



招牌菜

## 辣炒年糕

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 李艳华



功用:年糕含有蛋白质、脂肪、碳水化合物、烟酸、钙、磷、钾、镁等营养元素。具有补中益气,健脾养胃,止虚汗之功效。

食材:年糕、洋葱、胡萝卜、泡菜、盐、韩式辣酱、植物油。

做法:1.锅中倒入少许植物油,烧至五成熟时,放入胡萝卜丝、洋葱丝爆炒,再加入泡菜丝翻炒均匀后盛起备用。

2.锅中倒入500毫升水,大火煮开后,加入韩式辣椒酱,用筷子搅拌均匀。

3.水再次沸腾后,加入浸泡过的小年糕,一直煮到汤汁快收干成浓稠状。

4.加入炒过的胡萝卜丝、洋葱丝和泡菜丝,用锅铲翻炒均匀,根据个人口味加入适量的盐调味即可。

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



阵雪  
-2℃/5℃  
西北风  
4-5级



多云  
-1℃/2℃  
西北风转北风  
4-5级

据中国天气网11日18时数据

征集令

《潮童聊天天气》开始征集宝宝照片啦!如果您家的宝贝是0-7周岁,就可报名参与我们的栏目。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:  
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》版上开辟专栏,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。

## 最浪漫的事

时间:2013年7月

地点:海边

人物:喵喵 木子

摄影:佚名

## 光阴的故事:

2013年12月9日是我们结婚一周年的纪念日。这一年因为经常出差我们聚少离多,但是我们仍然幸福快乐。这一年,我们每天都彼此牵挂,彼此惦念,每天的电话是我们的精神食粮。“最浪漫的事就是和你一起慢慢变老,直到我们老的哪儿也去不了,你还依然把我当成手心里的宝。”愿我们一生相互陪伴,平淡最真,有爱人如斯,此生足矣。期待明年的今日我们可以结出爱情的果实。



## 潮童 聊天气

## 雪姑娘,这周还能堆雪人吗?

冷空气,你不要再痴缠了,也别再彷徨了,雪,该下就下吧。昨夜你在楼下站了一宿,今早气温活生生降到-2℃,你常去的市中心最高温也不过5℃,结果大家都被你打“冻”了,很想对着冷空气大吼:“你冻坏了我,还呼啸而过”。古谚云:“秋雾凉风冬雾雪”,可惜,烟台不是冬雾雪,而是冬雾霾。冷空气来了好几天,至今还没见到大雪,但我和我的小伙伴们依然怀有“和白雪公主一起堆雪人,和圣诞老人一起打雪仗”的远大理想。听说冷空气今天把雪姑娘请来了,希望她这次别再改签了,我们等得太久了。

这个冬天,烟台还没下过一场像样的雪,而北方地区却连篇累牍地下个没完。古人云:不患寡,而患不均。之于天气,是:患寡,更患不均。什么时候雪能够按需分配就完美了。这周弱冷空气开始烟台“五日游”,先把天空囫囵地“干洗”一遍,或许难以尽遂人愿;期盼周四周五能有一场大雪,争取再仔细地“水洗”一番。今天,风力减小,将出现阵雪;明天,最高温2℃。隐约听到老天爷自语,他说:哥也只能帮你们这么多了……能不能下场大雪还是那句话——看缘分。

## 家长寄语:

亲亲小福瑞,爸爸妈妈好爱你,愿你天天快乐,健康成长!



姓名: 昵称:福瑞 年龄:9个月 生日:正月初八

张宸睿 星座:双鱼座 爱好:吃东西、睡觉



本照片由读者提供

## 白话烟台

本期白话主持:  
于涛

无论你是久居胶东的“老烟台”还是初来乍到的“新烟台”,不懂白话还真少了很多“享受”。本报《聊天》版推出了“纸上烟台话四六级简易教程”——“白话烟台”,不妨练习舌头添些乐趣,邀您一起说烟台话、品胶东味。

## 烟台话

最近,有个网友发了个求助微博,惊动了素万网友和不少“大V”。他在微博来锁,为了“吓唬”不爱吃青菜的妹妹,样她在雾霾天儿多尺庆菜,希望得到网友们的自持,帮了她“圆谎”,在百度知道的“雾霾天多尺庆菜”提问里头回复“吃青菜”。“雾霾天多尺庆菜”一憋气儿被誉为“贼嘴心回复”。其四,食物吃下去四就进了消化道了,不可能直接把肺来的有害物质给“带出来”。咱得从雾霾的致病机理分析,其宗贼宗要的一点儿就四增加氧化应激森伤,而青菜宗富含维僧素C、类黄酮等种抗氧化物,有助于对抗这种反应。总而言之,多吃青菜吧!

物,有足于对抗介总反应,多了不锁,快多尺点庆菜吧。

## 白话词典

一憋气儿:一下子 森伤:损伤 贼嘴心:最暖心普通话

最近,某位网友的一条求助微博惊动了数万网友和不少“大V”。他在微博中说,为了“恐吓”不爱吃青菜的妹妹要在雾霾天多吃青菜,希望得到网友们的支持,帮助她“圆谎”,在百度知道的“雾霾天多吃青菜”提问中回复“吃青菜”。“雾霾天多吃青菜”一时间被誉为“最暖心回复”。其实,食物吃下去是进入消化道的,而不可能直接把肺里的有害物质“带出来”。我们从雾霾致病的机理分析,其中最重要的一点就是增加氧化应激损伤,而青菜中富含维僧素C、类黄酮等种抗氧化物,有助于对抗这种反应。总而言之,多吃青菜吧!

## 影讯

12月12日

星期四

鲁信影城

《无人区》

参考票价:50

导演:宁浩

主演:徐峥/余男/多布杰

类型:剧情/西部/犯罪

片长:120分钟

场次:9:40,12:00,13:20、14:20,15:30,16:40,18:20,19:20,20:40

《四大名捕2》3D

参考票价:60

导演:陈嘉上/秦小珍

主演:邓超/刘亦菲/邹兆龙

类型:动作/奇幻/悬疑/武侠

片长:120分钟

场次:10:20,12:30,13:40,14:40,16:20,17:30,20:05

## 彩票开奖

## 体彩

排列3第13338期中奖号码为:5、4、9。

排列5第13338期中奖号码为:5、4、9、2、6。

大乐透第13145期中奖号码为前区:02、13、15、18、20,后区:02、11。

## 福彩

23选5第2013W338期:04、12、14、17、18。

3D第2013D338期:5、1、7。

七乐彩第2013Q145期基本号码:02、07、09、15、19、21、28,特别号码:01。