

招牌菜

香煎牛排



用料:牛排2块、胡萝卜2根、柠檬半个、鸡毛菜1小把、橄榄油2汤匙、海盐适量、黑胡椒1/2茶匙

做法:

1、牛排用厨房用纸擦拭干净。

2、牛排锅烧热,放入橄榄油,待微微冒起白烟时放入牛排,不要移动。

3、煎的时候转小火,底部烫出花纹后,旋转70度继续煎,待表面析出肉汁,撒上研磨黑胡椒碎和海盐,即可翻面。

4、翻面后的牛排,可以改中火,按照刚才的办法继续煎,期间用研磨黑胡椒和海盐调味。五成熟的牛排,中间要有粉红才对,此时可以从牛排的侧面观看牛排的熟度。

5、如果牛排比较厚,待两面煎好后,可以把肉竖起来继续煎一下四周封锁住肉汁,防止肉汁从侧面流出,用蔬菜装饰后摆上牛排即可。

潮童 聊天气

冷空气仍在逗留 气温暗自发力

这两天的天气南北差异有点大,南方多地提前入春,有的地方甚至入了夏。看着南方的小伙伴们单衣薄裤的在街上玩耍,不禁让我们生出些许羡慕嫉妒恨。不过纵观全国风云,随着一股冷空气势力南下,将会导致周末几天的温度呈北升南降的趋势。

今天的气温依旧和昨日差不多,最高气温在10℃偏下流连忘返。出门在外最好还是穿上厚外套,注意高空坠物,尽量避开背阴的地方行走。在这种昼夜温差较大的时候,别忘了关心一下自己的肠胃,要知道不光人会感冒,肠胃也同样会感冒的。

这样的日子啥时候才是个头?等到明天一过,好天气自然来。温度它吃饱喝足,明天就开始发力蹿上10℃。由于后两天基本是万里无云的大晴天,温度将会上升很快,周末将直冲20℃线。同时,最高温充分发挥“先进带动后进”的高觉悟,带动最低温的积极性,周末两天最低气温也将接近10℃。



《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。

家长寄语:

悠悠,你是爸爸妈妈最爱的宝贝,爸爸妈妈永远爱你,祝你健康快乐成长。



姓名:悠悠
身高:65CM 星座:金牛座 生日:3月12日
爱好:听音乐、笑 喜欢的颜色:红色

图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



晴
1℃-8℃
西北风
5-6级



晴
4℃-13℃
西北风3-4级

据中国天气网3月19日18时数据

征集令

《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,和老烟台人新烟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

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,我们在《聊天》版上开辟了专门栏目,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。



和同学爬山

时间:2011年2月
地点:海阳
人物:高中同班同学们
拍摄者:季小晗

光阴的故事:

2011年,我和高中的同班同学相约去爬山。那年我们刚高中毕业,这次爬山算是我们几个玩得好的同学最后的告别仪式。虽然山上景色很美,但想到彼此的分别,我们也无心赏景了。大家一路闷着头爬到了山上的一个亭子那里,都觉得累了,于是坐下来休息聊天。从爬山一开始就很沉闷的气氛,终于“活”了起来,我给大家留下了这张说说笑笑的照片,希望我们即使天各一方,友谊也能长存。

影讯

鲁信影城银都店
3月20日
星期四

极品飞车2D/3D
参考票价:50元/60元
类型:动作/犯罪
片长:130分钟
场次:10:40/12:20/13:30/15:20/
16:40/18:00/19:10/19:50/20:40

雪国列车
参考票价:50元
类型:动作/剧情
片长:126分钟
场次:10:20/12:35/14:50/15:40/
17:05/18:10/19:20/20:30/21:35/
/22:40

家园防线
参考票价:50元
类型:动作/犯罪
片长:100分钟
场次:10:00/12:50/14:30/16:50/
19:30/21:10

机械战警3D
参考票价:60元
片长:118分钟
场次:17:30/19:40

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

老鼻儿银都不明伯秀吉来的“飞行模四”到四怎么回四儿。锁白了就四把秀吉的通话功能给关了。但其四,介总模四它搁进净的飞行模四擦老巨远。砸平常以儿四混的“飞行模四”,四厂家舔么砸弄得,银航空部门锁不散俗。贼关键的,每个秀吉牌了设得俗都不一样,所以“飞行模四”在国际行来讲四么有标尊的。在宗国,你要四敢在飞行宗四混电子设备,叫银逮了就四一顿奥掘烂骂,贼高也得罚你个两千块钱,有飞行模四的秀吉也在介里头。

白话词典

擦老巨远:差很远 砸:咱们 舔么:讨好 不散俗:不认可

普通话

很多人都不甚清楚手机中的“飞行模式”到底是怎么回事,其实它就是关闭手机通信的功能。但实际上,这种模式并非真正的“飞行模式”。所谓的“飞行模式”,是厂家为取悦消费者防打扰单方面添加的功能,并未得到航空部门认可。最为关键的是,因为每个手机牌子的设定参数都不同,所以“飞行模式”在国际上尚无统一的行业标准。在中国,如果飞行中违规使用电子设备,最高可被罚款2000元,具备飞行模式的各种手机也在禁用之列。