



人间有味是清欢

兰州五十六中八年级三班 彭璐

苏子瞻曾做词云：“细雨斜风作晓寒，淡烟疏柳媚晴滩。入淮清洛渐漫漫。雪沫乳花浮午盏，蓼茸蒿笋试春盘。人间有味是清欢。”清欢，乃人间至乐。予已试何物为清欢，愿与君一述。

盛夏时分，赤日炎炎，蝉也在树上恹恹地叫着，微风中吹来几许闷热。拭去额头上沁出的薄汗，我下定决心，翻开手上的菜谱，开始准备做夏日消暑之必备——绿豆糕。

绿豆糕是中国传统特色糕点之一，属消暑小食。相传中国古代先民，为寻求平安健康，端午节时会食用粽子、雄黄酒、绿豆糕、咸鸭蛋这些食物。绿豆糕性味甘寒，有清热解毒，祛暑止渴、利水消肿、明目退翳等功效。色泽浅黄，组织细润紧密，口味清香、绵软不粘牙，是一款传统美食小吃。

- 1.准备用料：绿豆 250g，麦芽糖 45g，冰糖粉 90g，玉米油 60g，适量清水，新鲜采摘薄荷叶 8 片。绿豆要用清水浸泡 12 小时，然后用沸水焖制去皮，静置晾凉。
- 2.将绿豆稍微沥下水，放 2 片薄荷叶在绿豆上，用开水上锅蒸熟（蒸 15 分钟），焖 4 分钟。
- 3.用薄荷叶泡茶，把绿豆捣烂后加入薄荷叶泡的茶，用料理机将其打成泥。
- 4.把绿豆泥与 60g 玉米油混匀后隔水翻炒，炒热后加入 90g 冰糖粉、45g 麦芽糖混匀，炒到干松状态即好。
- 5.将绿豆泥分为 35g 一份，搓成圆球。
- 6.放入模具，用模具压实，压花塑形，脱模即可成功。

做出成品后，我迫不及待地拿起一块品尝。一股清爽先袭入口中，薄荷的清新，绿豆的绵软伴随着甘甜在舌尖顷刻间

炸开，芳香四溢。软糯又细腻的口感慢慢地浸染开来，带来温润的余韵。只觉沁人心脾的凉意直透心间，连口腔中也被浸得发麻。当真是消暑良品！佳肴之美，岂不乃“清欢”哉！

我按照步骤认真完成，做出了让自己满意的成品。但中间也出了许多纰漏：由于浸泡绿豆时间过长，导致去皮后的绿豆有一部分损坏；出现了圆球粘在模具上取不下来的状况，应该在圆球表面和模具上撒上少许糕粉；压模具时用力过大，导致压出来的糕点严重变形，甚至稀碎。这都是因为我经验不足和操作不够熟练。之前觉得烹饪易如反掌，只要有条不紊地进行，就万事成功。如今亲自操作后，才认识到了烹饪的不易。尽管尚有不足，但我会继续努力，精研厨艺，努力弥补不足，争取下次有完美的呈现。此次做绿豆糕也亲身验证了“实践出真知”这个真理。真理之美，岂不乃“清欢”哉！但是我对绿豆糕这一传统美食的更深体悟，在于“传统”二字。

华夏文明历经霜雪千年、盛世岁月而延续至今，中华儿女何以将这悠悠千载的积淀传承，裨益当下、福泽后世？文化的力量贯穿古今，如同纽带，凝聚民族血脉。文化的气韵晕染千年，仿若底色，奠定人情基调。正如“民间文化的抢救人”冯骥才为贺兰山岩画题字“岁月失语，惟石能言”。文化，唯有不忘传统才能独树一帜，唯有与时俱进才能充满活力。当下的中华儿女，自当接过传承的使命，发乎本心与热爱，兼顾历史之沉淀与时代之新意，向世界发扬中华气象。文化之美，岂不乃“清欢”哉！绿豆糕这一传统美食，便是人间至味，清欢无限。

