

亲子拌沙拉、学做拉面

星报小记者走进良苑自助旋转餐厅“嗨翻天”



□ 张红娟 李敏/文 倪路/图

“妈妈，妈妈快看，我们的餐桌在旋转哎。”“爸爸，你来尝一口我第一次给你拌的沙拉，总厨叔叔说吃沙拉有很多益处，以后我们要多吃。”4月16日，良苑大酒店自助旋转餐厅迎来一批特殊的小客人——来自市场星报社的小记者们，他们在这里不仅了解到了自助旋转餐厅的原理，更与爸爸妈妈一起拌沙拉，学做拉面，大饱口福。

旋转自助餐厅，小记者大开眼界

据悉，良苑大酒店是一家综合性商务酒店，1995年时酒店便拥有全省第一家旋转观光自助餐厅和全省唯一的88米高室外观光电梯。工程部相关负责人告诉小记者们，在旋转餐厅的地板下有减速机，利用齿轮转动的原理带动整个餐厅360度旋转，食客可一边用餐，一边饱览户外景色。考虑到吃饭时候的舒适性，转速较慢，旋转餐厅有92.6米，转完需要一个小时四十五分钟左右！小记者们听后大呼，“原来如此哦”！

做沙拉，拉拉面，小记者变身小厨师

听完旋转餐厅的旋转原理之后，小记者们瞬间变身小厨师！在良苑旋转餐厅厨师的手把手带领下，小记者们亲手给爸爸妈妈做好水果沙拉！“妈妈，你快尝尝我做的沙拉，沙拉富含叶酸，多吃还可以降低血液浓度哦！”小记者程亦佳迫不及待给妈妈端去做好的水果沙拉！再教你们一项小技能——拉拉面，厨师哥哥带着意犹未尽的小记者们做起了拉面，“拉面，顾名思义是拉出来的面，先把一个面团揉成一个圆柱状，一拉一弹一绕，重复三四次，面团瞬间变样。”看着大厨手上一根根细长的面条，小记者们一个个跃跃欲试！小记者韩艺可谓有天赋，看一遍之后就学得有模有样，赢得旁人阵阵夸奖！



欢迎小记者们踊跃投稿，投稿邮箱 scxbxjz@163.com，2016 星报小记者交流群 542025752，扫一扫官方微信，就有机会参加星报小记者实践采风活动。联系电话：0551-64376949。

欢乐三分钟

合肥市安居苑小学六(5) 刘孟子
指导老师 章义

那是一个晴朗的下午，上课铃声早已响起，可老师却迟迟没来。我们心里虽然有一丝丝疑惑，但更多的是一阵窃喜。

班里这时炸开了锅，我的心里也一阵犹豫：是安静的等待，还是和同学一起开“茶话会”呢？可是这么久老师都不来……算了，索性不等了，也自动开启了欢

良苑旋转餐厅沙拉DIY，味道真赞

合肥市道遥津小学 赵儒轩

周六，冒着大雨和老妈兴致勃勃地来到了芜湖路上的良苑大酒店，参加市场星报组织的旋转餐厅亲子活动。

小伙伴们有序乘坐电梯来到20楼的旋转自助餐厅，旋转餐厅位于整个大楼的顶层，可以鸟瞰整个城市。

工作人员热情地接待了我们。首先是工程部的工程师讲解如何旋转的原理，让大家亲身体会了旋转的感觉。

接着戴高帽的大厨登场了，进入今天的主题，制作沙拉。胡萝卜、彩色辣椒、黄瓜、哈密瓜、柠檬、橙汁、玉米等等，食材琳琅满目。大厨给我们演示了水果沙拉的做法，先将黄瓜和哈密瓜放入碗里，再放食盐、糖粉、滴橙汁，再挤鲜柠檬汁，放点沙拉酱，用勺子搅拌均匀就OK了，这么简单啊，还没大厨演示完，小伙伴和家长们就跃跃欲试了，大家拿

