

招牌菜

### 麻椒 鲅鱼

如果您有家藏私房菜,如果您有独家配方DIY,可以来这里露一手!  
本期出镜主妇 周亚君



**功用:**鲅鱼其肉质细腻,味道鲜美、营养丰富,含丰富蛋白质、维生素A、矿物质(主要是钙)等营养元素。有补气、平咳作用,对体弱咳嗽有一定疗效。

**食材:**鲅鱼、盐、葱、姜、蒜、料酒、生抽、植物油、辣豆豉、麻椒、白糖。

**做法:**1.冷冻的鲅鱼先解冻至稍微有些软,然后处理掉内脏,去头去尾,切薄片,抹一层麻椒碎,盐、料酒码入盘中,腌制30分钟。

2.锅中热油,放入鲅鱼中小火煎至两面金黄,锅中放油,葱姜蒜放入爆香。

3.放入辣豆豉,将鱼块放入锅中。

4.然后加入少量热水,调入生抽和白糖,盖盖小火焖10分钟,最后收汁即可。

潮童 聊天气

# 冻cry!冷是主旋律 咱得唱好这出戏

白绒铺地没苍狗,行人躬身不见手,银条高镜霜打树,不戴手套挺冻手。这几天小伙伴们被冻cry了!未来几天还将有冷空气继续补充,气温还将下降。冷吗?冷就对了,再过两天都冬至了,今日最低温-4℃,比昨低了1℃。今天早晨不仅气温低,而且还有小到中雪,最高温0℃。昨天,雪花断断续续飘了一整天,简直是360度无死角旋转风裹雪,在外一会,须发皆白。雪姑娘,你这么厉害,你家人知道吗?

又到了洗澡靠勇气,起床靠毅力的季节。冰冻状态还在持续,身为传说中的“雪窝子”不下暴雪都不好意思叫下雪,看这情况,雪姑娘打算在烟台小住几天了。好在这次降温后,气温将迅速反弹。周末两天晴到多云,最高温回升至3℃!冷空气的影响迅速衰弱,往往不是因为它走了,而是因为他随遇而隐,甚至隐于闹市之中。不过,老天爷脸色变化之快,谁也不能意料。科学无措,全仰天心。头天碧空万里,第二天大雪纷飞,常有。

### 家长寄语:

亲爱的诚诚宝贝,爸爸妈妈希望你能健康快乐地成长,一生幸福快乐。



姓名: 昵称:诚诚 年龄:1岁 生日:7月12日 星座:巨蟹座  
徐子涵 身高:63CM 爱好:听音乐 喜欢的颜色:红色



本照片由小阿华宝贝家族儿童摄影提供

### 通联

齐鲁晚报·今日烟台  
新闻热线:6610123/967066  
投稿邮箱:qlwbnr@vip.163.com  
发行热线:6272328  
广告热线:6905575  
投诉监督电话:6602657



烟台微信圈子



微博烟台早知道

### 烟台天气

**今天**  
小到中雪转小雪  
-4℃/0℃  
西北风  
5-6级

**明天**  
晴  
-4℃/1℃  
西北风  
4-5级

据中国天气网19日18时数据

### 征集令

《潮童聊天气》开始征集宝宝照片啦!如果您家的宝贝是0-7周岁,就可报名参加我们的栏目。报名热线:15564541718。

《白话烟台》欢迎您来秀秀你的烟台话。本报《聊天》版推出了“纸上烟台话四六级简易教程”——“白话烟台”,不妨练练舌头添些乐趣,邀您一起说烟台话、品胶东味。

来稿请投: qlwbnr@vip.163.com

### 靓相

普通人展示风采的舞台

为了更加贴近烟台读者,服务市民,我们今后将在《聊天》版上开辟专门栏目,为广大读者提供亮相机会。用摄影语言来讲述幸福家庭背后的故事,与大家一同分享生活中的精彩瞬间。

## 向毛主席保证 我爱你

时间:2013年10月  
地点:济南  
人物:王中月(老公) 邵平平(老婆)  
拍摄:邵合锋

### 光阴的故事:

小时候,亲情是一块小小的零食,姐姐省下来,我伸出手。长大了,爱情是一枚小小的戒指。姐夫拿出来,姐姐伸出手。今年八月初八,姐姐和姐夫为期四年的爱情长跑终于有了幸福的结果,牵手领到了小红本本。虽然一直是两地恋,也有过纠结的磕磕绊绊,但他俩从来没有放弃。看到姐姐的坚持,姐夫的用心,全家人也放心把姐姐交给了姐夫。如今姐姐人在上海,我驻守在烟台,虽然不能常常相聚,但心里最牵挂的还是姐姐,愿她牵住幸福,顺利晋级孩儿他妈。



## 白话烟台

身边烟台人 烟台身边事



本期白话主持: 于涛

### 烟台话

由网民在网行发起的一个“辣妈大赛”,介几天儿成了大家伙儿也议的话题。但四讨论的中心似乎没“辣妈”横么四儿,因为介场大赛里头老鼻儿了“90后”妈妈赛亲子照片,里头还有1996年僧的,闹害了。不少网民惊呼,现在的年轻银四在四大么发理解了。有银儿还担心,照片要四真的话,还可能牵扯挺多法律问题。随着讨论升级,夜来一些自称“辣妈”的银儿已经承银自个四为了好玩儿上窜假照片,自个儿压根儿就有孩了。

### 白话词典

老鼻儿了:很多 闹害了:表惊讶  
压根儿:根本

### 普通话

由网民在互联网上发起的一项“辣妈大赛”,近日来已成为人们热议的话题。只是话题的中心似乎却与“辣妈”无甚关联,这是因为在这场大赛中,越来越多自称“90后”的低龄妈妈晒出了亲子照,其中甚至还有1996年出生的“孩儿他妈”,不禁令人咋舌。不少网民惊呼,现在的年轻人实在太令人难以理解了。更有人担心,如果照片属实,其中很可能牵涉不少的法律问题。随着讨论的升级,昨天一些曾自称“辣妈”晒照片的当事人,已经开始承认自己是为了好玩上传虚假照片,自己根本没孩子。

### 影讯

鲁信影城  
12月20日  
星期五

### 《私人订制》

参考票价:60元  
导演:冯小刚  
主演:葛优/白百何/李小璐  
类型:剧情/喜剧  
片长:120分钟  
场次:10:20,11:00,12:00,12:35,13:10,13:40,14:10,14:45,15:20,15:50,16:20,16:55,17:30,18:30,19:10,19:40,20:10,20:40

### 彩票开奖

### 体彩

排列3第13346期中奖号码为:7、6、7。  
排列5第13346期中奖号码为:7、6、7、4、6。

### 福彩

23选5第2013W346期:02、12、16、21、22。  
3D第2013D346期:0、1、9。  
双色球第2013S149期红球号码:09、18、25、26、30、32,蓝球号码:11。