



大米变形记

宁海县实验小学505班
陈泊宇(证号J26604557)
指导老师:柴敏娇

大家好,我是人见人爱、花见花开、车见车爆胎的小米粒,今天我要向你们讲一讲我的变形记。

这天,我正悠闲地躺在一个袋子里做梦。突然,一位叔叔捞起了我和我的兄弟姐妹们,把我们倒进一个塑料箱里,用清水将我们淹没,我顿时浑身哆嗦,好像掉进了冰洞里。很快,我就适应了水中生活,在水里游来游去,身体也像吹气球一样变得胖乎乎的。

过了几天,我们被捞出来晾了晾,接着被丢进了一个机器里。脚下是一个半圆形的凹槽,中间有一个黑乎乎的大洞。我刚回过神,就掉进了那个深不见底的大洞里。霎时,耳边响起了风的呼呼声和机器的隆隆声,我吓得紧紧闭上眼睛,身体止不住地颤抖,感觉自己变成了一朵轻飘飘的云。

我悄悄睁开眼一看,已经离开了那个机器,落在了一条传送带上。我看了看自己,呀,身体变得又细又白,像雪白的粉末。就在我仔细观察时,“咚”的一声,我从高处狠狠摔进了蒸桶里。我不敢抬头,也不敢睁眼,四周越来越热,热气把我包围了……过了一會兒,我浑身软绵绵、黏糊糊的,和我的兄弟姐妹们抱成了一团。

随后,我被放在一块光滑的铁板上,师傅们把我一会儿往上推,一会儿往右推,一会儿往左推。紧接着,我又一次被推进了温暖的隧道里,眼前一片朦胧。再睁眼时,我和兄弟姐妹们已经黏在一起,变得白胖胖、长条条的了。我看看自己,哦,原来我变成了年糕呀!

做雪糕

高新区实验学校翔云校区604班
孙菁文(证号J26080665)
指导老师:张锦秋

知了在窗外扯着嗓子喊“热死了”,我趴在凉席上,汗珠像小虫子一样顺着脖子往下爬。冰箱里的冰棍早就被我消灭光了,这时候要是能吃上一口冰冰凉凉的雪糕该多好啊!

我翻箱倒柜地找零花钱,突然,角落里一个布满灰尘的东西引起了我的注意——是去年我生日时舅舅送的雪糕机!我激动得一蹦三尺高:“天助我也!”

说干就干!我学着视频里的样子,往矿泉水瓶里倒入淡奶油和白糖,使出吃奶的劲儿摇晃。一分钟,两分钟……我摇得手都酸了,瓶子里的奶油终于变成了蓬松柔软的云朵状,满满一大瓶!

我小心翼翼地打发好的奶油倒进雪糕机,按下开关,搅拌棒欢快地旋转起来。四个小时后,我迫不及待地打开盖子——虽然雪糕表面坑坑洼洼的,像月球表面,但浓郁的奶香味直往鼻子里钻。

我舀了一勺放进嘴里,冰凉香甜的味道在舌尖化开。那一刻,我觉得自己简直就是个天才发明家!这个夏天,因为这根亲手做的雪糕,变得格外甜。



家的味道,年的温度

慈溪实验中学807班
孙崇凯(证号J26306652)
指导老师:洪珂

春节一到,家家户户挂起红灯笼,贴上对联窗花,大街上张灯结彩,鞭炮声此起彼伏,一片祥和。

除夕一大清早,我们吃完饭就赶往农贸市场,那里人声鼎沸。回来时,外公早已从地里拔了带着露水的蔬菜,一家人开开心心地准备年夜饭。

晚上,桌上的菜多了起来:红里透白的大龙虾,汤汁浓稠的红烧肉,热气腾腾的三鲜汤……接着,妈妈端上一盘荠菜炒年糕。一片片晶莹的年糕上,星星点点的荠菜末子若隐若现,仿佛调皮的精灵在玩捉迷藏。我赶紧夹起一块,糯米年糕的温润和荠菜的清香立刻在嘴里交融化开,让人回味无穷。

这熟悉的味道让我想起外婆的做法:先把荠菜在开水中焯一下,捞起捏成团,细细切碎;待年糕片炒到微黄,再把荠菜放进去翻炒。可火力太旺,年糕结成金黄的锅巴,牢牢粘在锅底,连锅铲也奈何不得,外婆为此抱怨不已。我奔进厨房,拼命铲下一大块塞进嘴里,嚼得嘎嘣嘎嘣响。

听外婆说,年糕寓意年年高,还有一个古老的传说。相传春秋时,越王勾践卧薪尝胆,最终举兵伐吴;吴军按伍子胥生前嘱咐,到相门外掘地取粮,发现城砖竟是用糯米粉做的,救了全城百姓。人们为纪念伍子胥,便仿制此食在过年食用,取名“年糕”,寄托对美好生活的向往。荠菜谐音“聚财”,是新春的报春菜,与年糕同炒,更添“年年高升、招财纳福”的双重吉祥,怪不得民间有“荠菜炒年糕,越吃越想吃”的说法。

