# 最新谈谈美食三分钟说话稿(优质15篇)

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2024-08-14

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。谈谈美食三分钟说...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**谈谈美食三分钟说话稿篇一**

对美食，我没有多大的研究。我的炒菜技术不高，在家里也帮不了爸妈多大的忙。但是，对“糯火肥肠”这道菜，我有一定的研究。

“糯米肥肠”，可想而知，“糯米”和“肥肠”是其中的两大主料。肥肠尽量要用大点的。肥肠在炒之前要用清水浸泡，放些醋、咸或盐，用高压锅压十十分钟，那样腥味就会被除去，肥肠也煮熟了。糯米在煮之前浸泡一小时，然后在锅内蒸半小时。

肥肠切成两公分左右比较合适，然后准备下锅，锅里汕要多放点，因为糯米本身也要吃油。油温八成热，把生姜片放入，再放点盐，使生姜的香味容易出来。然后放入肥肠。把肥肠炒上三分钟，然后盛到盘子里，锅里的底油先不要倒出来。

然后再把干辣椒和大蒜放在肥肠上，洒点米洒酒那样会更香。如果没有米酒，可以放白酒。再话点酱油。这些弄好之后，把底油浇上去，再把浇的\'底油倒入锅中，那样，就会更入味。锅里的底油用来炒糯米，这时候要把火锅小一点，那样才不会把糯米烧焦。把锅里的糯米找散，在米中加点盐，再把肥肠倒入锅中，一起翻炒。加入鸡精，放入香葱。最后就可以出锅了。一盘色香味俱全的糯米肥肠就这样出来了。

**谈谈美食三分钟说话稿篇二**

每个到北京旅游的人，都会到全聚德烤鸭店，去吃烤鸭，因为那里的烤鸭是北京最负盛名的美食。

我和爸爸妈妈也不例外，晚上，我们来到全聚德烤鸭店，美美地吃上一顿烤鸭。

我们刚走进烤鸭店，一股烤鸭的香味扑鼻而来，闻得我口水都要流出来了。终于，烤鸭上桌了，我迫不及待地拿起一张饼，挑了一块最大的鸭肉，包在饼里面，卷呀卷，一会儿，烤鸭饼做好了。我张开大嘴，啊呜、啊呜吃起来，真是味道好极了!

全聚德烤鸭真是太好吃了，不信，你们也去尝一尝吧!

**谈谈美食三分钟说话稿篇三**

嗨，朋友们，在你们的眼里，什么是美食呢？我想，大家一定觉得kfc、麦当劳里的东西最好吃啦！的确，那些食物的味道真的是很好吃呢，呵呵——说实话，我也这么觉得，过一阵不吃就会挺想的呢！这些食物是挺美味的，可是，你们想过，它们营养吗？嗯！回答是肯定的：没营养！它们可都是垃圾食品！

我们都爱吃的这些垃圾食品，全是没有营养价值的食物，那我们为什么还要把这些当成美食经常吃进我们的肚子里？！这个暑假里，我经常看中央科教频道的《健康之路》节目，越看我越觉得，吃真正的\'营养又美味的食物对自己的身体是如何的重要。有个健康的身体，我们才可以尽情地玩耍、高兴地嬉戏、努力地学习呀！所以，我觉得，真正的美食应该是营养又美味的东西，而这样的食物其实生活中也有很多。爸爸妈妈们其实只要用这些东西按着孩子们的口味来做，或在自己的拿手菜里加上些含有丰富营养的东西，也许就能做出真正的营养美食来了！

现在，让我们只要牢牢记住一点，那就是：注重吃对身体健康有益的营养美食才是真道理哦！

**谈谈美食三分钟说话稿篇四**

对美食，我没有多大的研究。我的炒菜技术不高，在家里也帮不了爸妈多大的.忙。但是，对“糯火肥肠”这道菜，我有一定的研究。

“糯米肥肠”，可想而知，“糯米”和“肥肠”是其中的两大主料。肥肠尽量要用大点的。肥肠在炒之前要用清水浸泡，放些醋、咸或盐，用高压锅压十十分钟，那样腥味就会被除去，肥肠也煮熟了。糯米在煮之前浸泡一小时，然后在锅内蒸半小时。

肥肠切成两公分左右比较合适，然后准备下锅，锅里汕要多放点，因为糯米本身也要吃油。油温八成热，把生姜片放入，再放点盐，使生姜的香味容易出来。然后放入肥肠。把肥肠炒上三分钟，然后盛到盘子里，锅里的底油先不要倒出来。

然后再把干辣椒和大蒜放在肥肠上，洒点米洒酒那样会更香。如果没有米酒，可以放白酒。再话点酱油。这些弄好之后，把底油浇上去，再把浇的底油倒入锅中，那样，就会更入味。锅里的底油用来炒糯米，这时候要把火锅小一点，那样才不会把糯米烧焦。把锅里的糯米找散，在米中加点盐，再把肥肠倒入锅中，一起翻炒。加入鸡精，放入香葱。最后就可以出锅了。一盘色香味俱全的糯米肥肠就这样出来了。

**谈谈美食三分钟说话稿篇五**

大家好!

