

海陆空

全方位玩转海南岛



游玩攻略

海上

在海南，租条游艇去玩耍为广大游客提供了极大便利。虽然租游艇还不能像租车那样简单亲民，但却为普通人提供了真正亲近大海的可能。目前在三亚租游艇出海按小时计。除了驾驶艇在大海驰骋，还可尽情享受潜水、游泳、海钓、日光浴等项目。三亚海岸线山峰较多，也有多个岛屿及暗礁区域，很适合垂钓，著名的亚龙湾、蜈支洲岛、东西玳瑁、南山等都是海钓的理想地点。

到万宁日月湾冲浪，再来次日日光浴绝对是人生的一大享受。日月湾是个半月形的海湾，海湾沙滩洁白松软细柔，海水湛蓝清澈，是个天然海水浴场。海中有巨石激浪，颇为壮观。

陆地

旅游一定要有最美的心情，所以速度不能太快，不要以赶路为主要目的，沿途注意留心风景。

游客可以第一天从海口出发，万宁万城中餐，吃万宁螃蟹、沙虫，下午游神州半岛，晚上入住石梅湾艾美酒店，海边漫步；第二天石梅湾看渔民钓鱼，到周边渔民村落游玩，午餐吃海鱼，下午上东线高速直奔保亭，晚上吃保亭农家乐黎菜，泡温泉；第三天菠萝蜜树下吃早餐，爬七仙岭，晚上继续泡温泉；第四天返回海口，沿路可登定安文笔峰等。

空中

从三亚打个“飞的”，便能在空中300米高度鸟瞰“移步换景”的自然风光，将多维度的海南岛屿景色尽收眼底，由三亚亚龙通用航空公司开通的“三亚—博鳌亚洲酒店”飞行航线颇受青睐。该航线途经亚龙湾、海棠湾、陵水，在三亚湾空中绕行几圈360度观景后，又从三亚城市高空飞行，鸟瞰三亚美景。到了博鳌上空，还能够看到美丽的海岸风光，连万泉河的风景也一览无余。

据了解，该公司在绕东线高速范围的8个市县设立乘机点，目前5个乘机点：三亚、博鳌、琼海、陵水及海口。

制图/石梁均

这个国庆，游客可以到海南黎族村欣赏美景、尝美食，感受民俗文化魅力

国庆七天假 邀客至田家

■ 本报记者 易建阳

千百年来，黎族人民在海南岛上创造了灿烂的文化，船型屋建筑、山兰酒酿造工艺以及黎族纺织刺绣技艺都非常有特色。国庆长假期间，游客可约三五好友，或携妻带子，走进多彩黎村，赏美景、尝美食，感受民俗文化魅力，体验别样乡野情趣。

到原始村落，观赏船型茅草屋

洪水村是昌江黎族自治县较为偏僻的黎族村庄，这里的船型茅草屋保留着古代黎族住宅的营造技艺，堪称黎族文化的活化石，是目前海南保存最完整的金字形茅草屋部落。村里保存完好的数十间船型茅草屋，黎锦编织、酿酒技艺，醉人的黎族歌舞，吸引着大批“驴友”慕名而来。

五指山市初保村地处五指山西麓的毛阳镇牙合村委会，这里保留着完整、美丽、独特的黎族民居群，成为黎族生活、文化变迁的一个缩影。初保村依山而建，村前有潺潺流水和层层梯田，村民住在极富黎族特色的杆栏式楼房(俗称“吊脚楼”)里，是区别于海南其他黎族船型屋的一个特例。

初保村民房上方是茂密的林木。雨季湿润的时节，站在初保村对面的山头，可见这一头云雾缭绕，整个村子宛如置于仙境。即使是在干旱的冬季，山上依然郁郁葱葱之色，偶有野鸟一掠而过。至今村里的黎族老人们大部分还保留着黎族人的生活传统。全村房屋都是传统形式的茅草房。



洪水村晨雾缭绕，在绿色怀抱中的金字形茅草屋犹如一个“世外桃源”。 本报记者 宋国强 摄

新农村：黎村迈向“现代化”

保亭黎族苗族自治县三道镇什进村布隆赛乡村旅游区是社会主义新农村建设中涌现出的一颗璀璨明珠。

在布隆赛，茅草土坯房、古井、老树，记录村庄嬗变的物件，都被完好地保留下来，成为游人感受黎家民俗的村史博物馆。走到“黎家民宿”，游客可以体验插秧、砍甘蔗、摘菠萝蜜……燕飞草绿，卷起裤腿踩着松软的泥土，“手把青秧插满田”；午后春雨，躺在黎家小院的摇椅上品香茗，吃着亲手采摘的果实；夜半风清，蝉鸣和蛙声交织，荷塘里月色正浓。这里恬静的田园生活让很多游客忘了归期。