起碗和勺子，开始自己动手做了起来，嘴巴里还不停地嘀咕着，我喜欢吃玉米，我喜欢吃黄瓜，都往自己碗里夹自己喜欢吃的食材。我和老妈也夹了一碗自己喜欢吃的东西做了起来，在餐厅找了个靠窗的位置，一边吃着自已亲手制作的沙拉，一边欣赏着雨景，很是惬意啊！

“快到这里来！”随着声音看去，小伙伴们又围成了一圈，我凑上前一看，哦，原来在学做拉面，看着大厨拉起面那娴熟的手法，我也拿了一小团面，在一边照大厨的手法认真地拉了起来，虽然我拉的面没有大厨拉的长和细，但是我也成功了。

我高兴地对一旁的老妈说：“回去我也做拉面给你和老爸尝尝。”老妈微笑着说：“看来这次不虚此行啊，沙拉和拉面都学会了，这回我和你爸爸有口福啦！”

良苑旋转餐厅美食之旅

长淮新村小学四年级(1)班 何宇 指导老师 陶汝琼

4月16日，我第一次参加市场星报小记者活动，心里有些高兴。

一大早就来到目的地：良苑旋转餐厅，我们坐电梯上20楼，我们为什么要上那么高呢？到了20楼谜团解开了：因为旋转餐厅就在20楼，而且是在最高的楼层上，风景秀丽宜人，美丽极了。我们又好奇了，旋转餐厅怎么旋转呢？酒店部经理周叔叔给我们介绍了整个工作原理，原来是由两个电机和别的配件组成的一个旋转系统，并且可调节快慢速度，旋转一周约100分钟。

我还知道良苑旋转餐厅的有关资料：这个旋转餐厅是安徽省首家旋转餐厅，已经走过20年的时间了，到现在那里的装备依旧那么豪华，同时也透

露着许多古老的文化。

工作人员教我们做沙拉，首先材料有水果，蔬菜，甜食。我们要做水果沙拉，先弄点水果，然后再弄一点盐和糖，那盐和糖细细的我都分不清了，接着挤一点柠檬汁，加上自己喜欢的沙拉酱或番茄酱搅拌均匀就可以吃水果沙拉了。

接下来，工作人员又要教我们做拉面了，想想又有点激动，首先是工作人员的讲解和示范，然后我们每个人分到了一团面，面团揉好后再撒一点面粉，接下来就要把拉面反复拉，拉细了就可以煮来吃了，我决定回家就“学以致用”，自己动起手来给爸爸妈妈做拉面。

这一天很开心，期待下一次小记者的活动哦！

乐模式。同学们边玩边说，好不自在。窗户边的同学都自觉地担任起侦查工作，而门边的防务工作则由大名鼎鼎的孙同学担当。只见他探头探脑、东张西望，“工作”可认真了。他假装认真地说“报告首长，前方没有敌情！”逗得我们哄堂大笑。我也装作严肃地对他说：“嗯，同志，你这个守卫干得不错，下次提拔你当门神。”全班又是一阵前仰后合。

正当同学们有说有笑玩得不亦乐乎的时候，听见一声大喊：“老师来了！”全班立刻鸦雀无声！只看见一位学校的维修工走了过去。原来是我们班的汪同学气运丹田的一声吼，他把我们当猴子耍啊！大家都怒目圆睁地瞪着他，可是他却面带微笑地回应我们。正当大家松了一口气，又开始舌战群儒的时候，一位眼尖的同学发

现班里少了一个人，那可是班长的座位，她一定是和老师通风报信去了！果然，没一会，班长一脸“坏笑”地跑了回来。我心想：完了，完了！“灾难”即将来临。这时班里鸦雀无声。“汪守门员”跟兔子似的跑回教室坐在了位子上。老师这时一脸愤怒地疾步走进教室，看起来“寒气逼人”，令同学们“不寒而栗”。老师当场“生擒”了几个活宝，一阵“狂风暴雨”之后，才让他们回到了座位上。没一会老师郑重地宣布：通过我迟来的几分钟，发现了班里几位活跃气氛的人才，今年的“六一”儿童节由这几位同学出谋划策。班里顿时一阵欢呼。

原来都是老师策划的“阴谋”啊！虽然是短短的几分钟，却给我们严肃的校园生活增添了乐趣，也令人终生难忘！