市場星報
2020年12月22日
星期二
编辑/江　锐
组版/李　静
校对/陈文彪

掌中安徽
APP客户端
官方微信
scxb123
市场星报电子版
www.scxb.com.cn
安徽财经网
www.ahcaijing.com

大妈模特队 让自己更有气质

星报讯(白静 记者 沈娟娟) 高挑的身材、精致的妆容、华丽的衣服,走在舞台上钱宝云一点儿看不出“老态龙钟”的感觉,反而尽显雍容大方、高贵典雅,她是合肥市望湖社区模特队的队长,不仅自己走模特步,还为队友们编排节目,登上各种舞台。

“我印象最深的是我的老师,当时她已经68岁,但走起路来特别有气质,穿衣服也很漂亮,她看到我就说‘你来参加吧’!”就是因为老师的一句话,身材姣好的钱宝云开始走起了模特步,过去在老年大学学的只是一点皮毛,后来她跟着老师慢慢地从头学起。

过了一段时间,老师因为有事不在小区了,钱宝云就打起了退堂鼓,幸好旁边一个姐妹一直鼓励她,“她说我可以把自己会的去教给更多的人,让更多大妈找到自己的自信,我一听,就同意了。”

于是,钱宝云和自己的姐妹又一点一点拉起了一支模特队,很多老年人争相加入,“进了模特队,可以提高气质,一走路直挺挺的,人也自信多了,就是不一样。”

如今,钱宝云的模特队里已经有70多人,平均年龄50多岁,大多数是退休人员,每周大家都要在一起训练两次,每次训练2个小时。

“我们经常排节目,个子高的我们会排练、参加演出,个子矮的我们也会有适合她们的节目。”为了更好地教姐妹们,钱宝云专门在外面请了老师,有一些大型演出的时候,老师会专门为大家排队形,进行专业的指导。

随着知名度越来越响,钱宝云的模特队经常会参加各种年会、开业典礼等,而且还曾经受邀去老年公寓表演节目,“能用我们的力量做一些公益,我们觉得很开心。”

内蒙古馅饼,皮软馅足味道香

星报讯(许婉璐 记者 沈娟娟) “是什么味道这么香,让人都流口水了。”在合肥市盛大社区信达银杏尚郡党群服务中心,一楼的居民闻到空气中的香味,都在好奇地打听。原来,罗慧娟在三楼教邻居们做内蒙古馅饼,皮软馅足味道香。

“我老家在内蒙古,以面食为主,这种馅饼就是我们那的家常饭。”2008年,罗慧娟从内蒙古远嫁到合肥,现在住在盛大社区,喜爱家乡美食的她经常在家里做内蒙古馅饼,有时候还分享给邻居们。

跟一般的馅饼不一样,罗慧娟做的内蒙古馅饼皮特别软、薄,透过皮甚至都能看到里面的馅,馅料也特别足。

“就用普通做包子和馒头的面粉,500g面粉加350g水,用筷子和面,这里的水用到的是30℃左右的温水,一边放水一边搅,水不够再加一点,不能一下子倒太多。”罗慧娟一边搅拌一边加水,直到盆里完全看不到干面粉了才停住,“就像这样,筷子挑的时候有点吃力,挑起来还会往下掉,比酸奶稍微粘稠一点。”

等和好面,还需要将面醒20分钟,罗慧娟将案板上撒上多多的面粉,和好的面直接放在案板上摊开,“不需要揉,让它裹上面粉成长条状,再用手沾水揪成一个饼一个饼大小。”

因为面皮很薄,根本拿不起来,罗慧娟将事先拌好的馅料放在面皮上,“馅料是面团的3倍大,利用馅料的重量将面皮压得更薄,然后从周围往中间兜,捞起来,再反过来压一会,直接放在电饼铛里煎成两面金黄就可以了。”

罗慧娟说,做馅饼的馅料也特别讲究,普通的肉馅加上一个鸡蛋搅匀,让肉更有弹性,铺上一层大葱,撒上一点胡椒粉,用热油淋一下,香味一下子就出来了。

当然,为了让馅料更好吃更营养,罗慧娟还会在馅料中加入包菜、生姜、盐、鸡精、生抽、蚝油等,一斤面粉大约可以做4个这样的内蒙古煎饼。

“说起来容易做起来难,尤其是我们的面比较稀软,很多人都不敢碰,更别说是做了。”罗慧娟告诉记者,面团稀软,所以做的时候手速一定要快,所有动作都要一气呵成,否则面团和馅料会散开。

祖孙三代蜗居城中村 爸爸想要轮椅自食其力

星报讯(周友奇 记者 沈娟娟) “因为五年前脑梗死,做过颅内手术,我的下半身基本上不能行走了,平时就靠80多岁的老父亲照顾我,如果有个轮椅,不管是父亲推着我,或者我自己出门,都要方便很多。”家住合肥市周谷堆社区的李世金今年50岁,不能行走的他最大的愿望是想要一个轮椅。

李世金住在城中村的自建房,身体一直不太好,患有高血压、糖尿病等,五年前,他发生了脑梗死,做过颅内手术后留下了后遗症,下半身不能行走。一年多前,他又和老婆离了婚,带着上高中的孩子一起生活,这让他的生活雪上加霜。

如今,祖孙三代每个月的收入只有一千多块,包括失地农民补助和低保,虽然李世金能动一点,但没办法行走,让他找不到工作,只能在家里呆着,每天活动的范围就是小小的房间。

“平时孩子上寄宿制学校,就靠80多岁的老父亲照顾我,他也越来越力不从心。”看着年迈的老父亲每天忙前忙后,李世金内疚万分,“希望我能有一个轮椅,这样在可能的情况下,我能自己活动,减轻老父亲的负担,也能让我出去走走,说不定还能找到一份力所能及的工作。”

热心阿姨牵头成立小区“老年大学” 近200位老人“老有所乐”

星报讯(周嘉莉 记者 马冰璐) 在合肥市王卫社区,提起陈靖的名字,可谓家喻户晓,她是远近闻名的热心阿姨,不仅牵头成立了银杏苑小区“老年大学”,让近200位老人得以就近学艺,老有所乐,作为小区业委会委员的她还总是第一时间为居民排忧解难。

年过六旬的陈靖是一位老党员,退休后,热心的她并未就此停下为人民服务的脚步。2015年,为了让老人们就近学艺,老有所乐,在辖区王卫社区党委、妇联的帮助下,陈阿姨牵头成立了银杏苑小区“老年大学”,带着一群多才多艺的退休老人一起学才艺。

2017年,银杏苑小区“老年大学”步入正轨,吸引了居住在本小区和周边小区的100多位老人前来学艺,“目前开设了舞蹈班、时装班和唱歌班,老人们的年龄从50岁到70岁不等。”陈阿姨说,2017年,舞蹈班的老人们凭借舞蹈《徽韵秧歌》在多个比赛中获奖,“其中,还在合肥市的一个市级舞蹈比赛里拿到了二等奖,对于一支组建不久的业余舞蹈队来说,这个成绩是非常难得的!”

在“老年大学”里,近200位老人不仅学会了才艺,还收获了丰富多彩的退休生活,除了上课外,老人们还经常参加比赛、演出,展示才艺,有空的时候,他们还会去养老院等地举办公益演出。

作为业委会委员,不管是楼道灯不亮了,还是楼上楼下邻居闹别扭了,陈靖总是第一时间出面解决问题,为大伙排忧解难。