

## 南环小学小记者站专版

### 风驰电掣的感觉

本报小记者(南环小学4年级7班) 车雨夏

记得二年级暑假,爸爸给我放了一部电影,叫《赛车总动员》,讲的是赛车闪电麦昆的励志故事。看完后,我对麦昆这个坚持不懈的动画人物印象特别深刻,尤其是麦昆那句口头禅“速度,这就是速度”。

我也想像麦昆一样快,但是我并没有发动机,也没有轮胎。正在我犯愁有什么办法时,突然看到电视上正播放滑冰比赛,对啊,轮滑也可以啊!于是,我决心自学轮滑。

由于正值暑假,我每天都有时间练习。刚开始,我经常摔倒,磕得腿上青一块紫一块的。奶奶心疼我,不希望我再练了,但我还是坚持练习,练习如何刹车、如何提高速度、如何控制

滑板不滑倒……

慢慢地我能滑直线了,再后来,我会拐弯了。一个星期后,我能穿着轮滑鞋来自如了。虽然摔倒了很多次,但是我都坚持下来了,还有点小骄傲呢!

到现在,我已经练轮滑快两年了。只要有时间,我就会穿上轮滑鞋,戴好护具,在小区里滑轮滑。我把轮滑想象成赛车,把小区里散步的人想象成观众,尽情地体验着风驰电掣的感觉。

时不时地还会有小朋友向我投来羡慕的目光,我开心极了!通过练轮滑,我也明白了坚持的意义,就像麦昆似的,不放弃就会成功。

### 美味的番茄炒蛋

本报小记者(南环小学4年级7班) 张佳瑶

这个周六,我为自己感到自豪,为什么呢?因为我学会了番茄炒蛋。

以前,我只会煎鸡蛋、做鸡蛋面,但是今天我学会了番茄炒蛋。看着自己做的成品,我很开心,尤其是看到家人吃了我的菜,露出赞叹的表情时,这种感觉实在是太美妙了!下面就让我告诉你美味的番茄炒蛋是怎么做的吧。

先拿几个西红柿,用开水烫一下,这样西红柿的皮就能轻松地去掉了。然后打两个鸡蛋,搅散,等油锅热了,倒入蛋液翻炒,炒熟后盛出。再把切好的西红柿倒入锅中翻炒,把

西红柿炒出汁水后,倒入刚才炒好的鸡蛋,继续翻炒。最后往锅里加一点盐,再炒一会儿,就可以出锅了。

一盘色香味俱全的番茄炒蛋就这样完成了。这道菜我看妈妈炒过好几次,但是这道普通的家常小菜看似简单,要炒得美味可口却并不容易,我练了好几次才成功的。

近段时间,我已经习惯了厨房里的各种声音,我陶醉在自己演奏的“厨房交响乐”里。在学炒菜的过程中,我体会到了其中的乐趣,同时也体会到了妈妈的忙碌和辛苦。



### 完美的煎鸡蛋

本报小记者(南环小学6年级3班) 张星浩

在居家学习期间,我又掌握了一项新技能——煎鸡蛋。虽然煎鸡蛋看似简单,但是要想煎出完美的鸡蛋就大有学问了。

第一,选鸡蛋。完美的煎蛋需要完美的鸡蛋。选鸡蛋讲究“一晃二摸三称”,“一晃”就是晃动鸡蛋的时候,不能有明显的液体流动;“二摸”就是摸摸鸡蛋表面,是否粗糙或光滑,表面太粗糙的新鲜但不好吃,太光滑的好吃但不新鲜,要找不光滑也不粗糙的,才是最好的鸡蛋;“三称”指的是用手掂量一下,如果太轻就果断放弃,要轻重适中才可以。

第二,控制油量与油温。先说油量,控制在20ml左右,

直接把它倒进锅里,就会呈现一个圆形,这就好比天然的模具。再说油温,油温要适中,热油时开大火,中途要转小火。

第三,开始煎。将鸡蛋整颗打入锅中,千万不要放盐,单面煎三分钟到四分钟,煎的时候不要碰它。煎完之后把锅盖盖上,关火焖两分钟。这时的鸡蛋黄上有薄薄的一层蛋白,中间是溏心,蛋清Q弹。

最后是调味,撒上黑胡椒粉,还有欧芹碎,完美的煎鸡蛋就诞生了!

虽然煎鸡蛋看起来简单,但是我一个月都在研究,并不断改进。我喜欢这样的生活,不断研究,不断改进,乐趣无穷。

### 校长寄语



学校坚持“奠基生命,诗意童年”的教育理念,致力于学生的全面发展。自2014年在做好常规教育的基础上,提出并实施了“四大工程,着墨动静”的特色工作思路,“四大工程”即:“书香一生”“我爱篮球”“全神贯注”“生态体验”。“四大工程”将羽翼逐丰,依托在运河教育的雁阵中,互相助力同拍前行。

——南环小学校长  
朱敬明

### 学做蛋炒饭

本报小记者(南环小学6年级1班) 陈思涵

最近,我又学会了一项新技能,那就是做蛋炒饭。

有一天,我心血来潮,对妈妈说:“妈妈,我想学做饭。”妈妈想了想,对我说:“好啊,今天我就教你做蛋炒饭!”

