

名师抖课堂 / 8



本期名师:金立新

中国元老级烹饪大师,名人堂导师,从事烹饪工作已六十多年。辽宁省烹饪协会顾问,辽宁省饭店协会顾问,全国首批高级技师,中国烹饪大师。

栏目主持人:李振村

吃个蒸酿苦瓜 再来盘儿虾皮烧茼蒿

夏至菜肴最好苦一些咸一点儿

蒸酿苦瓜

原料:

苦瓜两条,猪肉馅100克,水发香菇末15克。葱花、姜末、盐、油、鸡精等适量。

做法:

先将苦瓜切去两头,去净籽,切成一厘米高的圈型摆在盘中备用。

然后将肉馅加适量盐,加40克水用筷子顺一个方向搅上劲,再放入香菇、葱、姜和少许油,拌均后分别放在苦瓜圈内抹成凸起圆形,放在笼屉上用大火蒸3至4分钟取出。

再将盘中蒸出的汤倒入炒勺中加盐、鸡精调好口味,淋少许米汤状芡,再淋上少许油

浇在苦瓜上即成。

特点:

清脆鲜美,祛热,解暑。

虾皮烧茼蒿

原料:虾皮10克,净茼蒿400克,葱花、姜末、蒜片、油、盐、料酒、胡椒粉等适量。

做法:

先将净茼蒿切条,放在加一点儿盐和几滴油的开水中略烫后捞出。然后将炒锅放适量油,烧热放入虾皮、葱、姜、蒜炒出香味,再放入茼蒿条,烹入料酒,加盐、胡椒粉、鸡精等调味品烧透,倒在盘中即成。

特点:

清脆咸鲜,补钙、利尿。

学新词

“破防”之后期待“开挂”

最近,在某些新闻事件的评论区,常常能看到有网友留言“破防了”,“破防”到底是什么意思呢?其实就是表达一种“心理防线被突破”“被击中内心最敏感的地方”等类似的心理状态。

的,破防开始在网络流行,在互联网环境下,破防用来表达一种心情,其突破的不是装备或者技能的防御,而是人的心理防御。

比如看到一些悲伤的事,可以用“我破防了”来表达自己心酸的心情;看到某些情侣秀恩爱,单身的人也可以用“破防”来表达自己受到的暴击;一些粉丝看到偶像宣布恋爱,或者发现自己追了多年的CP竟然是假的,也可以用“破防”来表达崩溃、失望的心情。反正在网络环境下,“破防”被引申成了各种极致心理状态的表达。

实际上,从游戏界来的流行语相当不少,除了“破防”,像“PK”“秒杀”“开挂”等词语,都是来自游戏。

“PK”全称 player killing,意为游戏玩家所

控制的角色在游戏中互相杀害的行为,后来也指玩家角色之间的决斗,尤指一对一的决斗。PK第一次进入现实世界要拜选秀节目所赐。2004年《超级女声》首先把PK这个词引入,从此PK就成了对抗的代名词。

很多人对“秒杀”的认知也是来源于网购,在网络上抢购东西时拼的就是手速,一些网络竞拍,往往上架就被抢购一空,有时只用一秒钟,也被称为“秒杀”。“秒杀”最早出自游戏,在游戏中,瞬间击倒对手被称为“秒”“秒杀”。

在网络上,“开挂”指发挥超出常规水准、让人震惊,也可做“作弊”使用。“开挂”一词来源于“外挂”,外挂,原指非官方发布的,用于“帮助”玩家进行游戏的程序。因其装载在游戏之外被形象地称为“外挂”。外挂轻则可以使游戏加

速,角色获得额外奖励,重则可使玩家角色在游戏中所向披靡。外挂是一种作弊行为,严重影响游戏环境的公平,大幅降低游戏的可玩性,所以其从来都是官方封杀的重点。

栏目主持人:张铂



参加老学堂活动请扫二维码

沈阳市信息工程学校2021年招生计划



五年全日制大专(3+2)招生计划
辽宁省信息技术职教品牌
中高职连读,12个专业560人计划等着你!
就业升学兼顾、学历一步到位!

农村户口及困难家庭免学费

学校品牌:沈阳市教育局直属中等职业学校(公办)、国家中等职业教育改革发展示范校、国家级重点中等职业学校、全国职业教育先进单位、国家级信息产业公共实训基地、辽宁省电子信息技术公共实训基地

学校简介:沈阳市信息工程学校与省内排名前十的四所公办全日制高职院校,即辽宁省交通高等专科学校、辽宁机电职业技术学院、辽宁职业学院、辽宁生态工程职业学院开展“3+2”人才培养模式的联合办学,紧紧围绕现代信息技术、智能制造等国家紧缺型热点产业群,开设12个五年制高职专业,构建学生成才升学立交桥。所设专业具有就业前景广,发展潜力大,技术含量高、职业生涯长、市场需求旺的特点。学校誉为信息技术和智能制造人才培养的摇篮。

“3+2”解读:初中起点五年制高职(“3+2”模式)是高等职业教育的一种形式,由重点中职学校和高等职业技术学院经省教育厅批准,联合招收应届初中毕业生。中职学制三年,中职毕业后免试进入对接的高职院校学习二年,毕业颁发全国普通高等学校五年一贯制专科毕业

证书。“3+2”模式通过课程改革,促进中高职深层次衔接,既保证了高等教育的文化素质要求,又达到了国际上培养同类人才专业技术课程有效学时三年以上的要求。

【报名须知】

◆**报名条件:**(1)“3+2”在辽宁省范围内招生,各市均可报考;(2)应届初中毕业生、网上面试合格,参加辽宁省内中考;(3)登陆省招办网站,填报志愿,详情可致电咨询。

◆**收费标准:**1.五年制高职:前三年每年学费2400元,后两年按照高职院校标准收费;2.住宿费:每年600元,后两年按照高职院校标准收费。

◆**助学政策:**1.农村(含县镇非农)户籍免除前三年学费;

2.城市、农村低保(低保边缘)学生免除学费,并可享受国家助学金2000元/年,共两年。

注:以上优惠政策以当年国家、省、市政策为准。

学校地址:沈阳市沈北新区蒲河路91号

乘车路线:地铁2号线(沈阳北站)-航空航天大学-182路(信息工程学校南门站)

学校官网:www.syjjsj.com

微信公众号:

sysxxgcxx

抖音公众号:

sysxxgcxx

快手公众号:

sysxxgcxx

招生热线:

024-86844878

024-86848568



学校二维码



2021年五年制大专“3+2”招生计划

序号	报考高职3+2专业名称	对应中职专业	升学院校
01	计算机应用技术	计算机应用	辽宁生态工程职业学院
02	建筑工程技术	工艺美术(建筑装饰设计)	
03	电子商务	电子商务	辽宁职业学院
04	电子商务	电子商务	
05	电子信息工程技术	电子技术应用(电子信息技术)	辽宁机电职业技术学院
06	动漫制作技术	动漫与游戏设计	
07	工业机器人技术	工业机器人技术应用	
08	软件技术	软件与信息服务	
09	数字媒体技术	计算机平面设计	
10	智能制造装备技术	电梯安装与维修保养	
11	物联网应用技术	物联网技术应用	
12	计算机网络技术	物联网技术应用	
13	计算机网络技术	计算机网络技术(网络信息安全)	辽宁省交通高等专科学校
14	应用电子技术	电子技术应用(3D激光技术)	

(最终招生专业及人数以市教育局正式公布计划为准)