小小一道菜承载着传统文化与家乡风俗,让团圆饭桌充满烟火气,也让“家”的味道深深烙印在我记忆里——这便是幸福的年味。

我学会了烙饼

镇海区贵驷小学502班
盛奕菲(证号J26200502)
指导老师:陈雅

今天,我学会了烙饼,打算送给妈妈。一想到妈妈开心的样子,我脸上不自觉地笑了起来。

一开始,我对那盆面粉还有些手足无措,水该加多少、面要揉到什么程度,心里完全没有底。但我没有放弃,稀里糊涂地做了起来。好不容易把面和好,我往面上抹好油,放在一边。我要做一个猪肉馅的,便拿出菜刀把猪肉剁碎装进碗里,加入十三香、松茸鲜等材料,搅拌均匀后香气扑鼻。接着,我在案板上将肉馅包进面皮里,做成饼的形状。

我拿起平底锅,开火、倒油,将一张饼坯放入锅中。不一会儿,锅里发出滋滋的声响,饼的边缘开始微微泛黄,香味愈发浓郁,引得我直咽口水。我小心地给饼翻了个面,让两面受热均匀。又过了几分钟,一张金黄酥脆、香气扑鼻的肉饼就出锅了。那香气像调皮的小精灵钻进我的鼻子,深吸一口,仿佛能感受到饼在锅中滋滋作响的热闹,每一丝香气都诉说着出炉的美味。咬下一口,饼底的汤汁在舌尖散开,鲜美得让人陶醉,齿颊留香。

亲手做的饼就是好吃,每一口都带着自己付出的心意,心里满是成就感!

宁波马拉松

高新区实验学校翔云校区404班
朱靖晗(证号W26083133)
指导老师:傅月贝

一口热馍,满是年味

高新区实验学校新晖校区601班
马天阳(证号J26088038)
指导老师:吴依娜

为了寻找年味,妈妈带我回到老家,赶一场充满烟火气的大集。

刚到镇上,我就被一间不起眼的小屋吸引了。一层透明塑料布就是它的外衣,里面整齐地堆放着劈好的木材,门口支着几口大锅,正冒着腾腾热气。几个人站在锅边,目光紧紧盯着锅里,好像里面藏着什么宝贝。我好奇极了,锅里到底是什么呢?是大碗扣肉,还是蒸整鸡?我忍不住靠近再靠近,原来蒸的是一个个白白胖胖的馒头。

过了几十分钟,馒头终于出锅了!一个个白白嫩嫩,像可爱的胖娃娃;靠近锅边的一圈穿上了金色的铠甲,神气十足;还有的笑得咧开了嘴,好像要把它们的小故事都讲给我们听。

看着这热气腾腾的馒头,妈妈的眼神忽然温柔了下来。她告诉我,小时候每到腊月十六,外婆和三姥姥就会忙着蒸馍,一锅又一锅香喷喷的馒头端上桌,那是她童年里最香的味道。那时家里并不富裕,外公外婆凭着一双勤劳的手,把四个孩子拉扯大。如今再看到这熟悉的场景,妈妈仿佛回到了那个白雪皑皑的冬天。我忽然明白,这小小的馒头里,藏着妈妈的童年,也藏着岁月里最朴素的温暖。

我也特别想吃一个。我们上前一问,老板却说全都被人包圆了。我有点着急,小声说:“就给我们一个好不好?”没想到,买馒头的人和老板都特别大方,不仅愿意匀我们一个,还说要送给我们。我一下子被感动了——虽然互不相识,可乡亲们的善良和热情,比热馍还要温暖。

老板递给我一个带焦边的馒头,它像个小小的杂耍冠军,轻轻一翻就落在我的手里。这个馒头沉甸甸的,比我的手都大,浓浓的麦香夹杂着淡淡的米酒香,一下子钻进我的心里。我把它分给身边的小伙伴,你一口,我一口,大家吃得津津有味。我想,多年以后,这个热馒头一定会成为我们记忆里最特别的年味。

吃着香甜的馍,我们回城了,可我心里还惦记着那口用地锅蒸出来的热馍。原来最浓的年味,就藏在这——一口热馍里,藏在故乡的烟火里,藏在人们暖暖的善意里。

年糕饺的魅力

高新区信懋小学505班
洪婉凝(证号J26084340)
指导老师:蔡天琪

今年春游,我最喜欢的环节是制作年糕饺。

午饭过后,教官先给我们每人分一块年糕团。白白的团子乖乖躺在手心,温热又绵软,淡淡的米香悄悄钻进鼻尖,摸起来宛如一朵蓬松轻柔的白云。

我跟着教官的示范动手制作。先将年糕团放在掌心,轻轻揉成圆润饱满的小球,好似一颗雪白的珍珠;再缓缓按压平整,用手指小心捏出小碗的模样。

馅料调味是最有意思的环节。我舀上细腻金黄的黄豆粉,细碎的粉末如同金黄细沙,慢悠悠地躺在年糕皮中间。随后将面皮两边对折,仔细把边缘捏合紧实,小巧的年糕饺立刻收拢起身子,恰似一只蜷着身子酣睡的小白兔。