俗话说“民以食为天”，几乎每个地方都有自己的特色美食。今天，我就向大家介绍一道我们家乡的美食——开封灌汤包。

开封灌汤包原为宋朝皇家御用美食，流传至今已有百年历史，它风味独特，是开封的美食之一。开封灌汤包不仅味道鲜美，而且制作方法也很简单。首先，将猪肉绞成馅，放入盆内，再加入酱油、料酒、姜末、味精、盐搅拌。接下来和面，将面揉的不软不硬，光滑不粘手。然后，待面发开后，切成一个个的面剂，开始擀皮。擀皮是很有讲究的，擀好的面皮周围要薄一些，中间略厚一点。这样，汤包既能皮薄如纸，又不会破馅。万事具备，就开始包包子了!这一步很关键，不仅要掌握好肉馅的比例，而且还要在包子里加入些已经冻好的肉冻。正宗的开封灌汤包的包子皮上要捏制30道绉折，并且要求纤巧匀称。搁在白瓷盘上看，就像一朵朵丰满圆润、千瓣紧裹、含苞欲开的白菊。最后一步，就是上笼蒸制了，蒸大约10分钟就可以出锅了!

蒸熟的汤包端上来，热气腾腾，雪白晶亮。抬箸夹起来，饱满的像盏小灯笼，隐约可见里面汤汁摇动。有一种吹弹就破的柔滑，不要说吃了，看着就是一种美的享受。对着一个个晶亮剔透的汤包，你可千万不要急着下口，否则热热浓浓的汤汁可要溅你一身。正确的方法是轻轻提起汤包上面的折皱、细细地咬上一小口，拌着扑鼻香味，徐徐地吸吮粉红色的汤汁，顿觉唇齿留香。这时，你再慢慢的品尝汤包，浓香的肉馅配上筋道的包皮，令你食欲大增。开封灌汤包不仅营养高，而且脂肪含量低，健康不发胖!

看了我的介绍，相信你早就坐不住了吧!还等什么，按照我介绍的办法，自己亲自做一次开封灌汤包吧!

谢谢大家!

**谈谈美食三分钟说话稿篇六**

大家好！

关于“佛跳墙”这个名字还有一个小故事：清朝某寺院旁有一个聚春园酒家，一天大厨用山珍海味秘制的一道菜，做完时香传十里，禅僧闻得其香，竟不顾佛门戒律，放下木鱼，越墙前来觅食。故得其美名。

刚开始，我还不相信这个故事，可亲自品尝后才有所体会。有一次爷爷生日，我们到位于东街口的聚春园吃饭，爸爸特地点了佛跳墙，不一会儿，一个大坛子端了上来，服务员刚打开盖子，浓香四溢，久久没有散去。

我不禁产生疑问：“这是用什么时候东西做的？一问才知道，原来是用鱼翅、海参、鲍鱼、干贝、火腿、鸡鸭、羊等十几种食材做主料，加之花菰、冬笋、绍酒、桂皮、姜片、白萝卜为辅料，经过蒸、炸、泡等几种方法烹制，封贮于坛中，食前用谷糠皮文火煨热，启坛时香传十里。我的天哪！这么多种食材，这么多道程序，我可要好好品尝一下闽菜的头把交椅——佛跳墙。

我连忙用勺子舀了一碗，鱼翅入口滑嫩，海参有嚼头……吃完后口齿留香，回味无穷，难怪寺中和尚越墙觅食。也难怪佛跳墙扬名海内外，来福州的中外游客，无不以品尝“佛跳墙”为乐。

今天的家乡美食，都要归功于家乡的先人，如果没有他们闽菜能成为中国八大菜系之一吗？所以，爱家乡的美食，也要爱家乡，多了解家乡！

谢谢大家！

**谈谈美食三分钟说话稿篇七**

大家好!

