



近日,乐峰中心小学31名小记者走进长富国民营养社区公益体验馆(南安馆),自制DIY戚风肉松蛋糕和奶茶,了解牛奶的秘密,在一片欢声笑语中收获了满满的幸福!

陈丽红 文/图

► 聆听  
健康知识

◀ DIY  
奶茶



制作蛋糕

## 觅香寻味 欢度美好“食”光



回家和爸爸妈妈分享我的成果。

### 有趣的制作之旅

小记者 黄君瑜 指导老师 潘钟毅

今天,我们小记者走进长富国民营养社区公益体验馆(南安馆),DIY戚风肉松蛋糕和奶茶。

我们走进体验馆二楼的DIY体验区,围坐于精心布置的长桌旁,聆听老师讲做蛋糕的步骤。开始制作蛋糕了,我先用硅胶铲搅拌蛋黄,直至其呈液状,接着倒入面粉、牛奶和玉米油并搅拌均匀。搅拌均匀之后,我取出一个盛有蛋清的碗,倒入白砂糖,用电动打蛋器打成白色奶油状。随后,把打发好的蛋清倒入蛋黄糊中,用硅胶铲搅拌均匀,将其倒入纸杯中,在上面添加一些肉松,再放到烤箱进行烘烤。

在蛋糕烘烤的过程中,体验馆的老师给我们讲解了巴氏鲜奶的益处和不足之处。正当我们沉浸在知识的海洋中,奶茶制作的号角悄然响起。工作人员已贴心地将所有材料准备就绪,一杯巴氏鲜奶和一杯红茶静候我们的创意发挥。两者在杯中相遇,轻轻搅拌间,奶的醇香与红茶的芬芳交织成一首美妙的味觉乐章,再加入珍珠、西米等小料,一杯杯美味的奶茶便做好了。不一会儿工夫,蛋糕也烤好了,飘出了阵阵香味,当看到出炉的鲜奶蛋糕,我们简直馋得口水直流。

活动在不知不觉中结束了,我小心翼翼地拎着自己做的蛋糕,期待着

### DIY记

小记者 黄君玉 指导老师 潘钟毅

在烈日炙烤之下,我的热情却如同不灭的火焰,驱使我跟随小记者团 的步伐,走进长富国民营养社区公益体验馆(南安馆)。

在工作人员的带领下,我们步入二楼的DIY体验区,映入眼帘的是一排排制作蛋糕的工具,令我对我即将开始的制作过程充满了无限期待。听完体验馆工作人员详细入微的蛋糕制作讲解后,我迫不及待地卷起袖子,投入这场味蕾的制作盛宴中。我先拿起一个装着两个蛋黄的碗,用硅胶棒轻轻搅动碗中的蛋黄,直至它们融为一体,随后缓缓倒入巴氏牛奶,搅拌至两者融合后呈现出淡黄色的色泽。接着,我取来小半杯面粉,小心翼翼地倒入碗中,并用硅胶铲轻轻按压,直至面糊变得如丝般细腻,无一丝颗粒。这个过程需要极大的耐心,然而我乐在其中,享受着每一个细节带来的成就感。

当蛋糊准备妥当后,我左手拿起另一个装着蛋清的碗,右手则拿起电动搅拌机。将蛋清的碗微微倾斜放置,我迅速用电动搅拌机将蛋清搅成细腻的奶油状。随后,我将碗中的面糊和蛋清混合在一起,用硅胶铲像炒菜一样搅拌均匀。那绵密的感觉仿佛让我置身于云端。最后,我把它们分别倒入一大一小的蛋糕杯中,在

上面加点肉松并送进烤箱烘烤。

随后,我们又转战奶茶制作。我们先将浓郁醇厚的红茶倾入杯中,再缓缓倒入巴氏鲜奶,最后加入珍珠、西米等丰富小料,一杯杯色香味俱全的奶茶便做好了。我插上吸管,轻轻一吸,奶茶的香浓与甘甜瞬间在口腔中绽放。

正当我们沉浸在奶茶的醇香中时,烤箱也传来了蛋糕烤好的讯号。打开烤箱门,一股浓郁的蛋糕香扑鼻而来,瞬间弥漫了整个教室。同学们迫不及待地取出自己的蛋糕,轻轻咬下一口,那热乎乎、松软可口的滋味瞬间征服了我们的味蕾,让人赞不绝口。

这次活动,不仅让我学会了蛋糕和奶茶制作,更让我感受到劳动的快乐。

### 甜蜜交织

小记者 潘雅萍 指导老师 潘钟毅

周末的阳光透过窗户洒进屋内,我带着期待与好奇,走进长富国民营养社区公益体验馆(南安馆),开启了一场别开生面的蛋糕烘焙之旅。

走进体验馆,一股浓郁而诱人的牛奶香气瞬间包裹了我们。宽敞又明亮的制作间里,各种各样的原料整齐地排列在桌子上,静静地等待着我们用巧手将它们变成美味的佳肴。换上特制的工衣,我们仿佛化身为牛奶工厂的小小工匠,准备大展身手。

