

特别美食

炎陵黄桃的花样吃法,甜到你的心尖

▲黄桃罐头。董小牧摄

▲炎陵黄桃。

1.洗净后削皮,切成约一厘米厚的片状,装盘优雅品尝。

2.洗净外皮后不削皮,直接整颗食用。

3.洗净后放入冰箱冷冻室冷冻六十分钟,取出后撕掉外皮,冰镇生啃。

黄桃罐头

1.黄桃削皮去核,改刀成块。

2.桃肉放入锅中,加入黄冰糖;桃肉与冰糖按你喜欢的比例投放,喜欢更甜多放糖。

3.加水至刚好没过桃肉表面。

4.开大火煮沸后转小火,计时八分钟关火。

5.自然晾凉后装入密封罐,放入冰箱冷藏,可存放三至五天。

黄桃干

1.黄桃洗净,削皮去核,切成厚度约为一厘米的薄片。

2.薄片放入淡盐水中浸泡五分钟,取出后晾干,或直接用厨房纸吸干表面水分。

3.将桃片平铺在烤网架上,放入烤箱,设定温度为六十摄氏度,连续烘烤八小时。

4.若采用日光晾晒,需在晴户外暴晒两至三天,日落后收回室内。

黄桃西米露

1.西米倒入沸水中,煮至中心仅剩小白点时关火,盖盖焖至完全透明,捞出过凉白开备用。

2.糯米小圆子另起锅煮熟,捞出过凉白开备用。

3.取一碗,放入煮好的西米、小圆子和新鲜黄桃块。

4.倒入提前冷藏的椰汁,即可食用。

黄桃果汁或奶昔

1.黄桃削皮去核切块,放入破壁机。

2.加入凉白开,用水量约为桃肉体积的一半,启动果汁模式打制。

3.若制作奶昔,将凉白开替换为冰牛奶或冰酸奶,启动奶昔模式。

黄桃冰沙

1.黄桃削皮去核切块,装入密封袋擀平,放入冰箱冷冻至完全变硬,用时约四小时以上。

2.取出冻桃块放入破壁机,加入牛奶,牛奶量约为冻桃块体积的三分之一,打成冰沙状。

3.倒入碗中,表面铺放新鲜黄桃片和即食燕麦片。

黄桃气泡水

1.新鲜黄桃削皮,取一半切小块放入杯底,用捣棒压出桃泥。

2.杯中加满食用冰块。

3.剩余黄桃切成厚片,放入杯中。

4.倒入冰镇苏打水至满杯。

5.可加薄荷叶作点缀,非必需。

黄桃班戟

1.制作饼皮:鸡蛋打散,加入牛奶、过筛的低筋面粉、融化的黄油,搅拌至无颗粒的面糊状。平底锅用小火烧热,舀一勺面糊倒入锅中,转动锅身使面糊摊成圆形薄饼,饼皮表面凝固后取出,平铺晾凉。

2.淡奶油加细砂糖(一百克淡奶油加十克糖)用打蛋器打发至硬性发泡。

3.黄桃削皮去核,切成长条块状。

4.取一张饼皮,中间先铺一层打发的奶油,放上黄桃条,再盖一层奶油。

5.将饼皮左右两边向中间折,上下两边也向中间折;包成方形,收口朝下放置。

6.放入冰箱冷藏三十分钟后取出食用。

储存注意事项:

黄桃到货后,立即拆除外层网套,将桃子单层平铺于阴凉通风处,不可堆叠。同一批桃子里,优先挑选颜色偏黄、手感偏软的先食用。如需放入冰箱延长保存时间,应直接将干桃放入冷藏室,不可提前用水清洗,否则桃皮易腐烂。冷藏通常可延长保存两至三天。

(来自网络综合)

吃饼干的“闯关路”

八达小学五(6)班 周韵艺(证号 zz2026010100476)
指导老师:许鹏

“快看啊!他吃到了耶!”教室里欢呼声四起,夹杂着拍打桌子的节奏,原来我们正在玩“吃饼干”的游戏。阳光透过窗户,在课桌上投下斑驳的光影,空气中弥漫着饼干甜丝丝的香气。

老师挑出小余同学,将饼干置于他的鼻尖,要求不靠手、不低头,仅靠面部肌肉蠕动将饼干送入嘴中。小余像只机警的小仓鼠,鼻子一耸一耸,那滑稽的模样引得台下笑作一团,连窗边的吊兰都仿佛在颤抖。终于,饼干滑入口中,大家掌声雷动,我也暗自为他捏了一把汗,手心微微出汗。

紧接着,老师念到了我的名字。刹那间,我的脸涨成了红苹果,热度直透耳根。那块有着波浪边缘、布满细孔的饼干压在鼻头上,沉甸甸的,让我活像个滑稽的小丑。我拼命耸动鼻子,眉毛一上一下地跳动,嘴巴努力张大,甚至能感觉到额头的青筋都在用力。台下,有的同学目不转睛,有的同学窃窃私语,而老师的目光始终锁定着我,那眼神里满是鼓励。时间仿佛凝固,不知过了多久,伴随着一声清脆的咀嚼声,我成功了!一股难以言喻的自豪感瞬间涌上心头,那种战胜自我的喜悦,比吃了蜜还甜,连呼吸都带着胜利的轻快。

后来,看着其他同学笨拙地扭动脸庞,有的饼干卡在鼻翼旁摇摇欲坠,有的差点掉进衣领里,惹得大家哄堂大笑,我忽然想起了那句格言:“人生没有白走的路,每一步都算数。”那块饼干在我鼻子上颤颤巍巍移动的轨迹,不正是我努力走过的“路”吗?或许姿势不够优雅,但只要坚持,每一步都让我离成功更近。这,就是吃饼干的路教会我的道理。

水果夜宴奏鸣曲

炎陵县芙蓉学校三(4)班 房沁媛(证号 ZX2026010104886)
指导老师:蔡婷婷

夕阳把菜市场的货架染成暖黄色,喧闹声渐渐消散。角落里,一群水果趁着夜色悄悄相聚,一场专属于它们的秘密音乐会,马上就要开场啦!

