

招牌菜
百合木耳
小炒肉



主料:猪里脊肉200克、百合20克、黑木耳40克
辅料:芹菜100克、鸡蛋白(鸡蛋清)1个
调料:食盐2克、姜5克、料酒15克、生抽10克、淀粉3克、植物油50毫升

做法:
1.芹菜洗净切段,百合洗净,掰成瓣。
2.猪里脊肉切成薄片,放入3克淀粉。
3.再加生抽、料酒和蛋白抓均匀,最后加半勺植物油抓匀,腌制15分钟。
4.锅中加清水,下木耳焯水捞出。
5.锅内放植物油,烧至8、9成热,放入腌制好的肉片。
6.快速翻炒至肉片变色,肉片舒展,盛出备用。
7.另起锅,倒入少许植物油,烧至6成热,倒入姜丝爆香,再放木耳、芹菜,翻炒。
8.再放入肉片、百合,炒至熟,加入盐,翻炒均匀即可。

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
多云
0℃-4℃
北风转西北风
3-4级

明天
多云
0℃-5℃
北风
4-5级

据中国天气网2月27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。讲讲你的港城故事,谈谈你的身边趣事,和老烟台台人新烟台台人一起切磋下烟台话功夫吧!来稿请分“烟台话”和“普通话”两个版本。
本版来稿请投:
邮箱sdytyt@sina.com

潮童 聊天气

守得霾开雾散 终得久违蓝天

昨日一场急行雨过后,雾霾势力基本被冲得七零八落、不成气候,市区终于迎来久违晴日;同时温度也骤然下降,站在街头已有丝丝凉意。这场重夺蓝天的战役终于还是冷空气部队获胜,接下来几天冷空气仍会驻扎在这里,清理雾霾残部。

昨日到今日给人最大的感受就是视野清晰了许多,呼吸也畅快了许多,生活在雾霾的阴影中多日,再看到蓝天感觉格外亲切。各地的人们也都争相在网上“晒天”,虽然各地的蓝天都很可人,但相信在咱们烟台人心目中,烟台的蓝天是最蓝的。

虽然外头的蓝天很赏心悦目,但别急着跑出去呼吸清新的空气。冷空气就如同一剂猛药,虽然治好了“霾症”,但带来的大风、降温等副作用同样不容小觑。未来几天白天最高气温还将继续下降2℃左右,风力也会在4-5级徘徊。出去逛街的时候一定要穿好保暖衣物,蓝天虽好,也不要到室外流连太久。

雾霾危机虽然暂时解除,但大家的反应却让人唏嘘。一个“重见天日”就让大家如此欣喜,却忘了我们原本就应该是生活在蓝天白云下。希望欣喜过后,我们更能做点什么留住这蓝天。不要让阳光和新鲜空气都成为一种奢侈品,不要让小学生做的填空题上,“蓝天”前面的形容词答案成为“久违的”。

家长寄语

祝我的宝贝一生平安,健康快乐!



姓名 赵甜舒
昵称:甜甜 **身高:**80cm **星座:**双鱼座 **生日:**2013.2.21
爱好:抓眼镜 撕纸 **喜欢的颜色:**红色 黄色

本照片由小阿华宝贝家族儿童摄影提供

靓相

老百姓展示风采的舞台

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。



愿老人们幸福安康

时间:2013年10月
人物:寿星刘京贤(姥爷),孙传美(姥姥)和亲戚们
摄影:张林

光阴的故事:

光阴的故事:姥爷和姥姥一生只有两个女儿,两位老人的最大的心愿和幸福就是能经常跟兄弟姊妹,还有孩子晚辈们团聚在一起,说说笑笑。现在我们已经是四世同堂了,愿两位老人还有普天下的老人们,幸福安康。

影讯

鲁信影城银都店
2月28日
星期五

机械战警(数)2D/3D

参考票价:50元/60元
类型:科幻/动作
片长:120分钟
场次(3D英文):10:30/12:45/15:00/17:15/19:45/22:00
场次(3D中文):13:10/18:40/20:50
场次(2D英文):11:30/13:40/16:00/18:15/20:30
场次(2D中文):12:20/14:35/16:50/19:15/21:30

霍比特人2(数)3D

参考票价:60元/90元(全景声)
类型:欧美奇幻/动作/冒险
片长:162分钟
场次(英文):11:50/14:50/18:30
场次(英文/全景声):13:20/16:20/19:30
场次(中文)10:20/15:30/20:20

北京爱情故事(数)

参考票价:50元
类型:爱情/剧情
片长:120分钟
场次:10:00/13:30/15:45/16:30/18:00/19:00/20:10

冰雪奇缘3D

参考票价:60元
类型:动画
片长:120分钟
场次(中文):13:50/18:25

白话烟台

身边烟台人
烟台身边事



本期白话主持:
于飞

烟台话

捏么些银都爱摸赫玩秀吉,可四个个习惯用以把眼弄瞎。贼近有新闻锁,小刘景墙在被窝来玩秀吉,向个酒他他觉得眼不太虚素,就跟眼镜儿么擦干净一样,向医院擦了擦才几道自己四网膜掉了。医僧锁摸赫玩秀吉就用以把眼累则,四网膜就爱掉。越近四,眼就越不扛杰腾。几道介个四以后,网友就开四嘈嘈锁,赶紧碎觉去吧,讲点心眼儿吧。有个叫寒流来袭的网友又锁,平墙易小玩点秀吉吧,听锁秀吉玩多了党务迹象。现在一伯个银里头有酒酒个银都似蹦则秀吉玩,银跟银都各的老巨远,不自觉我就想起来以前学过一个文将叫《套宗银》。

白话词典

舒服:虚素 平时:平墙易 党务:耽误 蹦则:捧着 老巨远:距离很远

普通话

很多人都有摸黑玩手机的习惯,但这种习惯却有着致盲的危险。近日有报道称,小刘常在被窝里摸黑玩手机,上周起觉得眼睛有点不舒服,像眼镜未擦干净一样,去医院检查后发现自己视网膜剥离。医生说,摸黑玩手机极易引起视疲劳,从而导致视网膜剥离。近视度数越高,眼睛就越脆弱。看到这条报道,网友们纷纷表示“还不快睡觉,长点心吧。”网友寒流来袭对此评论:“平时也少玩点手机吧,据说手机玩多了影响智商。现在100个人99个人都是抱着手机玩,人与人之间的距离越来越远,让我不由地想起了以前学过的一篇文章《套中人》。”