中午,我从冰箱里拿出鸡蛋、小葱和一碗已经蒸好的冷米饭,又拿出一个碗,拿起一个鸡蛋在桌面上轻轻地敲两下,把蛋壳掰开,把蛋清和蛋黄倒入碗中,再撒上一些葱花和盐,用筷子顺着同一个方向搅拌均匀。

准备工作做好后,我就开始炒了。我先把平底锅烧热,倒了一点油。不一会儿,油锅里就冒烟了,妈妈说:“这时候应该把鸡蛋液倒进去。”我手忙脚乱地把鸡蛋液倒进锅里,只听“噼里啪啦”一阵响,锅里溅出了许多油。

过了一会儿,鸡蛋液的边缘冒起了一个个小泡。很快,鸡蛋液就都凝固了,妈妈说:“该把鸡蛋翻过来了。”我拿着锅铲,一点一点地把鸡蛋翻过来,幸好没有糊。不一会儿,锅里就飘出了香味。

然后,我把炒好的鸡蛋盛出来,把火调小一点,锅里再加少许油,把提前准备好的米饭倒进锅里,用锅铲翻炒米饭。待米饭炒热后,我又把炒好的鸡蛋切成小块倒进锅里一起翻炒。不一会儿,香喷喷的蛋炒饭就做好了。

我把蛋炒饭盛出来,晶莹剔透的米饭配上金灿灿的鸡蛋,色泽诱人,凑近一闻,真香啊!

吃着自己做的蛋炒饭,我的心里甜甜的。以后,我要学会做更多的美食,做给家人品尝。

### 滑出精彩,滑出快乐

本报小记者(南环小学4年级10班) 郑晋鹏

去年期末考试,我得了四个“A”,妈妈也为我高兴,于是很痛快地给我买了梦寐以求的滑板,我开心极了。

其实,我还是有些滑滑板的经验的。以前,我常常把自己的自行车和别的小朋友的滑板交换着玩。

第一次滑滑板的时候,我只敢跪在滑板上,慢慢地往前滑。跪在滑板上,方向很好掌握,没过几天我就可以蹲在滑板上往前滑了。

于是,我又开始尝试站在滑板上往前滑。可是滑板总是不听话,左右摇摆,一会儿就把我摔飞了,我很失落。这时,我的好朋友发现了我的经验不足,决定帮帮我。

他拿来自己的滑板,让我站在滑板上,他扶着我,推着我慢慢往前滑。等我找到感觉之后,他就拉着我,使劲往前冲,然后再一下子把我甩出去,我顺势掌控滑板的方向……没用多长时间,我就掌握了这项技能。

我高兴地让他站到滑板上,我拉着他,然后使劲把他甩出去,也让他体验飞出去的冲击力带来的刺激。

如今,滑板成了我的伙伴,我能够自如地控制它的速度和方向,还能够做出各种高难度的动作。我和好朋友每天都会在霓虹灯亮起的时候,在小区东边新修的空地上,自由地“冲浪”玩耍。

我们还分别为对方取了一个外号,我叫“德芙”,他叫“蓝孚”,我们俩成了这片空地上的常客。我们尽情地享受着滑滑板带来的乐趣,我们要滑出精彩,滑出快乐。

练习滑板让我明白了,无论学什么东西都要坚持不懈,不经历风雨,怎能见彩虹?



### 美好的回忆

本报小记者(南环小学5年级9班) 王子墨

那天整理书桌时,我在书桌最下面的抽屉里翻到了一张照片。虽然这张照片右上角有一个缺口,但是看起来却一点也不脏。照片里,我坐在老家门口的板凳上,手里抱着一只深棕色的玩具小熊,身后站着一个扎着马尾,看起来面熟却叫不上名字的女孩。一瞬间,我又想起了和她之间的趣事……

那是在我五六岁的时候,因为奶奶家离我们很远,所以我们几年才回去一次。那年我们回去过节,姐姐看出来我融不进她们那些大孩子,就找了一个同学的妹妹和我一起玩。

刚开始,我们两个互相都很害羞,直到她主动开口说话,问我愿不愿意和她玩玩具,边说边展示她的玩具小熊头上的蝴蝶结。我夸赞道:“它真漂亮。”女孩得意地说:“谢谢,它是我的好朋友。这都是我给它打扮的。”

“它会动吗?”我好奇地问她。

“这个我不知道,不过它会说话,还会唱歌呢。”说着,女孩便打开了小熊背上的开关。美妙的音乐缓缓响起,不断重复地播放着。

渐渐地,我们越聊越开心,好像有说不完的共同话题。那一瞬间,我觉得自己找到了最好的朋友。

聊了一会儿后,我们想出去玩,随手把小熊放在我的书包里,就跑去玩了,回来时已经把这件事忘了。

时间过得飞快,我们要回去了。临走时,她依依不舍地向我告别。车开到半路上,我无意间发现那只深棕色的玩具小熊,但是已经来不及回去还给她,只好带着它回家了。

过了几年,我带着这只玩具小熊回到奶奶家,问姐姐那个女孩家在哪里。可是姐姐已经升初中了,也不记得那个同学了。我心中满是遗憾,只好将它放在了奶奶屋子的床上。

直到今天,我依然记得那个满脸都是笑容的女孩……