音乐会开始前,后台忙得热火朝天。苹果先生拿树叶擦得脸蛋红扑扑的,端正坐好等候上场;香蕉小姐扭着纤细的腰,对着货架的反光镜反复练习舞步;梨子先生挺着圆滚滚的肚皮,紧张地来回踱步;一串串葡萄挤在一块儿,你一言我一语,商量着合唱的队形。

终于,音乐会正式拉开帷幕!橙子先生举着果皮话筒,第一个走上舞台。他清了清嗓子,轻轻晃动身子,唱出清脆甜美的歌声,连货架上的菜叶都跟着微微摇晃。紧接着,西瓜先生滚上台来,他拍拍圆鼓鼓的肚皮,“咚咚咚”的节拍响亮又欢快,瞬间点燃全场气氛。身穿红点点蓬蓬裙的草莓姑娘踮起脚尖翩翩起舞,裙摆随着舞步轻轻摇曳,好似一朵随风摆动的小红花,台下的水果们全都看入了迷。

音乐会迎来高潮!所有水果一齐聚拢到舞台中央。橙子先生的歌声愈发嘹亮,葡萄们依偎在一起,用清脆的声音轻声伴唱;香蕉小姐的舞姿越发轻盈,梨子先生也跟着节奏晃动圆滚滚的肚子。整个角落弥漫着水果淡淡的清香,歌声、笑声、节拍声交织在一起,热闹非凡。

夜色渐深,星星纷纷探出脑袋。这场精彩的音乐会圆满落幕。水果们恋恋不舍地回到各自的位置,菜市场重归往日的宁静,唯有空气中久久留存着甜甜的、快乐的气息。

风中的成长

醴陵市东岸小学四(4)班 洪佳遥(证号 ZX2026010106652)
指导老师:李利波

俗话说“世上无难事,只怕有心人。”成长路上,我们总会遇到各种各样的挑战,每一次迎难而上,都是一次珍贵的成长经历。每次一看到我桌前纸上的这句话,我就会想到我8岁那年,勇敢尝试学习骑自行车的美好而又难忘的回忆。

那天,我在小区楼下散步,突然看见小伙伴们个个骑着一辆自行车,从我旁边飞驰而过,我羡慕不已。于是,我决定一定要学会骑自行车。我回到家告诉了爸爸,爸爸二话不说表示支持,把家里的自行车抬了出来。我小心翼翼地坐了上去,又试探性地踩了几脚,自行车顿时歪歪扭扭,我赶紧大喊:“爸爸!”爸爸立即扶住了自行车,车立马就稳了。接着我就放心大胆地开始踩起来,爸爸一路小跑扶着自行车的后座。

骑了一会儿,我信心十足地对爸爸说:“爸爸,我想自己试试能不能骑。”爸爸说:“好,那你小心点儿,那时我松手了。”我点了点头,下定了决心,往前冲。可是当爸爸松开手时,我就开始慌张,手忙脚乱起来,而我的自行车却像个喝醉了酒的大汉,摇来摆去,吓得我赶紧从自行车上跳下来,自行车“啪”的一声倒在了地上。这个模样把爸爸逗得哈哈大笑。我想:爸爸还笑话我,难道他小时候也不会骑吗?见到我一副要生气的模样,爸爸连忙说:“没关系,自行车要慢慢学,我来扶着你。”说着,爸爸便把自行车扶起来要我坐上去。我再次鼓起勇气骑上自行车,爸爸扶了我一大圈,我觉得自己已经会了,就想回头看看爸爸,却发现爸爸早就在远处远远地望着我了。我先是愣住了几秒,随后又惊叫道:“耶!我会骑自行车啦!”

成功的喜悦涌上心头,满满的成就感温暖心房。这次经历,不仅让我学会了新本领,更让我懂得:做事贵在坚持,只要不轻言放弃,就没有跨不过去的难关。

读《小红帽》有感

红旗路小学二(6)班 蔡煜铭(证号 ZX2026010104081)
指导老师:周彩兰

今天,我读了一篇文章——《小红帽》,文章中写到一个小女孩叫小红帽,她天真善良,在给外婆送糕点的路上,遇到了一只大灰狼,小红帽轻信了大灰狼的谎话,让自己和外婆身处危机中。大灰狼非常狡猾,把自己伪装成外婆,欺骗了小红帽。这里告诉我们,不要轻易相信任何人,外出时要谨记大人的话,不能贪玩乱跑。

最后小红帽和外婆被猎人救下,当小红帽再次遇到大灰狼的时候,她吸取经验教训,配合外婆用计谋让大灰狼掉进大石槽里淹死了。这个故事告诉我们:遇到事情沉着冷静,保持警惕,多动脑筋,才能保护好自己!