

北京市绿色印刷工程——优秀青少年读物绿色印刷示范项目

TONGZHUO  
YUANJIA

# 同桌吃货家

## 吃货课堂

CHIHUO  
KETANG

伍美珍 主创

Q弹果冻  
摇摇乐



北京出版集团公司 北京少年儿童出版社

TONGZHUO  
YUANJIA

# 同桌吃货家 吃货课堂

CHIHUO  
KETANG

伍美珍 主创

Q弹果冻  
摇摇乐



图书在版编目(CIP)数据

Q弹果冻摇摇乐 / 伍美珍主创. — 北京 : 北京少年儿童出版社, 2018. 2

(同桌冤家吃货课堂)

ISBN 978 - 7 - 5301 - 5358 - 1

I. ①Q… II. ①伍… III. ①儿童小说—长篇小说—中国—当代 IV. ①I287. 47

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第307826号

同桌冤家吃货课堂

Q弹果冻摇摇乐

Q TAN GUODONG YAOLIAOLE

伍美珍 主创

\*

北京出版集团公司 出版  
北京少年儿童出版社

(北京北三环中路6号)

邮政编码:100120

网 址 : [www . bph . com . cn](http://www.bph.com.cn)

北京出版集团公司总发行

新华书店经销

北京雁林吉兆印刷有限公司印刷

\*

830毫米×1320毫米 32开本 7.5印张 100千字

2018年2月第1版 2018年2月第1次印刷

ISBN 978 - 7 - 5301 - 5358 - 1

定价: 26.00元

如有印装质量问题, 由本社负责调换

质量监督电话: 010 - 58572393

## 目录

- **第一课**  
碧玉西瓜水晶球 ..... >1
- **第二课**  
“吸血鬼”的毛血旺盛宴 ..... >27
- **第三课**  
糖葫芦“仙丹”亮晶晶 ..... >53
- **第四课**  
幸福藏在奶酪里 ..... >85
- **第五课**  
泡菜偶像韩国出道 ..... >111



● **第六课**  
美味的武林火腿大侠 .....>135

● **第七课**  
拉面高手的江湖暗器 .....>133

● **第八课**  
Q弹果冻摇摇乐 .....>139

### 阳光家族吃货集结号

● 高冷文艺小吃货 (尹杭) .....>216

● 家乡的馄饨 (李思琪) .....>221

● 乐在DIY (丁真珍) .....>224

● 青石板路上的美味 (胡方宇) .....>229





## 课时教案

课 程

第一课 碧玉西瓜 水晶球

课堂重点

① 西瓜的营养 ② 西瓜的吃法

课堂难点

① 无籽西瓜 ② 挑西瓜的方法

课堂笑点

① 惜城解读西瓜诗 ② 西瓜涂的霜

备 注



## 运动会，西瓜味

运动场上，校运动会正如火如荼地进行着，兔子焦急地等在终点，同学们的呐喊声和冠军冲线的欢呼声，都没能缓解她的紧张。她紧紧盯着跑过来的选手，第二名冲线了，接着是第三名、第四名、第五名……

“累死啦！”咪咪第五个冲过终点。一跑完，她就冲向兔子，整个人瘫倒在兔子怀里。

“都叫你不要参加 800 米赛跑啦……”兔子给咪咪擦着汗，心疼地说。

事情的缘由要追溯到一个月前，校运动会报名期间。大家积极地报名参加各项运动，咪咪则坐在座位上一动不动。

惜城报名了跳高比赛，还不忘打趣咪咪：“咪咪，你还没决定吗？是报 800 米还是 100 米？”

“这……”咪咪躲开惜城的目光，“我不太擅长体

育……”

“那怎么行呢？你不是总说自己胖吗，**运动起来才能减肥呀。**”惜城又忍不住挖苦咪咪了。

阿呆看不下去了，站出来维护同桌：“咪咪哪里胖了啊？她根本就不需要减肥！”

