

同乐餐饮 能量满满

发布日期 2020-11-24

民以食为天，彭祖赐予我们《空中餐厅》 同乐餐饮。感恩！



下面是学子斋堂部分学子的分享：

今天阳光明媚，气候宜人！

我们一行十几位相约去聚餐。大家带了花生、板栗、核桃仁，绿色的蔬菜、红色的胡萝卜、黄色的人参果……。大家一到厨房，洗菜、切菜、烹饪，制作功夫米饭，热火朝天地干起活来。“平安果汁”是能者烹饪的主角。大家时不时爆发出爽朗的笑声！

黎莎师姐开始教能量花生、能量板栗，还教大家怎么吃：嚼呀嚼，嚼得细如泥才咽下去。我越吃，口水越多。

开饭啰！大家大快朵颐，饭菜美味可口，营养充足，能量满满。在强大的能量场里，大家纷纷交流分享各自的奇妙经历，黎莎师姐给我们讲“能量花生”的故事。突然一位师兄发出奇怪的声音，正想问怎么回事，师兄说：“我听着故事，口水突然流出来，赶紧咽下所以发出了声音。”大家听了哈哈大笑！

吃好饭，我们有幸学习了“星人核桃”。“星人核桃”犹如要有“童子功”基底似的，好在90%的学子几年前学过某个功夫，随着时空的转换已经升级了。嘿！我们幸运地又学到了功夫！

在学做“星人核桃”期间，一阵阵的香味飘散开来，吃起来味道好极了，真正是超时空、高能量的人间美味！

黎莎师姐表扬了几位学子，鞭策我们要努力精进，紧跟大同师尊的步伐。大家收获满满，依依不舍地与师姐告辞，心里说：“会常回家看看！！！”

学子：陈雅兰

2020年11月15日

我有幸参加了同乐餐饮的聚餐，非常开心，收获满满！

兄弟姐妹齐动手，个个厨艺了得，一会儿满满一桌用平安果汁制作、香气扑鼻、色香味俱佳的菜肴摆上桌，引得大家直咽口水。特别是黎莎师姐微笑着，亲切耐心地指导我们“能量花生”、“养颜板栗”、“星人核桃”的制作。整个过程，师姐让我们每人都试一下，大家说说笑笑、开心地学会了全部制作技巧。整个空间香气扑鼻。

大家都用感恩的心，开心地品尝了丰盛的美味佳肴。席间师姐亲手为几位师兄、师姐夹菜，使原本美味的菜肴更加可口。

我从未吃过这么好吃的美味，特别是“星人核桃”，核桃仁满口香糯润滑并带有奶油味（制作过程中没有用任何奶制品），真的太好吃了！吃饱喝足后，师姐又给我们吃了喷上“平安果汁”的人参果...，大家其乐融融，神仙般生活！

大同师尊传给我们越来越多融入生活的方法。盼望这样融洽的互动多些。感恩大同师尊给予我们的一切！

学子：李文

2020.11.15

11月15日同乐餐饮所见所闻：

14位园友汇聚乌镇，带来了蔬菜、干粮、碗筷、电饭煲等一应俱全。先到的园友来到厨房自然地分工干活，洗的、切的、剥的、煮的，其乐融融。后到达的园友很快担任起厨房助手的角色，看着小杰师兄在走廊上开心地跑来跑去，仿佛回到过去四合院大家庭聚餐的场景。

准备工作完成得差不多时，黎莎师姐上场了，示范同乐餐饮的绝活，大家争先恐后地伸长脖子边看边学，生怕错过任何一个环节。因为不能笔记，只能心记，大家学得极其认真，做得也非常细致，不由得感叹民以食为天！凤凰园与民同乐，知行合一在当下。

能量板栗、能量花生、能量核桃，逐一现学现用。所幸在场的园友基本都学了《凤凰铜钟》和《星人起步》，将其在同乐餐饮中发挥作用的同时也得到提升。有两位因少学一门基本功，只能按规矩不能参加学习，她们的眼神中透着学习的渴望和不得不遵守纪律的惋惜。此情此景，我们更加坚定了不掉队的决心。

“平安果汁”激活了每一道植物菜的原始能量，做出来的饭菜原滋原味，口感脆甜，吃在嘴里赞不绝口，咽进肚里能量满满。同乐餐饮大大提升了我们的生活品质，改善了身体的健康状况。

学子：温源

2020.11.18

学习功夫米饭后，我回家就开始做“功夫米饭”给家人吃。前几天，我又尝试了用莴苣叶烧“功夫米饭”。因为莴苣叶营养极其丰富，而且味道甚至比莴苣还香。记得小时候我家里常用莴苣叶烧菜饭，以弥补粮食的不足，里面放些红薯芋奶、发了芽的蚕豆之类；后来生活好了，家里还会经常煮了吃。所以我就想要把莴苣叶加到“功夫米饭”里，果然做出来的米饭非常鲜香，香气溢满整屋，直到第二天家里还留有余香！这是我近八十年来吃到最好、最香的能量莴苣叶菜饭！

学子：秦莲

2020.11.1