随着生活水平的提高，人们对吃越来越讲究了。大家已经不再满足于吃饱，而是要吃好。于是对食物的色、香、味儿的\'追求提高了，食物也随之改称为美食了。

我却认为美食究竟美还是不美，不能只看色、香、味儿，而是更应该注重其安全性和营养价值，同时要兼顾其营养成分的全面性与均衡性。

有人常吃路边的烧烤，认为这就是一种美食。可我不喜欢这种所谓的美食，因为我担心不卫生。网上说烧烤中含有亚硝酸盐、樱树油等。

也有人把膨化食品作为美食，而我却从来不吃。因为我听说其中含有危害健康的物质。网上说膨化食品通常含铅量比较高。铅能造成说注意力低下、记忆力差、多动，另外容易冲动、爱发脾气等等。

我向来对美食没有研究，我的饮食都是由我爱人来料理。她总是让我吃的东西不重样儿。每顿饭都做到有饭，有咸菜，有炖菜或汤。她做馒头时会同时用两种面，里面加上豆沙馅儿，外面再加上一个大红枣儿。我觉得这就是美食，吃得放心。煮饭或熬粥时，她会加入燕麦，桂圆，她还会粗粮、细粮间隔着使用。这样一来，营养比较全面。我认为这也是一种美食。

总之，我觉得对美食的追求应该多注意安全性和营养价值，注意食用方法的科学合理，决不能甜了嘴，却伤了身。

谢谢大家!

**谈谈美食三分钟说话稿篇八**

大家好!

我来谈谈自己家乡的美食吧。我是一名客家人，客家美食有很多，如酿豆腐、酿苦瓜、盐焗鸡等等。

客家地区最有名的美食是酿豆腐。每到春节、端午节、中秋节等重要节日时，酿豆腐是客家人必不可少的一道菜。相信很多人都吃过酿豆腐，但是，如果不是在客家地区，恐怕很难能够吃上正宗的酿豆腐。人们在城市餐厅里点的酿豆腐往往是不正宗的。为什么这么说呢?因为商家为了节约成本，往往随便把肉馅塞进豆腐里。这样就吃不出香脆的味道。因为酿豆腐是非常讲究手艺的，而且消耗的时间也比较长。来说说酿豆腐的过程吧。

首先，要把一块方形的豆腐分成两小块。接着还要准备好肉馅。肉馅通常由五花肉、香菇、葱等组成。把这些材料放进一个盘子里不断搅和，最终才能形成像样的肉馅。豆腐、肉馅都准备好了，接着才是重头戏。用筷子把豆腐挖一个坑，然后把肉馅夹进豆腐坑里。这看起来简单，做起来还真不容易。用力过大会把豆腐坑弄穿，肉馅也就掉了。太过温柔的话，不仅很难把肉馅塞进去，而且又浪费时间。所以说，酿豆腐这道手艺是非常有讲究的。别看它麻烦，正宗的酿豆腐可好吃了。这绝对算得上是我家乡的特色美食。

当然，除了酿豆腐，酿苦瓜和盐焗鸡也很有名。比起酿豆腐，酿苦瓜相对来说会简单一些。通常在端午节的时候会吃酿苦瓜。至于盐焗鸡，在老家算不上逢年过节的必备佳肴，但正宗的盐焗鸡还是非常爽口的。

吃过这么多的美食，慢慢地，我发现：美食不仅仅是菜肴，同时也是一种文化。

谢谢大家!

**谈谈美食三分钟说话稿篇九**

我的家乡盐城有许多特产：那里有阜宁大糕、伍佑醉螺、伍佑糖麻花、大纵湖的螃蟹、建湖藕粉圆、秦南水牛肉、滨海香肠、东台鱼汤面……爸爸妈妈跟我说我们家以前属伍佑镇，现在划在城南新区，下面我来和你介绍伍佑醉螺和伍佑糖麻花。

伍佑醉螺是伍佑镇特产，选用海滩中的泥螺腌制而成，明代民间早已有制作。每年夏季选取产自滩涂上的个大、肉厚、不淀沙的鲜泥螺，经清水浸泡后加入曲酒、白砂糖等拌和，每天搅动，持续七天方可食用。其特点是壳软透明、酒香浓郁、咸甜适度、细嫩鲜美，为佐酒佳肴。装坛密封后不变质，一年后启封坛口仍是香味扑鼻，1982年被国家旅游局列为土特产之一。

伍佑糖麻花是伍佑镇风味名点，因坯形如绳，俗称油绳。相传有200多年的历史，清乾隆皇帝下江南路过淮安府时，盐城县令曾以此进贡，大获赞许。由于用料讲究、工艺求精，素以香、甜、酥、脆而闻名。加之状如双龙盘旋、小巧玲珑、色泽赤红鲜亮、入口油而不腻，甜中有香，成为居家、旅游、馈赠佳品。