在工作人员耐心细致的指导下,蛋糕制作课程正式拉开帷幕。我们先用硅胶铲将蛋黄搅拌均匀,再把牛奶倒入盆中,接着倒入黄油,使用硅胶棒将其搅拌均匀;再倒入面粉,搅拌成光滑细腻的面糊为止;接下来是打蛋清的环节,我在蛋清里加入白砂糖,用打蛋器往一个方向快速地旋转;最后,当蛋清和蛋黄糊混合在一起翻拌,再倒入几个小纸杯里,放进烤箱中烘烤。与此同时,奶茶的制作也在紧锣密鼓地进行中。在制作过程中,工作人员为我们详细介绍了牛奶的来源、生产过程以及营养价值。

回顾这次长富牛奶公益体验馆之旅,我深感受获良多。这次活动我们不仅亲手制作了美味的蛋糕和奶茶,更在欢笑与实践收获了宝贵的知识。

## 走进影院 致敬平凡英雄



提到英雄,往往让我们想到那些在历史长河中留下赫赫战功的伟人。《你是我的英雄》却打破了这一传统认知,英雄并非遥不可及的神话,而是真实地存在于

### 《你是我的英雄》观后感

南山实验小学 陈宇涵  
指导老师 黄玲

《你是我的英雄》这部电影已结束,但我在脑海里不断地回想着处处帮助我们的英雄。在我的眼里,他们是多么的勇敢和团结友爱啊!

影片中,最触动我心弦的是:全市出动去山上救三个农民的孩子。当时是一个台风肆虐,暴雨倾盆的夜晚,救援队队长林云旺井然有序

我们的生活中。

近日,第一实验小学、南山实验小学、贵峰小学、溪美中心小学莲塘校区和崎峰小学63名小记者走进菲林电影院观看《你是我的英雄》,影片改编自福建登山协会山地救援队的真实故事。影片中的救援队员来自各行各业,背负各自的生活烦恼和压力,但当接到救援任务时,他们总会毫不犹豫地挺身而出,为受困者重新点燃生命之光。

陈丽红 文/图

地指挥着救援队,他将救援队分为三队,分头行动,然而,三队人马几经搜寻仍无果。但林云旺队长并未放弃,他毅然决定带领全体队员向最后的希望之地——乌龙瀑布进发。在救援人员的不懈努力下,希望的曙光终于照亮了黑暗,三个孩子被成功找到。可偏偏在这个时候,台风来了,情况危急。此刻,救援队员翔羊不顾个人安危,挺身而出,而林云旺队长更是以父亲般的臂膀,紧紧抱住另一个孩子,将其安全转移至救援队伍之中。在这生死



攸关之际,救援队队员冰激凌拿起了对讲机,对公安局发出紧急呼救:“请求直升机支援,要快!”直升机很快就到了林云旺和孩子的前上方,当飞行员问道:“先让谁上?”时,林云旺坚定地说:“孩子!”这句话让我感受到了林云旺的无私。突然,泥水从山上冲了下来,林云旺被淹没在泥水中。庆幸的是,最终林云旺也被营救了下來,当他醒来时,大家都十分欣喜。

这部电影让我莫名感动。从中,我知道了有一种爱叫中国救援,

他们是严谨的救援团队,不是散兵游勇;他们从不收取被救者任何费用;他们是中国民间公益组织,所有队员都是志愿者。

### 致平凡英雄

贵峰小学 岩博轩  
指导老师 王彩婷

光影交织,故事在银幕上缓缓地展开,上演一幕又一幕动人、刺激的情节。《你是我的英雄》——这部以福建登山协会救援队真实经历为蓝本的电影,令我惊叹不已。

影片讲述了一群山地救援队志愿者,他们是来自社会各行各业中最平凡的人,却用一场场急迫的救援,传承着中华民族关于爱与奉献、团结与互助的文化“基因”,传颂着全国数以万计志愿者们助人为乐、无私奉献的崇高精神。

其中,最让我动容的便是那些风雨无阻的驰援场景,无论是深夜的雷电交加,还是烈日的酷暑难耐,只要接到救援指令,志愿者们总是会毫不犹豫地背上装备,迅速出发。他们知道,每一次出发犹如在鬼门关来回走一趟,但他们却从未退缩,让我感受到了人性的光辉。

《你是我的英雄》这部影片让我深刻认识到了志愿者们伟大与不易,也让我们忍不住要讴歌“平凡且伟大”“热爱与奉献”的志愿者精神!

