

(一) index.html 效果图



（二）sh01.html 效果图

慢时间

慢下来，发现身边的美好点滴。

注册

登录

加入收藏

手机版

搜索您感兴趣的慢生活资讯和活动

首页

慢生活

慢风景

慢文艺

慢一族

蒸肉粉炒鸡蛋



将鸡蛋列入过敏食物之列，的确有一定道理。我便是这群过敏体质之一，倘若每天吃上一颗鸡蛋，三五日之内，必定脸上长满痘痘，又痛又痒。淋巴结发炎，已经很长一段时间，吃了医生开的药，也不见断根。母亲寄来一包藤，说是每日取两个鸡蛋与其同煮一个多小时，然后剥皮而食。这是民间偏方，据说治好了许多人。至此，我每日煮了

鸡蛋，心惊胆战地吃着，持续了半个多月，淋巴结有些好转，而且也没有过敏现象，十足让我惊奇，但依然没有根除我的毛病，也不知是剂量的问题，还是食用不太规范。

我最怕吃糖煮荷包蛋，吃上一个，可以当一次正餐。各类作法中，对于咸味蒸水蛋，我较喜好，滑嫩不腻。蒸好的水蛋，不置热气，很容易被透。小时听母亲讲过一个真实的笑话，一位上了年纪的王大叔去朋友家里做客，那时候国内生活情况刚刚好转，主人家招待客人，就蒸了几个鸡蛋。鸡蛋一端上来，王大叔就勾了一勺在嘴里，顿时好似喉咙哽咽，眼泪翻滾。主人问他出了什么事，他又不好意思明说，摇摇头道，“想起那些年灾荒的日子，我眼泪一闷就出来了(一下流出来的意思)。”被蛋烫的滋味我尝过，似在食道里沸腾地翻滚着。虽然没经历那些困苦岁月，但在大地主成分的爷爷身上，我到处能找到一些影子。现在日子终归是好了，爷爷却辞世十多年，不提也罢，说着说着，我的泪水也快快堤了。

大约六年前，在天河区的泽湘楼，吃过一道双椒炒荷包蛋，其法为将鸡蛋煎过后，佐以湖南椒和野山椒等料同炒，酸辣开胃，风味十足。现在又看到许多人用豆豉和辣椒炒制，豉香味浓，很有农家特色。

人说挑鸡蛋，要对着光照，看蛋壳越厚，越新鲜，如果透光，怕是已经过期或者快过期了。我一般采取另一种方法，就是将鸡蛋拿在手上摇晃，如果有响动，表明蛋黄已散，鸡蛋放置时间过长。这种法子，用在一般的黄壳鸡蛋上，还是比较奏效，对于现在吃的乌鸡绿壳蛋，就有些差强人意，选的时候，个个都很如意，回到家一打，黄已散，却紧紧地贴在蛋壳上，要刮才会下来，也难怪晃它都不动。

自从生病，总担心是否得了大病，每个月总会有那么一天去医院，全身上下，里里外外几乎查了个遍，也还算是身体健康。可是我至爱的辛辣却戒了，这也是我唯一一次克服了自己内心强烈的欲望，即使做辣味菜，也都只尝试口味。或许是心里阴影，每次我做微一，都会感觉脖子不适，正如同这个加了香料和剁椒的蒸肉粉炒蛋，我尝了两口，到现在还觉得它坏了大事，脖子在隐隐作痒呢。

- 1、取蒸肉米粉和糯米粉。
- 2、把二粉入净锅里，用小火炒，不停铲动。
- 3、待二粉泛黄时盛出。
- 4、在米粉里加入酱油、剁椒、蒜米、香醋以及一点清水，使二粉打湿。
- 5、把手洗净，将二粉与调料拌匀。
- 6、把米粉薄薄地铺在碗里，入蒸锅中火蒸15分钟至透。
- 7、取出米粉、晾凉后，捏散。
- 8、取鸡蛋，加黄酒打散。
- 9、锅里放油，将鸡蛋炒成蛋花后盛出。
- 10、放少许油，炒匀米粉。
- 11、加入蛋花。
- 12、用铲子不停铲压，使米粉与蛋花充分和匀，即成。

小贴士：
炒二粉要用小火。
米粉内水不可加太多，能均匀打湿就行。

（三）sh02.html 效果图

慢时间

慢下来，发现身边的美好点滴。

注册

登录

加入收藏

手机版

搜索您感兴趣的慢生活资讯和活动

首页

慢生活

慢风景

慢文艺

慢一族

芒果糯米糍

家里还有一个大芒果，速速把它解决了，芒果的果肉切的大块一些，小小个的糯米糍，一口一个的满足。比豆沙什么的馅的还好吃。秋天不适合吃冷饮了，把糯米糍冷藏一会，来一杯奶茶，当成下午的小甜品吧~



材料：糯米粉150g，芒果1个，玉米淀粉40g，糖粉50g，玉米油25g，牛奶250g，椰丝适量。
做法：



- 1.除了芒果和椰丝所有材料倒入小盆里。
- 2.搅拌均匀混合成浆。
- 3.把粉浆上锅大火蒸大二十分钟，使之凝固。
- 4.芒果切约2*2cm小的芒果丁备用。
- 5.蒸好后的糯米粉团，稍微放凉，手上沾点水，取一块压扁。
- 6.放上一个芒果丁。
- 7.像包汤圆一样搓圆。
- 8.包好的糯米团尽快滚上椰丝即可。





小贴士：

- 1.玉米油可以换成其他无味的植物油。
- 2.芒果尽量选用大芒果，这样里面一次就包一个大块的芒果丁，吃起来很过瘾。
- 3.包糯米团的时候手上涂抹点油或者沾点水，防止糯米沾手。
- 4.糯米团包好后立刻在椰丝里滚一圈，否则风干很难沾上椰丝。



（四）fj01.html 效果图



你好澳门！你好香港！

澳门，是个让人如此留恋的城市。
光影流转，五彩斑斓。
步上长长的阶梯，仰望着大三巴在空中曲折的剪影，
感叹时光在这里无声无息地流过。



穿过历史城区，百年的历史变迁擦肩而过，
留下如醉的人群和依旧矗立的教堂尖顶；





狭窄的石子路，盘根错节的榕树，
触手可及的斑驳墙壁，
巴洛克式的雕花装饰还有入夜后燃起的昏黄灯光，
都带着澳门永远诉不尽的故事。



离开半岛，澳门用另一种面目刺激着游客，
通宵不熄的赌场灯光，金碧辉煌的酒店大堂，
高耸入云的天花，仿佛演绎着点数与轮盘；





在流光溢彩的澳门，
你可以得到一切，也可以失去一切。
你永远摸不透澳门骨子里的模样，
但是你一定会上她最动人的样貌。