老师点评

炎炎暑日，动手学做一款传统点心绿豆糕。本是寻常的记叙文，备料，制作过程更是简明的说明文字，但有大文豪苏轼的诗提着，华夏文明的底蕴衬着，一款点心的品位立马就不一样了。本文行文自然，文字优美，以小见大，深化了主题。

（陈曙）



云

兰州八十二中九年级三班 陆镜茹

云是自由的，飘忽不定的，它坐拥一整片天空，感受太阳的温度，月光的皎洁。

小时候，总觉得云有魔法，可以变成任何形状，看着朵朵白云，总能想到棉花糖或者小绵羊。我很喜欢多云的天气，天空中点缀着几朵白云，这让原本一碧万顷的天空，别有一番风味。但云聚得多，便要刮风下雨，一下雨，我便只能待在家里，不能出去玩耍了。

长大一些的我不再抬头找云了，总觉得云就是云，不再像什么棉花糖了。我慢慢喜欢上了晚霞，在霞光的烘托下呈现出七彩的光芒，那画面美得让人想不出用什么样的语言去描绘了。我会看得很着迷，直到天色渐渐暗下来，我开始寻找大自然的美。

夜晚也能看见云。

透过树梢能看见挂在空中的月亮，它常爱躲在云后面，显得云又多了几分神秘的色彩。

“你看这些白云聚了又散，散了又聚，人生离合亦复如斯。”天空中变幻莫测的云就像我们一样，聚散离合才是常态。人们讨厌离别，因为下一次重逢是一个未知数。

“相遇值得珍惜，重逢更是难得。”我们改变不了过去，预知不了未来，能做的只有把握好今天，让每一场相遇不留有遗憾。

豪放，也是一种美

兰州八十一中七年级三班 王露晗

如果说，淡妆浓抹是美，晓镜初妆是美，清丽可人是美，那么，豪放，是否也是一种美？

“明月几时有，把酒问青天。”一曲《水调歌头》，把酒本蕴含着淡淡的愁绪，却不含愁。与那“抽刀断水水更流，举杯消愁愁更愁”截然不同，两种心境。他是苏轼，赫赫有名的苏东坡，一生大起大落。步入仕途，乌台诗案，东山再起却又一贬再贬。但一句“老夫聊发少年狂，左牵黄，右擎苍，锦帽貂裘，千骑卷平冈”却将他所有的不幸与忧愁抹去。他，是一位词人，既有“千里共婵娟”的美好，又有“一蓑烟雨任平生”的洒脱；他，是一位画家，既有墨竹的高雅，又有枯木的苍劲。

年少时，他也同样轻狂。“我欲乘风归去，又恐琼楼玉宇，高处不胜寒。”他面对明月，道出了自己的愿望。月光洒下一片水袖，穿过树梢，斑驳在书案之上，他举起一杯浊酒，对月畅饮。微醺的他决定：自己要改变处境。于是，他的才华受到欧阳修的赏识，为前半生顺畅的仕途奠定了基础。但“登高必跌重”，他的才华给予了他闪亮的光环，也是他一连高升的绊脚石。众人嫉妒他，排挤他。“乌台诗案”的荒唐将他挤出了官场。可惜才华横溢的他怎甘如此结束，他没有放弃，他有“会挽雕弓如满月，西北望，射天狼”的雄心壮志，所以，他要“老夫聊发少年狂”，他要给百姓一个答复，给朝廷一个答复，给自己一个答复。他并未老！他有雄心壮志，他有无限的精力去做好每一件事情！但无奈世事弄人，他虽东山再起，却又被一贬再贬。“簌簌衣巾落枣花，村南村北响缫车”。他走在田埂上，风吹过了他的面颊，他挥一挥手臂抛开了一切无奈与烦恼，留下一袖清风。酒喝着喝着，他昏昏欲睡，让他“日高人渴漫思茶，敲门试问野人家”。流放到离故乡如此遥远的地方，他却并未对此抱怨，只是用一片酒瓢装下了整个天空。最后的他，没了少年时的轻狂，没了中年时的不甘，却多了一份潇洒与豪放。