没想到，咪咪这时赌气站了起来，脸颊鼓鼓的，对着讲台上统计报名的班长兔子喊：“**我要报名800米！**”







她这一喊，把阿呆和惜城都惊呆了，连兔子都惊讶得停下手中的笔，愣愣地望着咪咪：“800米？你确定？”

“哎呀，咪咪，不要冲动，”阿呆着急了，“你身体那么弱，会跑虚脱的！”

咪咪已经铁了心，噘着嘴对惜城说：“哼！我就要跑，我跑给你看看！”

从此，每天放学后，咪咪都到操场上去练习跑步，阿呆、惜城和兔子站在操场边，眼看着她从跑两步就气喘吁吁，到渐渐能跑完一圈再休息，再到能一口气跑完800米……随着锻炼，咪咪整个人都瘦了一圈，体质也变好了，不像以前那么容易感冒了。

校运动会终于来临了。作为后勤组的老大，兔子既不担心跳高的惜城，也不担心投铅球的阿呆，她最放心不下的，就是要与各位“高手”赛跑的咪咪啦！

还好，虽然只跑了第五名，但咪咪坚持了下来，这就是胜利！只不过，她看上去又渴又累，兔子可心疼了，





赶快把咪咪带到休息处，给她端来一大块西瓜。

甜美多汁、清凉解渴的西瓜一下肚，咪咪就觉得疲劳一下都飞走了！

“太好吃了！”咪咪笑着说，“我还要再吃一块！”

“给我留一块！”惜城大叫着跑过来，从兔子手里夺过西瓜，一口咬下去，西瓜汁溅得满脸都是，他也不在意。

兔子哭笑不得：“还多着呢，抢什么呀。”

“我跟你们说，”惜城擦了一把嘴，“我得了跳高小组赛的第五名哦！”

“我也跑了第五名呢！”咪咪高兴地说，“可惜没有进决赛。”

**“我进铅球决赛啦！”**阿呆快活地跑了过来。他的运动服都被汗浸湿了。





“恭喜恭喜，来块西瓜吧！”惜城招呼阿呆。

阿呆根本不用惜城提醒，一走进休息区，就马上抱起最大块的西瓜，大口大口地啃起来！



### 最“水”的水果

“哎呀，这么多西瓜呀，我也来一块！”

有美味的地方，就有唐堂的存在！他脖子上挂着哨子，不知道刚当完哪场比赛的裁判，就来混吃混喝了。

“唐堂老师，这些西瓜是给运动员们准备的。”兔子不满地说。

“我当裁判也很辛苦嘛！小朋友打篮球啊，很多犯规的，我含着哨子吹吹吹，吹得喉咙都干啦！”唐堂委屈地说道，“**班长大人，给我一块西瓜吃吧！**”

看着唐堂这奋力“卖萌”的模样，惜呆兔咪都忍不住笑了起来。





“好吧，”兔子“大发慈悲”地递给他一块西瓜说，“不过，这西瓜你可不能白吃，你得给我们说说，为什么夏天大家要吃西瓜呢。”

“没问题！等我先吃完啊……”唐堂吃得两颊鼓鼓的，说，“哎呀，真是比喝汽水还过瘾！”

“看唐堂老师吃得这么香，我再来一块！”阿呆宣布。

“我看你就只是想吃而已吧！”咪咪无情地戳穿了他。





“唐堂老师，”兔子有问题，“为什么西瓜这么解渴呢？”

“因为它的**水分含量高**啊！”唐堂吃完了，满足地拍了拍肚子，“西瓜的含水量高达96%，也就是说，如果把西瓜切成100块，其中96块都是水！算得上是最‘水’的水果啦。”



“既然如此，那**为什么不叫‘水瓜’**，而叫‘西瓜’呢？”惜城还是那么淘气。

这题可没难倒唐堂，只见他摸了摸胡子，朗声回答：“因为我国古代，原本是没有西瓜的。后来，西瓜沿着丝绸之路，从西域传到了我们这里。**因为是从西方来的，所以大家就叫它‘西瓜’啦！**”