### 优秀学生习作选登

### 读《少年摔跤王》有感

斗南小学 俞新恩 指导老师 王晓静

看完《少年摔跤王》一书,我的心久久不能平静,似乎有说不完的话想对大家诉说。

这本书的作者是翌平,讲述了主人公缸子因为一段关于清朝年间的摔跤传奇,怀揣着梦想到北京拜师学摔跤,经过自己的努力,最终获得成功的故事。

书中缸子虽然天赋不高,却异常勤奋好学,历经失败、痛苦与迷茫,他终于完成了蜕变,成长为富有爱国情怀的优秀摔跤选手,实现了自己的梦想;大梁子憨厚老实,天赋异禀;李爷,知人善任,懂得因材施教。在学习摔跤的过程中,缸子经历了许多事情,当缸子第一次去摔跤馆却被拒收时,我的心提到了嗓子眼;当缸子第二次去摔跤馆成功加入时,我高兴地为他欢呼;当缸子赢得铜牌时,我兴奋得雀跃;当缸子因为不小心受伤而回家养伤时,我十分担心……这本书让我明白对于自己所热爱的事情,努力坚持下去,总有一天会让你发光发亮。

“世界上从不缺努力的人,缺的是坚持到底的人。”缸子勇往直前,不怕困难,坚持到底的精神也鼓舞着我。三年级时,爸爸给我买了一辆自行车,看着街上来来往往的自行车,我心想:自行车不就脚踩着就能跑起来吗,这还不简单?于是,我迫不及待地想骑上自行车大展身手。然而,还没上自行车,它就不乐意地把我“掀”下车,好几次,我愣是连车都上不去。等好不容易上了车,没想到刚骑出一米就摔了一个大跟头,我的膝盖瞬间破了皮,钻心的疼痛传来,血直往外冒,眼泪也不听使唤地往外跑。正当我想要放弃时,爸爸走了过来,对我说:“失败是成功之母,你只失败了一次就想放弃,怎么行呢?只要坚持不懈,不怕困难,就一定能学会的!”爸爸的话仿佛一把柴火,点燃了我心中的火炉。对呀,世上没有一蹴而就的成功,只有日积月累的坚持,就这样,越是难的时候,我咬牙坚持了,最后成功学会了骑自行车。

“坚持就是胜利。”面对生活中的困难,我们应该向《少年摔跤王》中的缸子学习,勇往直前,不怕困难,不畏惧,不退缩,才能到达成功的彼岸。

### 滑翔伞

明新小学 侯诗琪 指导老师 苏雪卿

“此去清风白日,自由道风景好。”人们总是向往自由,期待自由,渴望自由,而这些向往在极限运动——滑翔伞中就能得以实现。

今天,我们小记者满怀期待,走进九都镇壮志滑翔伞俱乐部。活动中,我们在讲解员的带领下,乘车前往高山上的起飞场。

俱乐部的学员们背负起沉重的坐袋,随后在风的召唤下,奋力奔跑,直至腾空而起,那一刻,我的心也随之悬起,既为他们的壮举捏汗,又满怀对勇气的无限敬仰。俱乐部的学员们在蔚蓝的天幕下自由翱翔,手握操纵绳,仿佛与风签订了契约,速度随着意志的延伸而加快。他们如同天空真正的主宰,鸟儿般的自由不羁,让人心生向往。然而,即便是这片看似无垠的自由天地,也偶有挑战降临。突然,另一位学员不慎偏离既定轨迹,他展现出了非凡的冷静与技巧,调整方向,先是左右观察以确保自身周围没有其他滑翔伞,而后将自身的重心偏向一侧,拉住操纵绳实现360度旋转,其姿态,恰似风中的舞者,与自然和谐共舞。那一刻,我深刻体会到了何为“自由的感觉”。

美好的时光总是过得很快!活动接近尾声,我们和教练员们一起拍照留念,依依不舍地离开了滑翔伞基地。

### 厦门方特一日游

第六小学 林献森 指导老师 叶翠燕

期盼已久的小记者活动终于到来,我们在老师的带领下走进厦门方特东方神画,体验各种科技带来的乐趣。

到了目的地,首先映入眼帘的是一只狐狸的雕塑,小狐狸眯着眼睛卧在草丛中,粉白相间的尾巴格外引人注目。紧接着,7名美若天仙的白衣女子微笑着走来,热情地朝游客们打招呼,想必这就是七仙女吧?一路上,我们看到了各种奇装异服的人,毛茸茸的“九尾狐”朝我们招手,手持书卷的“白面书生”从我们身旁经过。没过多久,我们就来到了第一站——哪吒闹海。我坐在“船”上,戴上4D眼镜,此时,我的内心别提有多兴奋了,马上就能和哪吒打招呼啦!不多时,影片开启,眼前那个围着红绶、手持神器的孩子正是哪吒,他带着我们往龙宫游去,这时,老龙王出现了,它凶神恶煞地看着我们,很快就与哪吒开始了激烈的对战,哪吒手持神器化作三头六臂,战斗愈发激烈,石块不时朝我们“砸”来,我们都沉迷在其中。富丽堂皇的龙宫、海里的万丈深渊……这一幕幕让我们觉得身临其境。

短暂的休息,我们观看了《九州神韵》,中华民族几千年的历史历历在目,从黄河边的第一把圣火,到汉字的诞生,从秦统七国,到繁华的唐宋,直到如今,文明的圣火从未中断,看到这里,我心里充满了自豪。

这次方特之旅,我与神话人物“隔空对话”,在方舟中了解了中华民族历史的知识,实在是太令人难忘了。



小记者合影