看，这就是我的家乡——盐城，有许多美味的食品，你觉得很美很好，对吧！

**谈谈美食三分钟说话稿篇十**

大家好！

我来谈谈自己家乡的美食吧。我是一名客家人，客家美食有很多，如酿豆腐、酿苦瓜、盐焗鸡等等。

客家地区最有名的美食是酿豆腐。每到春节、端午节、中秋节等重要节日时，酿豆腐是客家人必不可少的一道菜。相信很多人都吃过酿豆腐，但是，如果不是在客家地区，恐怕很难能够吃上正宗的酿豆腐。人们在城市餐厅里点的酿豆腐往往是不正宗的。为什么这么说呢？因为商家为了节约成本，往往随便把肉馅塞进豆腐里。这样就吃不出香脆的味道。因为酿豆腐是非常讲究手艺的，而且消耗的时间也比较长。来说说酿豆腐的过程吧。

首先，要把一块方形的豆腐分成两小块。接着还要准备好肉馅。肉馅通常由五花肉、香菇、葱等组成。把这些材料放进一个盘子里不断搅和，最终才能形成像样的肉馅。豆腐、肉馅都准备好了，接着才是重头戏。用筷子把豆腐挖一个坑，然后把肉馅夹进豆腐坑里。这看起来简单，做起来还真不容易。用力过大会把豆腐坑弄穿，肉馅也就掉了。太过温柔的话，不仅很难把肉馅塞进去，而且又浪费时间。所以说，酿豆腐这道手艺是非常有讲究的。别看它麻烦，正宗的酿豆腐可好吃了。这绝对算得上是我家乡的特色美食。

当然，除了酿豆腐，酿苦瓜和盐焗鸡也很有名。比起酿豆腐，酿苦瓜相对来说会简单一些。通常在端午节的时候会吃酿苦瓜。至于盐焗鸡，在老家算不上逢年过节的必备佳肴，但正宗的盐焗鸡还是非常爽口的。

吃过这么多的美食，慢慢地，我发现：美食不仅仅是菜肴，同时也是一种文化。

谢谢大家！

**谈谈美食三分钟说话稿篇十一**

说起家乡江西的美食，那可真是数不胜数啊!板鸭、酱鸭肾、炸肉丸、腊肉腊鱼、炸鱼腐、肉蒸粉……都是江西人过年必备的食物，这其中，我最爱吃的就是鱼腐了。

据史书记载，江西鱼腐史称“皱纱”，起源于元朝大德年间，经过700多年的发展，“皱纱鱼腐”已成为极富江西地方特色的一道菜，特别在赣南地区。人们常常把它作为宴席必备的压轴菜，以祈求合家团圆，幸福美满。

春节前，我作为妈妈的助手，真真切切地体验了一回做“大厨”的感觉，做的，就是鱼腐。

万事俱备，只欠上锅。4斤食用油下锅温度达到沸点时，我把鱼肉握在手心里，挤出一个小圆球，用小调羹轻轻一铲，“扑通”一声滑入油锅，只需要七八秒钟，鱼腐便“仰泳”在那油面上，三分钟后，我抄起网勺，将鱼腐们全翻了个身子。哦，白色的“鹅卵石”渐渐变成了一个个金灿灿的小金球，身价顿时翻了好几倍呢!

嘿嘿，写到这里你是不是口水已是淹了太平洋呢?哈哈，别急别急，我家乡还有许多美味等着我介绍给你呢!

**谈谈美食三分钟说话稿篇十二**

对美食，我没有多大的研究。我的炒菜技术不高，在家里也帮不了爸妈多大的忙。可是，对“糯火肥肠”这道菜，我有必须的研究。

“糯米肥肠”，可想而知，“糯米”和“肥肠”是其中的两大主料。肥肠尽量要用大点的。肥肠在炒之前要用清水浸泡，放些醋、咸或盐，用高压锅压十十分钟，那样腥味就会被除去，肥肠也煮熟了。糯米在煮之前浸泡一小时，然后在锅内蒸半小时。

肥肠切成两公分左右比较适宜，然后准备下锅，锅里汕要多放点，因为糯米本身也要吃油。油温八成热，把生姜片放入，再放点盐，使生姜的香味容易出来。然后放入肥肠。把肥肠炒上三分钟，然后盛到盘子里，锅里的底油先不要倒出来。