“什么嘛，”咪咪失望地说，“原来西瓜不是我们国家的特产呀。”



## 民族英雄的西瓜诗

“西瓜虽然不是我们国家的‘原住果’，但是古往今来，一直受到人们的喜爱，大家还给西瓜起了好多别称呢，刚才惜城说的‘水瓜’，就是西瓜诸多别称中的一个。”唐堂笑着说，“大家要不要猜猜，西瓜还有什么别称呀？”

“这还不简单，”惜城自信满满地说，“起别称我最拿手了！西瓜那么绿，那么圆，就叫‘绿皮球’准没错！”

“古人哪会起那么**难听**的外号啊！”兔子鄙视地看了惜城一眼，“我觉得，古人那么高雅，应该叫它‘绿宝石’。”

“我，我想不出来……”咪咪惭愧地说，“你们的想象力都太丰富了。”

“哎呀，不就是吃个西瓜嘛，”阿呆不以为然地说，“起那么多漂亮的名字有啥用啊！”



唐堂大笑道：“好吧，我还是揭晓谜底吧！古人给西瓜起的名字有‘寒瓜’‘青门绿玉’，等等。最有名的别称，则出自文天祥写的《西瓜诗》。”

“咦，文天祥不是一代名臣吗？”兔子很快想起来，“‘人生自古谁无死，留取丹心照汗青。’这首诗我很喜欢呢！原来他还写过《西瓜诗》啊。”

“哎呀兔子，这你就不懂啦！”惜城眉飞色舞地说，“丹心就是西瓜的红肉，汗青就是西瓜的绿皮，‘留取丹心照汗青’是一首不折不扣的《西瓜诗》啊！”

“啊？真的吗？”阿呆居然相信了，“惜城你好厉害哦！”

“他厉害才怪！”兔子扬起拳头，“惜城，你再胡说八道，我可就要揍你了！”

“救命啊！今天是运动会啊，你可不能殴打运动员啊！”惜城怪叫着，躲到了唐堂的身后。

“我都听糊涂了，”咪咪认真地看着唐堂，“老师，文天祥写的《西瓜诗》，到底是什么呀？”





唐堂一边把惜城从身后“揪”出来，一边说：“除了刚才兔子说的那首诗，文天祥还写了很多诗呀，比如这首《西瓜诗》。在诗里，他把西瓜写成‘千点红樱桃，一团黄水晶’，是不是很美呢？”

“把西瓜叫成‘红樱桃’我倒  
是能理解，”兔子点着头说，“因为瓜瓤是红色的嘛！可是‘黄水晶’又是什么？”

“这你都不知道？”惜城跳起来，“就是黄西瓜啊！难道你没吃过？”

### 黄西瓜和无籽瓜



“我当然吃过黄西瓜啊！”兔子不服气地说，“只不过我没想到，古代也有黄西瓜嘛。”







“很多同学都有这种误解，”唐堂说，“其实，黄西瓜啊，古代就有咯！浙江平湖就出产著名的黄西瓜，据说连**乾隆皇帝都特别爱吃**呢！”



唐堂说着说着，心生向往，连阿呆都看出来。他不留情面地戳穿唐堂：“唐堂老师，你是不是突然特别想吃黄西瓜？你的口水都快流下来啦！不是才刚吃过西瓜吗？可别太贪心哦。”

唐堂不好意思地推了推眼镜：“因为**黄瓤的西瓜含糖量更高，所以更甜一点嘛……**”

咪咪温柔地说：“等运动会开完了，我们请老师吃黄西瓜吧！”

“那怎么行！”唐堂连连摆手，“应该是我请学生才对啊。”

惜城太大咧咧地坐着，趁机说：“既然唐堂老师这

