,我终于将每一步都做到位了!看着锅中色泽诱人的青椒炒肉丝,我激动得手都在发抖。

“妈妈,快尝尝!”我迫不及待地端上桌,请妈妈做评委。妈妈端着盘子仔细观察,然后拿起筷子尝了一口,若有所思地说:“色泽外观给你 4 分,口感层次给 4.5 分,总体来说还不错,综合评价 8.5 分!”“哇!”我兴奋得跳了起来。虽然不是满分,但第一次尝试就能得到这样的成绩,我太满意了!

从那以后,我更加努力地练习厨艺,不断提升菜品的口感和色泽。通过学做菜这件事,我明白了一个道理:只要肯努力,不怕失败,坚持不懈,就一定能够成功!

雪菜黄鱼汤

鄞州区华泰小学西校区 503班

孙欣瑜(证号 J26102584)

指导老师:陈鹏里

黄鱼与雪菜,二者相融,便能烹制出一道别具风味的美食——雪菜黄鱼汤,这也是母亲最拿手的家常菜。

清晨,母亲从集市带回三条鲜活的小黄鱼。它们通体金黄,鳞片紧密地贴在身上,好似一身光亮的铠甲。鱼嘴微微张合,通红透亮的鱼眼,仿佛还留存着大海独有的鲜活气息。

母亲先把鲜鱼放在窗前晾晒,让阳光浸润鱼身。等到傍晚下班回家,鱼已经处理妥当,就等着下锅烹制了。起锅倒油,开始煎鱼。油浸透鱼身,给黄鱼镀上一层金黄的边。母亲把控着火候,不敢煎炸太久,怕鱼肉变老,吃起来干硬发柴。煎好后加入清水,水量要刚好没过鱼背,多一分汤汁便过于稀薄,少一分又会味道过咸,分寸十分讲究。随后淋入料酒,去腥提鲜。锅中汤水翻滚,鱼肉的鲜香慢慢释放出来。转小火慢炖,火光映亮厨房。最后,母亲细心地将雪菜在锅中摆放整齐,好似在勾勒一幅淡雅的水墨画。经过一番炖煮,汤汁渐渐熬成温润的乳白色,缕缕香气升腾开来,弥漫在家中的每一个角落。若是喜欢,还可以撒上几段鲜笋,滋味会更加鲜美。

盛上一碗,鱼肉白嫩,雪菜翠绿,看着就让人食欲大开。夹一块鱼肉蘸着汤汁入口,肉质软嫩细腻,鲜而不腥。喝下一口热汤,雪菜淡淡的酸香在舌尖散开,一股暖意缓缓淌入心底。

一碗简简单单的雪菜黄鱼汤,既有大海馈赠的鲜美,更盛满了母亲朴实深沉的爱。烟火寻常,这一碗热气腾腾的汤,藏着独有的家的味道,也是我心中最动人的幸福。