

生活百味

五色营养羹



淡如水



今天搞一个五色营养羹,小米、南瓜、山药、燕麦、花生,250毫升的牛奶、250毫升的清水……妥妥进入破壁机。

白水煮蛋某人不爱,其实我知道他爱吃煎荷包蛋,倒不是我嫌麻烦,就是觉得水煮蛋更健康些。后来就搞个酱卤蛋,又好吃又减少油煎,两个人的口味都平衡了。

全麦鲜肉包,口感妥妥的,一人一个。迷你小青菜可好吃了,就是我“客气”了,让表姐少带一些,结果只够我吃两顿,下次直接说:来吧,量大也行!

前段时间没晒餐桌,有几个朋友圈好友私聊我,说少了“云”餐桌,她们动力不足,希望我继续推、尽量推,以促进她们紧紧跟上——比如戒懒觉、戒拖拉、戒凑合,说得我有点飘,幸亏楼上还有人家住着,不然直接起飞,不用开车,腾云驾雾就可以去上班了……

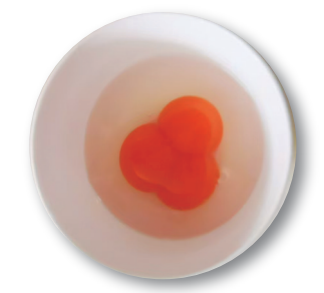
三黄蛋



微微一笑
很倾城

买鸭蛋时,发现其中一个蛋特别大,我怀疑是鹅蛋,卖蛋的大妈说,不可能,她家没有鹅,而且鹅蛋和鸭蛋不一样,她还是分得清的,那……可能就是双黄蛋吧?

没想到,磕开来一看,居然是三黄蛋,据说,鸡生三黄蛋的概率是万分之一,那鸭子呢?



老洒

老式自行车,俗称二八大杠。它的后座,上海人大多叫书包架,启海人大多叫衣包架。

顾名思义,衣包架是用来放置衣物、包裹等轻便物品的,但实际用场大得多。当年,用长方形衣包架运货,三四百斤一车没问题。椭圆形衣包架载人,也是惯常。二等车呢,一般用长方形衣包架,运货载人两便。

衣包架坐人,就是双档车了。二十世纪七八十年代的爱情故事,基本上都与双档车有关。小伙子骑上二八大杠,小姑娘坐上衣包架,几次走动下来,就结成美满姻缘了。其中,有个故事比较

双档车



精彩,至今仍为美谈。

启东某偏僻中学新分配来一批小伙子,风华正茂,且才华横溢。校领导一心要留住人才。某天宣布,下午第三节课后校门口集中,外出考察。小伙子个个兴高采烈,各式自行车擦得锃锃亮。考察目的地是地区医院,那里新分配来一批美女医护。第一次出访后,两个单位友好交流活动正常开展。有一名小伙子,每次出发都一马当先,自行车骑得看不见钢丝。一名女医生

跟他双档车,他速度太快,双双摔倒,从此两人结下不解之缘。很多年以后,故事的主人公成了校长、局长,还有人拿双档车跟他打趣。

如今,二八大杠少见,双档自行车更少见。有一天,老洒走在灵秀路上,一老头跨上二八大杠迎面骑来。后面跟一老太,紧走几步,噌地跳上衣包架。双档自行车稳稳当当前行。两位老人都七八十岁了,一个还骑得动,一个还跳得上。看着他们的背影,老洒有点小感动。

天生我车必有用

段,车流稀疏,没有隔离栏,我自由骑行,好不自在,过了一阵才反应过来我是在机动车道上,赶紧靠边。

后来,我有事要去一趟保险公司,这次我选了电动自行车。同样是因为便捷,路程有一段距离,走路有点远。电动车是全新的,以旧换新置换的。骑上新电动车,我有些陌生。一开始小心翼翼,总觉得“皮包铁”不那么安全。稍微骑了一阵,感觉就恢复了,在没人没车的非机动车道上,我把车速提到了最高。虽然仪表显示只有25码,我却体验到了飙车的感觉。电动车肯定被限速了,不然可以更快,但肯定风险更大。

最近,我又去了启唐城、圆陀角,开汽车是最合适的了。在刚刚获得时间自由的

这几天,虽然我不擅长开车,但起码可以说走就走。由于本身胆小又视力不好,我开车比较慢,因为自身原因限制了车速,也限制了目的地。

由使用不同的交通工具想开去,发现天生我车必有用。不同的车跟不同的人一样,各有优缺点。我们出行还有很多其他方式,步行、火车、高铁、飞机等,每一种都让我们看到不同的风景。人生旅途,有的像步行,一步一个脚印,积跬步可以至千里;有的像坐高铁,一日千里,而眼前风景一闪而过,错过太多;有的像坐飞机,身处云端,大地山川全在脚下,却不能忘了来时的路,平安着陆才安心。不管怎样,我们都要在自己的路上注意安全,能走多远就多远。

眼皮跳

那天下午,我忍不住去了医院,把症状和医生一说。医生说这不是大问题,也没有好的办法解决。看我疑惑的样子,她说:“眼皮跳是因为眼部肌肉不自主地收缩引起的症状,这也许是外部刺激引起的,比如喝酒、吹到冷风,或者长时间用眼、睡眠不足、精神紧张等因素会导致眼部肌肉疲劳,从而引发眼皮跳动。对于你这种间歇性的眼皮跳,不用过分担心,只要充分休息,消减压力,注意用眼健康,很快就会消失。”我听了

如释重负。

她停顿了一下又说道:“还有你不要老是想这个眼皮跳,你越在意,它越是跳得频繁。而你忙着工作时,注意力分散了,它反而没那么跳得欢了。”用心品味、细细琢磨医生的话,我觉得还真是有道理:你越是在意什么,什么就折磨你,你越是计较什么,什么就为难你,世上万事不可能都如意,只有遇事心宽,学会看淡放下,才能有好心情。真是跳跳小眼皮,人生大道理!

图说偶得

磨杵桥



丁维香

学校北边一所新建小学的大门前新修了一条马路,上面有一座小桥。每天开车上下班从桥上经过,一直都没留意它叫什么名字。今天停车下来细看,原来它叫“磨杵桥”。

“只要功夫深,铁杵磨成针”。每天上学、放学从桥上走过的孩子们会想起“铁杵磨针”的故事,明白只要有决心,肯下功夫,多么难的事情也能做成功的道理。日日提醒、督促自己努力学习,不可懈怠,更不能轻言放弃。

教育无处不在,潜移默化、润物无声胜过疾风骤雨、雷霆万钧。磨杵桥,一个有着深刻寓意的名字,设计者是用心的。



萌宠天地

汤姆猫的妖娆睡姿



李爱婷

老妈经常发汤姆猫蹲她头顶玩的图片给我看。今天发了一张汤姆猫睡觉图很有趣。

中华田园猫肚儿圆圆,直接爬到主人的大床上呼呼大睡了,姿势过于妖娆,把主人硬是逗笑拍图发圈了,我在底下回复:这厮,该不是食困症犯啦,抓老鼠的汤姆累了,小憩片刻再起来征战吧。

这只猫每天忙得很,抓黄鼠狼、老鼠。最近一年,汤姆猫抓来邀功的老鼠品种还真不一样,有的毛色发灰,嘴特别尖长;有的却憨憨的,毛色发黄,汤姆猫不管三七二十一统统抓在利爪下扑、咬、甩、摔,也不吞下,当战利品摆在主人脚下,还是心心念念着那口有滋有味的鲜鱼汤呢。