米香混着醇厚的豆香扑面而来。轻轻咬上一口,清甜软糯的滋味瞬间铺满舌尖,像暖流一般漫遍口腔。品尝着亲手制作的美食,我心底满是欢喜,满满的成就感在心底悄悄绽放。

学做番茄炒蛋

镇海应行久外语实验学校
清川校区502班
金恬晨(证号J26208177)
指导老师:王一埔

周末的中午,妈妈系着围裙,正在厨房里忙着做午饭。我闻见了香气,就凑过去想看看妈妈在做什么好吃的。妈妈问我:“要不要尝试一下做番茄炒蛋呀?”我兴奋地跳起来,这可是我第一次正式学做菜呢!

妈妈先从冰箱里拿出两个红彤彤的番茄和三个圆滚滚的鸡蛋。我学着妈妈的样子,把番茄的蒂摘掉,清洗干净,然后切成小块。我紧张极了,右手紧握刀柄,左手小心按住番茄。妈妈站在旁边指导:“手指要弯起来,这样才不会切到手。”番茄被我切得大小不一,虽然不如妈妈切得整齐,但我觉得特别可爱。

打鸡蛋时我闹了笑话:第一个鸡蛋用力过猛,整个蛋壳都碎了,蛋液洒在灶台上。妈妈笑着说:“轻轻把蛋壳在碗边敲一下,用手指沿着裂缝掰开。”我试了第二次,果然成功了!鸡蛋顺利打进了碗里,我轻轻地用筷子把蛋液搅匀,在妈妈的指导下加入了一点盐和鸡精。

最激动人心的时刻来了!打开煤气灶,蓝色的火苗“噗”地一声窜出来。往锅里倒油时,油星突然蹦出来,吓得我往后一跳。妈妈鼓励我:“别怕,把鸡蛋倒进去时离远一点就行。”我鼓起勇气,把蛋液倒进锅里,“刺啦”一声,金黄的蛋液快速凝结起来。我用锅铲把蛋液搅散,再盛出来放在盘子里。

接下来把番茄下锅,快地用锅铲翻炒。等到番茄块变软、炒出汁水,我把鸡蛋倒回锅中,翻炒几下,香味扑鼻而来。最后撒上翠绿的葱花,红黄绿相间,好看极了!

吃饭时,全家人都夸我做的番茄炒蛋好吃。爸爸吃了两大碗饭,哥哥把盘子舔得干干净净。看着家人享受的表情,我的心里比吃了蜜还甜。

周末的蛋炒饭

高新区外国语学校501班
孙健博(证号J26084472)
指导老师:林志骄

林老师布置了一项有趣的任务——做蛋炒饭。今天,我这位“孙大厨”便要亲自上阵,给全家露一手!

一大早,我系上围裙,从冰箱里翻出昨天的剩米饭和三个鸡蛋,又找出白胡椒粉、食用油和酱油。我先把鸡蛋磕进碗里,撒点白胡椒粉搅成金黄的蛋液;再舀三分之一的蛋液拌进剩米饭,让米粒裹上一层淡黄的光泽;最后把葱和香肠切成小丁备用。

一切准备就绪,真正的挑战开始了!我打开抽油烟机,拧开燃气灶,蓝色的火苗“轰”地窜了上来。等锅烧得微微发烫,我倒上油,油星立刻“噼里啪啦”地跳起舞来,厨房瞬间变成了热闹的“战场”。我赶紧把蛋液倒进锅里,“滋啦”一声鼓起泡,锅铲飞快地翻炒,金黄的蛋碎立马成型。随后把拌好蛋液的米饭倒进去,米饭在锅中跳着“华尔兹”,颗颗分明。接着撒入香肠丁和葱花,淋上一点酱油提味,翻炒几下赶紧关火。

一碗蛋炒饭新鲜出炉啦!橙黄的蛋碎、粉红的香肠、翠绿的葱花,搭配着白中透黄的米饭,香气直往鼻子里钻,馋得我口水都要流下来了。我迫不及待地盛进小蓝盘子里,大口大口地吃了起来,米饭弹牙,蛋香浓郁,简直太美味了!妈妈尝了一口也连连称赞,说比饭店的还好吃。

没想到第一次做蛋炒饭就这么成功,看着自己亲手做的美食,我心里美滋滋的。林老师,下次您有空,一定要来我家尝尝我做的蛋炒饭呀!