



跟我学手艺

为了让市民轻轻松松就能学到一门手艺,学会做一道特色美食私房菜,本报发起向广大市民征集民间特色小吃、风味菜、擀面条、热干面、美味腌菜、捏面人、修理等各行业特色手艺。如果您手中有“绝活”,又乐于传授,请拨打本报热线96678。同时,希望学习手艺、厨艺的读者,您也可以给我们打电话说说。

## 美味营养的水滑蛋 简单又好学

今天,市民王先生教我们做一道虾米水滑蛋。做法简单、快捷,很适合夏天的一道餐,超级营养,又好学哦。

水滑蛋是一道老少皆宜的家常菜,南方人喜欢称之为“蒸水蛋”,北方人则称为“鸡蛋羹”。一种口感胜似豆腐的美食,却比豆腐更具有香气,搭配不同的食材,更添别样风味呢。

做这道菜很简单,需要鸡蛋2个、冷水或温水(鸡蛋的2倍)、虾米少许、精盐适量、生抽适量、葱适量。

### 详细步骤:

首先把鸡蛋打进碗内,打散,加入精盐拌匀后,加入冷水打散泡,要顺着同一个方向不停地搅打,直至蛋液变得细滑。滤去表面浮泡后,静置5分钟,倒入容器内,中火入锅蒸3分钟后在表面撒上虾米,继续蒸4分钟关火。最后,撒上葱花盖上盖子一会儿,待葱半熟,淋下少许熟油及生抽。

需要提醒您的是,兑蛋液的水要用冷水,冷水蒸出的水蛋不会起疙瘩,热水容易把蛋液冲成蛋花儿,还可以往蛋液里加点水淀粉,会使蒸出的水蛋更加鲜嫩,虾米也可换成鲜虾、火腿、皮蛋等,同样美味。需要注意的是,蒸一会儿再撒虾米,因为蒸过的鸡蛋表面开始凝固,这时撒上虾米才不会下沉。



求助、换物、寻人、寻物等,请拨打

**96678**

你帮我 我帮你  
请找郑州晚报社区帮办:96678

不经意间,你的东西丢了;无意间,你的宠物走失;更意想不到的是,你的亲人走散了;或者你要寻找几十年没有联系的好友和曾经帮助过你的人;或者你要拿出自己的一件物品,与别人交换自己想要的物品;或者你有困难,急需得到帮助等,郑州晚报《社区帮办》栏目,将会献出无私的爱帮助你。

如果你是个爱心人士,捡到了别人的证件,可以拨打郑州晚报热线96678告诉我们,通过我们的《社区帮办》栏目,尽快联系失主,让他们减少损失和忧伤。

如果你要“求助、换物、寻物、寻人”等,请找郑州晚报社区帮办,热线96678随时等着你拨打。

### 失物招领

近日,市民闫女士在航海东路捡到杨帅的身份证,号码:412828199003053757,驾驶证,交通银行卡一张,闫女士电话:15690881851。

近日,市民许女士在健康路捡到方城孙晋的驾驶证,证件号码:411322198912270619,许女士电话:63969036。

近日,市民任先生在新郑机场丢了个车牌豫BSD286,没找到,捡到5个车牌,豫AG8095,豫A316WZ,豫A9938J,豫A680YE,豫GG8799,任先生电话:13253489188。

近日,公交三公司906路调度刘雅琴在公交车上捡到一张公交学生乘车卡,卡号为0702669067,电话:86020161。

近日,公交三公司111路车长李冬亮在公交车上捡到一张公交老年乘车卡,卡号为3644132022,电话:86020161。

近日,公交三公司82路调度吕广燕在公交车上捡到一张身份

证、一张中国农业银行卡、一张交通银行卡,姓名为姜琳洪,住址:郑州市金水区沙口路122号院1号楼62号,电话:86020161。

近日,市民孙先生捡到董泽宇的身份证,地址是东风路1号院17号楼11号,电话:13783616129。

近日,市民刘先生捡到吴常胜的房产证,地址是管城区东大街58号,电话:13700858342。

近日,市民徐先生在紫荆山路91号郑州银行商都支行捡到郭小芬的身份证,地址是中原区六厂东街6号楼附13号,徐先生电话:13949127685。

近日,市民冯先生在登封捡到李天福的残疾证、身份证,地址是涉村镇吴沟村,冯先生电话:13838225388。

近日,市民许先生在63路公交车上捡到阎雪娇的钱包,有身份证、银行卡,身份证号码是:410103198901130089,许先生电话:18037149139。

### 郭喜莲,回家吧 你的家人很想你



### 寻人启事 WITHOUT NOTICE



近日,家住商城路287号的姚先生来电,6月19日上午11点,他的老伴郭喜莲不见了,从公交公司监控看,郭喜莲从城东路商城路坐603路公交车走了就再没回来。

姚先生说,郭喜莲最近一两个月都比较抑郁,睡眠饮食都不太好,最近查出来血糖比较高,精神压力比较大,家人怀疑她有抑郁症,但也没去医院看过。

当天,他就和家人去报案,去社区看监控,她当天出去身穿红色短袖T恤,白裤子,手拿着自己做的灰色布包。

以前郭喜莲爱去外地找她的姐姐,家人去总站找过她,调了监控,但没发现任何信息。

如果您看到了郭喜莲,请与她的老伴姚先生联系,姚先生电话:13939070813。

两盒山药换物,位置在经一路与红专路北50米路东君悦城1号楼3302。尹女士 13333847730

九成新三轮变速自行车换七八岁孩子用的自行车。李女士 13838118263



### 晚报 进社区

## 走进惠济区刘寨街道办事处同乐社区 “小演员”们又唱又说 还客串了一把主持人

上周六下午,“郑州晚报和谐社区行”如约走进惠济区刘寨街道办事处的同乐社区。小小演员客串主持人,带领小伙伴演绎少儿节目;气球达人的另类“江南style”舞蹈萌态百出,嗨翻全场;6对港澳游大奖喜降同乐广场。

下午4点,天气炎热,不少提前到场的社区居民躲到了广场北边的树荫下,静静等待。广场上回旋着《郑州晚报社歌》。

4点半,河南知青文艺总团带来的开场舞《最炫民族风》拉开了活动的序幕。演员

郭新电和舞伴带来的双人舞《白狐》,一出场就赢得了大家的掌声。

跟随我们一起演出的还有社区居民以及特意赶过来参加我们活动的小朋友。

今年6岁的孙赵祥是和妈妈一起来现场参加活动的,他的一首《红星闪闪》响彻广场,再加上娴熟的表演动作,引得台下的观众纷纷举起手机拍照。唱完了,他又说了段快板。说完快板,他竟然介绍起自己的小伙伴,客串起了主持人,惹得阵阵掌声。

在后台最引人注目的要数穿着气球衣的男孩胡锦彪。小家伙今年9岁,这身“服装”是他爸爸胡耀辉花了两天做成的。“欧巴江南style”熟悉的动感乐曲响起,胡锦彪一下子被“点燃”,跳动起来,甚是可爱,引得台下观众纷纷“咔嚓”起来。

专门赶来参加节目的10岁小美女孙文锦打扮得特别漂亮,她演唱的《香魂女》选段一开腔就赢得了大家的掌声。

巩馨忆小朋友带来的歌曲《月亮花》、李佳谊跳的爵士舞等节目把气氛推向高潮。



郑州晚报记者 周雨 图