“料峭春风吹酒醒，微冷，山头斜照却相迎。回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴。”是呀！人生风雨处处在，既然风雨难免，那为何不让这些挫折氤氲为一片美好的回忆？而我们，也应该在战胜困难后，保存一份潇洒，一份不羁，一份豪放！

豪放，也是一种美，是一种更深层次、更有内涵的美！



理想照亮未来

——《开学第一课》观后感

兰州八十二中九年级三班 刘至一

“人生如果没有理想，那么跟咸鱼没什么区别。”

《开学第一课》，开学第一课！不只是学校要求，更像是养成了一种习惯。先烈和楷模的故事，总是令人肃然起敬。

一位塔吉克族小姑娘的上台，引起了我的关注，她个高苗条，一双深邃的眼睛闪烁着动人的光芒，她向大家讲述的是她爸爸的故事。她爸爸是时代楷模——拉齐尼·巴依卡，是红其拉甫执勤点的护边员，他最大的理想就是用尽全力守好祖国的边境，保护祖国的边境安定。不幸的是，2021年1月4日，他为了救落入冰窟的儿童而英勇牺牲。当人们把拉齐尼从冰冷的湖水中抬出来时，他的手仍保持着托举的姿势，这是英雄留给世界最后的定格。如今，英雄长眠在帕米尔高原，守护着他魂牵梦绕的边防线。小姑娘讲到这儿，已经开始哽咽，但却仍在强忍着眼泪。

讲完英雄故事，大屏幕上投出了拉齐尼·巴依卡生前唱歌的视频，他最喜欢的歌就是《花儿为什么这样红》，听着父亲的歌声，小姑娘终于忍不住泪如雨下。台下的亲弟弟，大大的眼睛泪光闪烁。主持人撒贝宁被打动，流下了泪水。屏幕前的我，也被深深地打动，鼻头莫名一阵酸。之后，姐弟俩镇静下来，弹着尤克里里合唱了父亲最喜欢的《花儿为什么这样红》，听着他们的歌声，我再一次为之动容，她跟我一样大，就失去了父爱，是多么可怜的事情。

曲罢，主持人问姐弟俩他们的理想是什么，小姑娘道：“我长大了，要当一名军医！回到红其拉甫，守护我们的家，守护我们的祖国！”小男孩也掷地有声地承诺：“爸爸请你放心，我一定会好好学习，考上大学，长大当兵，退伍后当一名优秀的护边员。”为国守边，是拉齐尼一家三代人守护了72年的共同理想。这个理想也将继续传承下去，因为他们心中时刻铭记着一句话：“没有祖国的界碑，哪有我们的牛羊。”他们远大的理想瞬间也让我充满了斗志，联想本期《开学第一课》的主题：理想照亮未来，感慨万千：

理想是火，点燃革命热血；理想是石，铺就奋斗征程；理想是路，开启奋斗生活；理想是光，照亮复兴之路！

蝶恋花·水仙

兰州三十五中七年级十班 苗馨誉

翡翠枝上挺玉洁。花凝如月，素面胜红颜，脱俗雅淡涵清姿，宛如仙子降凡间。

犹有馨香沁佳节。金盏银台，浮渺凌波上，谁言此态迷离短，彼时春风领首盼。

作文一键投稿看这里——

“红蜻蜓”继续在作文园地翩跹，“金牧场”等待着文学新骏们驰骋。作文投稿又有新渠道啦，请扫“掌上兰州”二维码，一键投稿兰州晨报“红蜻蜓”“金牧场”栏目。

邮箱：zuowenzk@126.com



扫一扫来投稿