1. 三鲜馄饨

学习目标： （1）介绍常州饮食的概况，感受常州饮食文化的鲜明特色；（2）让学生说说知道的常州饮食及其特点，讲讲自己知道的常州特色美食，教师介绍传统美食（图片展示），激发学生作进一步探究的兴趣。（3）亲自做一做，可以利用本校的另一校本课程——中西式点心（有实践工场），先利用多媒体展示这三个传统饮食的图片，在色彩上引起视觉的冲突，再展示点心老师事先做好的实物，切块品尝，在味觉上引起学生亲自做一做的欲望，增强学生的家乡自豪感。（4）比一比 “常州饮食知多少”：学生四人小组出有关“常州饮食”的题目，教师加以整合，班内比赛，评出一、二、三等奖。（5）想一想：如何才能把特产推销出去？

**说一说你所品尝到的三鲜混沌的特点？**

三鲜馄饨属于江南地区汉族名小吃，制作的主要原料是猪肉馅和虾仁、鸡蛋，故名三鲜。食时兑以鸡汤，口味极佳。工艺是拌，制作简单。历史记载古人有冬至吃馄饨去“混沌”之气的习俗。

### 材料

原料：鱼肉80克、虾仁80克、猪肉馅80克、薄的大馄饨皮240克、香菜1棵、葱1根

辅料：

(1)酒1茶匙、盐1茶匙、胡椒粉少许、香油1/2茶匙、蛋清1/2个、淀粉1/2茶匙

(2)高汤1碗、盐少许

### 方法

1 鱼肉剁碎；虾仁抽净泥肠，剁细 备用。

2 鱼末、虾泥与猪肉馅再剁细，然后加入调味料(1)做成馅料。

3 每张馄饨皮包入少许馅料，捏拢成官帽式馄饨，再放入开水中煮熟至浮起。

4 调味料(2)调匀后放碗内，再盛入煮好的馄饨，最后撒入洗净、切碎的香菜末、葱花即成。

**活动题：回家亲自做一做三鲜混沌。**