保亭响水镇番道村是黎族同胞聚居的革命老区村庄，也是整村推进危房改造试点村庄，2010年底，全村人都住进了白墙红屋顶的黎族船型风格的新房子里。如今，村庄绿树成荫，成排的红顶白墙水泥房掩映其中，房屋整齐有序，村道干净整洁。村民们坐在自家房前屋后，树荫下乘凉玩耍，怡然自得。在农闲时节，你还会看到村里的妇女们在耐心地织着黎锦。游客在游览的同时，买几条黎锦带回去也是不错的选择。

去景区，感受原始黎族风情

海南槟榔谷黎苗文化旅游区，是一个多民族、多文化、多形态的，集观光游览、休闲娱乐、文化展示为一体的多元复合型旅游风景区，地处三亚与保亭交界处甘什岭自然保护区境内，因景区两边森林峻峭，中间是一条连绵数公里的槟榔谷地，故称槟榔谷。游客在此既可以零距离感受最原始的黎族风情，欣赏黎锦纺织、钻木取火、黎族八音等“非遗”技艺展示和大型实景舞台表演《槟榔·古韵》，亦可以体验跳黎族竹竿舞、品尝黎家山兰酒和黎家风味美食。

坐落在琼中黎族苗族自治县红毛镇海拔600多米高山上的什寒村，居住着数百位黎族同胞。这里森林茂密，溪流环绕，村庄在云雾中若隐若现，有着“天上什寒”的美誉。在政府部门的大力扶持下，什寒村由琼中最贫困村蜕变为“最美中国乡村”。走进什寒村，最常听见的一句话就是“奔格内”，是黎语“来这里”的意思。现在不少国内外游客慕名前去旅游观光。如今，什寒村已建成茅草屋景观亭、露营基地、乡村客栈、民族歌舞广场、垂钓区、烧烤区、黎锦坊等景点。



游客乘游船游三亚。 本报记者 张茂 摄

海上

个性玩法由你选

“在邮轮上感觉非常平稳，丝毫没有晕船的感觉，客房有专人打扫，餐食十分美味。”近日，海口市市民刘建华与家人乘邮轮赴三沙旅游。他说，在邮轮上，酒吧等娱乐设施齐全，餐厅内，各种风味的餐食丰富。“在露天餐厅，点一杯咖啡，听着轻音乐，放眼远望，海天一色，心情极为舒畅。”

刘建华是一名已经体验过多条邮轮航线的“邮轮达人”，得知有机会乘邮轮前往三沙后，立刻就报了名。“小时

陆地

自驾骑行总相宜

有人说，海南岛是最适合自驾游的地方，因为这里是全国唯一一个没有公路收费站的省份，一踩油门即可畅游全岛。

当然，热爱自驾游的人们还发现，在海南，每一条自驾线路都有不同：东线椰风海韵之景美不胜收；西线有千年古盐田和稀有的喀斯特地貌；中线有云雾环绕的连绵山脉和独特的黎苗文化。

“节假日去知名景区景点，人挤人，简直是找罪受。我们自驾到海南才发现，乡村处处是景点。多舒服，多悠闲！”来自湖北的自驾车友蔡先生

空中

俯瞰山海多快意

世界那么大，应该去看看；天空那么大，更应该去看看。相信很多人经常乘坐民用航空大客机，在数千米高空感受蓝天白云，但你是否体验过乘坐直升机，在百米低空俯瞰地面景观？在海南，低空旅游正在成为继邮轮、游艇后的又一旅游热点。

在工作人员的指引下，乘客坐上直升机，戴好防噪耳机，系稳安全带，在轰鸣声中，直升机缓缓升起，旋即飞向海岛上空。伴随着飞机起飞的紧张和兴奋，映入眼帘的是蓝天白云和大海河流

的交汇，令人目不暇接，抬头一分一秒都生怕错过不同角度那如诗如画的美景。俯仰之间，地平线在不断延长，起伏的山峦，旖旎的椰林绿意、海洋河流，好似一场宏大的视觉盛宴，惊艳到让人目不转睛。

“很震撼，第一次从这个角度看大海和沙滩。”这和坐民航客机的感觉完全不一样，很清晰、很刺激。“地面上的建筑、树林、河流从直升机的高度看就像是精致的沙盘模型，仿佛是在看一场世界上最精美的3D电影……”对这样

意，在“农业大师”指导下采摘，当一回真正的农民；在龙寿洋龙舟广场的“龙寿传说”驿站，品尝各色瓜果，欣赏着极具艺术特色的农家建筑，马灯、石磨等等。

在万宁兴隆国家绿道骑行，沿着兴隆热带花园13公里的开放绿道一路前行，热带雨林风情扑面而来，低矮处茂密的香叶露兜，散发出令人心旷神怡的香气。沿途会经过热带花园、植物园、森林公园和印尼村、越南村、马来西亚村等归侨村落及旅游度假酒店、美食购物街、世界品牌折扣店等景区景点，用自己的脚来选择行程吧！

的观光体验，体验过的游客形容“太野了”“爽翻了”。而这样的独特体验，在一些特定的旅游风景区，除从空中观赏之外，在地面将很难看到、体验到。

低空旅游正在成为海南旅游手中的又一张“王牌”。结合海南得天独厚资源优势，这一新的观光体验方式不但丰富了海南国际旅游岛旅游产品体系，更满足了多样化的市场需求。目前，三亚的通用航空企业已规划了多条直升机航线和数条水上飞机包机航线产品。

■ 本报记者 罗霞

在海南，海鲜大餐已经成为游客不可错过的美食，对于不少游客而言，其吸引力甚至超过了海南的美景。海产丰富的海南，海鲜品种多样，吃法也多样，“打边炉”、BBQ等都是热门的选择，各有各的粉丝，让人尽享海鲜的美味。

“打边炉”：清水中的鲜美

海南人饮食注重原汁原味，在海南吃海鲜，不妨学着海南人去“打边炉”。海南的“打边炉”，类似北方的涮火锅，只是涮的内容不一样。锅的汤底不一样。从烹饪技艺而言，“打边炉”几乎没有技术含量可言：只需一锅清水，或在清水中放入少许香菇、枸杞、姜等，然后就可以放入喜欢的海鲜尽享一顿海鲜大餐了。

涮出来的海鲜原汁原味，鲜美十足，这时可以根据各自口味配制喜欢的沾酱。待海鲜吃得差不多了，锅里的清水已经变成一锅鲜美无比的海鲜汤，这种汤几乎不含任何脂肪，热量较低，蛋白质含量高。同时，汤中又保留了食材中的多种维生素，喝后很容易被人吸收。喝上一碗后，再放入各类蔬菜，或是面条，另一种美味就会接着开始。

“打边炉”有两个最显著的特点，第一是汤菜合一，汤鲜味美；第二是一边涮煮一边趁热吃，能吃到食物原有的风味。据说，海南本土火锅传统上是在秋冬流行，因此叫冬令火锅，“老海南”也管这种吃法叫“打边炉”。现在，当地人“打边炉”已经不分季节，一年四季都能吃得热气腾腾，“打边炉”已成为海南饮食文化的一个重要组成部分。

海口、三亚、文昌等地有多个海鲜大排档，比如海口的板桥路海鲜市场、白沙便民市场，三亚的春园海鲜广场，文昌清澜港海鲜排档等，均是海鲜“打边炉”的佳地，大受游客和本地人欢

迎。游客在这里可以自己挑选购买各类海鲜，然后交给店家简单处理之后开始“打边炉”。

在一些海鲜大排档，除“打边炉”外，店家烹饪的一些海鲜美食，比如辣炒芒果螺、清蒸石斑鱼、海胆蒸蛋、白灼濠尿虾、炸鱿鱼卷等也相当美味。

BBQ：美食烤出来

“BBQ”是“Barbecue”的缩写，意思是烧烤。在美国、英国等地，一群人开着车到一个风景优美的地方，尽情享受“BBQ”。海南的一些酒店内，海鲜BBQ大餐颇为盛行，在海口喜来登度假酒店、海口观澜湖旅游度假区、三亚海棠湾希尔顿逸林酒店等众多高星级酒店中，看着天边的晚霞，一场海边BBQ盛宴谁也抗拒不了。

傍晚时分，夕阳的余晖将海南各大海湾蒙上一层金色。一线滨海酒店不约而同地奉上了烧烤大餐，各式肉类及海鲜一应俱全，鲜嫩多汁的铁扒佳肴搭配热带沙拉，海鲜奶油汤和缤纷甜点，饕餮大餐就此呈现。大虾、扇贝、海螺等令人垂涎。

BBQ在很多人印象中尽是高热量、高脂肪的食品，其实不然。通过在食材上的精挑细选，就可以做到BBQ的高纤维素、高维生素、低脂和低热量。比如海贝、深海鱼类、蔬菜作为主料，融合橄榄油、柠檬、百里香、紫苏、鼠尾草、胡椒薄荷、芫荽和大蒜等配料，便能烧制出令人垂涎欲滴的地中海式BBQ美食。

在烧烤技巧上，大厨们也别具匠心。在烤制食品时，他们会使用环保的果木炭进行熏烤代替明火。果木炭主要是以苹果、梨木等果木烧制而成，主要特点是燃烧值高、燃烧时间长而且无毒，用其烤制出来的食品更加芳香诱人。

另外，海南各高端酒店的BBQ大餐通常会在丰富多彩的娱乐活动中进行，比如菲律宾乐队驻唱、杂技团表演等。



烧烤海鲜

BBQ、打边炉……

中西海鲜大餐

大比拼



西式海鲜冷拼盘 本报记者 武威 摄



打边炉(资料图片)