然后再把干辣椒和大蒜放在肥肠上，洒点米洒酒那样会更香。如果没有米酒，能够放白酒。再话点酱油。这些弄好之后，把底油浇上去，再把浇的底油倒入锅中，那样，就会更入味。锅里的底油用来炒糯米，这时候要把火锅小一点，那样才不会把糯米烧焦。把锅里的糯米找散，在米中加点盐，再把肥肠倒入锅中，一齐翻炒。加入鸡精，放入香葱。最终就能够出锅了。一盘色香味俱全的糯米肥肠就这样出来了。

**谈谈美食三分钟说话稿篇十三**

蛋，牛排，意面，洋葱，醇香的咖啡，浓浓的汤汁，美味的香肠，还有脆脆的面包爽口的水果，怎么样，流口水了吗?这些美食，今天晚上被我在“欧香牛排”一网打尽了!

看，服务员先端来了嘎嘣脆的面包，还带着微微的温热，一咬下去，就会发出“嘎嘣”的声音，味道好极了。

接着，服务员端来了浓汤，它和我平时喝的浓汤完全不一样，浓浓的玉米味里还有淡淡的牛奶味，最特别的是上面还裹着一层面包皮，不知道的人还以为是蘑菇形的面包呢(样子见下图)，它还有一个特别的名字，叫酥皮浓汤。

接下来，端上来的是晚上的主食——沙朗牛排。这一盘子里呀，有营养丰富的鸡蛋，好吃的意大利面，清香的青豆和玉米粒，更主要的，当然是裹着黑胡椒外衣的牛排了。看，有白的、黄的、绿的、棕的，还有淡红色的，色彩鲜艳，看得人垂涎欲滴，恨不得一口吃光。

最后一道菜，是一份烤香肠，两红一黑，红的是猪肉加鱼籽，黑的，加了墨鱼汁，既有肉的香，又有鱼的鲜，太好吃了哦!

**谈谈美食三分钟说话稿篇十四**

“一叶落锅一叶飘，一叶离面又出刀，银鱼落水翻白浪，柳叶乘风下树稍。”一想起这个顺口溜，我就想起了我的家乡的美食特产——刀削面，也是我非常爱吃的面食。

今天晚上，我要求妈妈给我做刀削面，妈妈爽快的答应了。首先我和妈妈准备好胡萝卜、青椒、西红柿、豆腐用来做调面的哨子。接着在盆里放入适量白面，这时妈妈告诉我和面是要讲究方法的，不能直接倒入太多的水，要陆续加入一些温水，而且还要不停的搅拌成絮状的面穗。双手用力使劲揉和，慢慢地就形成了一个球状的面团。再把用来做哨子的食材放在案板上，分别切成丁，就开火倒油，等油烧好后，先放入葱，接着放入胡萝卜和青椒、西红柿丁，最后放豆腐和各种调料，再加入适当的水，熬十分钟左右，美味的哨子便出锅了。

要开始煮面了，妈妈拿出削面刀，把面提前搓成了又粗又长的粗条状。只见妈妈左手拿起面，右手拿起削面刀，用她那熟练的手法“嗖、嗖”几下，便有许多银白色的小鱼儿一涌而上，浮出水面。它们在水里一起一伏，像一个个小娃娃，在水中自由自在似的游泳。不一会儿，锅里便有许多“小银鱼”了，水滴还不停的往出溅，水中白浪也在不停地翻滚着。面马上便煮熟了，我赶忙捞出一碗，再加上美味的哨子，闻着便会让人垂涎欲滴，吃起来更是十分爽口。刀削面，真不愧是家乡的美食啊！

原来看似简单的饭菜，竟要做这么多的准备工作，想到妈妈平时一日三餐这么辛苦，我决定以后再也不挑食了！

**谈谈美食三分钟说话稿篇十五**

我想只要一谈到美食，每个人都会有自己独特的见解。有人将好吃的东西定义为美食，有人将好看的食物称作美食，在我心中对美食也有自己的一番见解。我认为能称得上美食的，一要让嘴巴吃着觉得舒服，二要让眼睛看着觉得舒服，三是既符合环保理念又能保持原有风格特色。或许有人会觉得我的要求过高，其实，这样的美食在中国有很多，只是需要我们用心去发掘。

至今记忆犹新的是前年看的一个纪录片，名叫《舌尖上的中国》。在纪录片中我看到了许许多多从未见过的而要独具民族特色的美食。我记得其中有一道唤作“香薰肉藕片”的菜，那时绝对达到了我的美食标准的。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn