

圣诞元旦欢乐来袭，怎么犒劳自己？ 在海南岛美景里 —“醉”方休

■本报记者 蔡倩

圣诞、元旦双旦来临，岁末年尾。辛苦工作了一年，大家都想犒劳下自己和家人，而圣诞到元旦期间也变成了大家期待的假期，在岁末扫去一年的辛劳，期待新的一年有个愉快放松的开端。

那么，在海南岛上迎新都有哪些出游的好地方、浪漫的新玩法呢？到“海上森林”红树湾湿地公园“洗肺”，去五指山登山赏红叶，在碧海蓝天白沙滩放松身心，带上爱人、父母、孩子来场“说走就走的旅行”，绝对是放松身心的首选。

红树林里醉一回氧

精巧的木栈道蜿蜒曲折，繁茂的红树林并肩摇曳，悠闲的白鹭翩翩起舞，成群的鱼儿嬉戏追逐……闲庭信步在澄迈红树湾湿地公园，呼吸着清新的空气，望望连片不绝的绿树，郁郁葱葱使人自觉身心皆松。

澄迈红树湾湿地公园自2014年8月23日开园以来，依托2200亩红

树林珍稀生态区域，以生态和谐为主题，适度结合旅游、科普等公共活动，保护和恢复湿地生态系统，形成一个集科普、环保、旅游、观光、度假于一体的休闲景区。

团团簇簇的红树林，一半在水中，一半在水面以上，远远看去，仿佛“漂浮”在湿地上。其中错落有致、各具特色的精致住宅更是使人心生探赏之欲。“很多朋友都推荐了这个景点，这次带着儿子来‘探秘’

啦！”海口市民林琳带着儿子钻进了红树林栈道，在茂盛的树荫底下穿行，外头的喧嚣被树林隔绝在外，唯有沼泽里的鱼儿翻身不时发出“咕噜咕噜”的气泡声，打破了这片树林里的静谧。

走出红树林栈道口，往远处眺去，一艘黄顶红底的画舫船只穿梭在湖中，几十只粉红色的火烈鸟在人工围成的浅池里或觅食、或嬉戏、或漫步，好奇的游客们围成了

一圈，不停地“咔嚓！咔嚓”拍照留念。

蓝天白云下，碧树绿草，长长的海湾上，架起曲曲弯弯似如通往神秘仙境的木桥。细细地欣赏着眼前的风景，却突然之间，一遍一望无际、仿佛童话世界的“海上森林”骤然就出现在眼前。“在这样好的生态环境里，感觉都快醉氧了！”山东游客董德荣开心地说，自己与家人在这里享受到一段愉快的时光。

小贴士

红树湾湿地公园开放了湿地体验馆，引进了水上画舫、绿地慢跑、绿野仙踪、儿童主题水上乐园等游乐项目。爱好健身者不妨穿上一双舒适跑鞋，在领略红树林的自然风光时，还能锻炼身体、学习环保知识；带上孩子亲子游的家庭可以为小孩备上一套泳衣。

红树林湿地保护公园。
本报记者 张茂 摄

五指山上看漫山红叶

山上红叶似霞，约上爱人享浪漫。冬季里，国内其他著名景区的红叶已经凋落，随着北风遁入泥土，而在海南五指山，山中寒风吹红了片片枫叶，营造出壮美的奇观。浪漫的秋叶，连绵起伏的秋云，独具特色的秋食，让人在不经意间产生天人合一、如入仙境的感觉。

“五指山市的红叶主要分布在水满乡境内，阿陀岭山脉也有少量分布，整个五指山，从山脚到山顶，都有红叶。天气越冷红叶越红，观赏红叶的最佳时间是11月底到来年1月初。”五指山市旅游商务局局长陈键介绍，五指山的热带雨林红叶，不仅有内地常见的枫树，更有内地少有的山槐树、山海棠等。

那是一条怎样的小径，铺满了只有梦里才有的火红枫叶，一片一片，若

踩在上面定是沙沙作响。山上的原生态森林被红色一点点浸透，壮观的彩林美景蔓延整个山脉，远远望去，呈现出一幅艳丽绝美的画。满山的赤橙黄绿如色调板的油彩抹开，一幅深秋的图画。一片红透了叶滴着清晨的霜露，闭上眼，似乎能闻到它的芬芳。

来到五指山水满乡赏红叶，少不了品尝这里的原生态美食。“不回家的牛”“会冲浪的鱼”“会上树的鸡”“五只脚的猪”和在高海拔生长的一系列野菜充满了山野情趣；灵芝酒、百草酒、山兰酒香醇绵长；水满茶更是浸透着民族传统文化的馨香。游客可选择到农家乐就餐。农家乐风味独特，物美价廉，你能品尝到五指山特别推崇的“十大名菜”和各类你可能闻所未闻的野菜，如芭蕉蕊、鼠耳菜、红藤心、鹿舌菜等等。

那是一条怎样的小径，铺满了只有梦里才有的火红枫叶，一片一片，若

五指山是海南最高峰，登五指山往返大约在6-8小时。所以，登山前，最好在山下住一夜，登五指山最好早点出发，山上有时下午4点就开始起雾了，较危险。登五指山过程中，有的路段需手足并用，需要穿一双防滑的鞋，戴一副手套。山上缺水，登山前一定要准备足够的水，因为登山来回需要时间较长，准备一点干粮补充体力非常必要。另外，登山者要按照指定的登山路线攀登，不要盲目地在山中乱闯。带好必需的衣物以备早晚御寒，防止感冒。



五指山枫叶红啦。本报记者 武威 摄

圣诞、元旦大餐吃什么？ 今年流行 “琼式大餐”



文昌鸡

琼海杂粮

■本报记者 蔡倩

进入12月后，随着各大商家悄然立起圣诞树，《铃儿响叮当》的旋律又在街头响起，还有多个圣诞节集礼堆，给海南带来了浓浓的辞旧迎新氛围。

虽然圣诞节不是中国的传统节日，但时下很多人愿意一起感受这份特有的欢乐。在海南，圣诞节和元旦节吃什么好呢？琼式大餐带你吃出最炫圣诞大餐！

前菜：小吃各有所爱

进入傍晚，琼海嘉积镇粗粮街就拉开了一天中最繁忙的序幕。在这条小街上，分布着四五家经营粗粮小吃和甜品的店铺，人们慕名至此，享受琼海闻名全省的粗粮小吃。

下午6时许，记者在这条粗粮街上看到，沿街的四五家粗粮店里坐满了消费者，路边停着的车辆中，有好几辆都挂着“黑”“冀”“粤”的外地车牌。

“来这里吃饭碗清补凉最舒服了。”海口的张先生每次来琼海，必定会到这条粗粮街吃上一碗清补凉或者粗粮小吃，“琼海的清补凉很有名，每次有外地朋友过来玩，我肯定会带他们来这里。”

粗粮小吃仅仅是海南各类小吃的九牛一毛。在前不久于定安举办的

“首届海南国际美食博览会”上，刚刚出炉的海南十大名小吃对游客是一份极好的美食向导：定安兴顺黑猪肉粽、定安文宗粽、吉祥珍堆、陵水小达酸粉、鸡屎藤粿仔、芒果肠粉、金丽陵水酸粉、煎木薯饼、吴记后安粉与五指山灵芝膏。

主菜：名菜名品吃个够

提到圣诞的“吃”，大多数人首先都会联想到火鸡。在西方人眼里，没有烤火鸡的晚餐就算不上是圣诞晚餐。而在海南人的饭桌上，文昌鸡、嘉积鸭、东山羊、和乐蟹这四大名菜可以“委以重任”。

文昌鸡肉质滑嫩，皮薄骨酥，香味甚浓，肥而不腻，通常有白斩、椰子水煮、隔水蒸等多种做法，盐焗文昌鸡正成为一枚新秀。盐焗鸡是日常佐料——粗盐和整鸡的“化学反应”。被盐包裹的整鸡，肉变得酥软，同时，也极富盐的香气，可谓皮爽肉滑，骨香味浓。

但是，如果仅仅只知道海南的四大名菜，可能就太OUT啦！四大名菜其实不过是海南岛这个“海产万类，陆产千名”美食岛上的冰山一角而已。

“首届海南国际美食博览会”公布了最新的海南十大特色名菜：黎寨蒸

全五脚猪、定安兴顺黑猪脚、四更烤乳猪、脆钢管吊烧文昌鸡、八宝嘉积鸭、临高烤乳猪、情参似海、椰盅东山羊、白切温泉鹅、秘制澄迈小黄牛。光看菜单，那层层叠叠的“海南味道”便肆意流淌，引得食客垂涎，那就海南吃个够！

甜点：热带水果当道

享用完重量级的丰富主菜后，再来点甜品满足收尾。此时就是海南热带水果出场的时刻了。

青芒果泡着盐水吃、番石榴蘸着辣椒盐吃、甘蔗蘸火烤着吃、菠萝切丁炒着吃；莲雾爽脆、菠萝蜜浓香、榴莲诱人、圣女果清新、荔枝晶莹、龙眼甜蜜……数不清的海南水果，让人百吃不腻，当然，吃法也可以花样出新，可直接食用，可榨汁，也可多种水果混搭，调制成各种水果沙拉、水果茶等，营养健康，清新养胃。

现在，还有一些餐厅将水果开发成菜品呈上餐桌。在海口就有一家以水果为主题的餐厅，以热带水果为主要食材，融入海南传统菜肴做法，制作别样风味菜品。餐厅的菜品样式丰富，有炖、炒、煎、炸等多样做法。如火龙果肉与凉瓜一同炖汤，外皮可做器皿，内皮可切丝作涼拌菜；西瓜可以做成西瓜皮白汤，清香可口。



西环高铁沿线 那些高颜值的地方

■本报记者 侯赛

西线高铁开通在即，一部精彩绝伦的“西游记”也将马上“开播”，你是否已按捺不住激动的心情，准备开启西部之旅了呢？本期旅游周刊带你一起寻找西线高铁沿线那些高颜值的地方。

据了解，海南西环高铁全长345公里，是海南省迄今为止投资最大的交通基础设施建设项目。西环高铁北起海口市，南至三亚市，沿海岛西部海岸线，经过澄迈、临高、儋州、昌江、东方、乐东6个市县。

海南西线旅游对于很多人来说也许还比较陌生，但西线其实并不缺美景：美丽的澄迈福山咖啡风情小镇、儋州千年古盐田、奇特的昌江喀斯特地貌、峰峦俊秀的乐东尖峰岭……过去的人，都曾触摸过她的美丽。

西部有以原始森林为主的美景，比如位于乐东黎族自治县境内的尖峰岭热带雨林，古木参天、藤蔓缠绕、溪水潺潺，云雾缭绕。沿着弯弯曲曲的林间小径攀登上，可以看到各种奇形怪状的树根和藤蔓互相缠绕，附生植物蕨类巧妙地繁殖在朽木上，这就是海南西线的深山老林。

在尖峰岭这个原始森林生物王国里，还有美丽的卧佛仙山、天池映月、尖峰观日、黑岭望海、银河飞瀑、古道幽洞、三海（云海、林海、大海）奇观、猴王弄弄音、元军下马营等天然景观和人文古迹。

除了乐东的尖峰岭，昌江的霸王岭也是海南热带雨林的典型代表。霸王岭巍巍群山、莽莽林海，风光无限，处处充满着神奇的色彩，是旅游观光、休闲度假、探险考察的理想境地。岭上独有的海南长臂猿是全球现有灵长类动物中数量最少、极度濒危的物种，目前仅有20多只。

除了神秘的雨林，西部还有很多海湾美景。例如从海口出发，只需40分钟就到达昌江棋子湾，只要10分钟车程就可到达美丽的棋子湾。棋子湾全长15公里，波平浪细黄沙漫漫，奇姿百态的天然石景观如同鬼斧神工般遍布在“S”形海湾上，令人震撼。

美丽的棋子湾令人神往，昌江的喀斯特地貌特征也令人称奇。昌江最奇的莫过于东部山地，其间高山连绵、水系纵横、洞穴处处：皇帝洞、地下宫，一洞更比一洞妙；壁画长廊，一里更较一里奇；南尧河，一湾更胜一湾秀。沿着昌江黎族自治县王下乡的南尧河往东方猴岭逶迤而行，仿佛“十里壁画长廊”绵延不绝。

儋州石花水洞也不甘落后，石花水洞形成于140万年以前，由旱洞和水洞两部分组成，总长约5公里。坐船从地下河走，宛如游览龙宫，极为神秘；洞外怪石林立，有些怪石上面附着一亿年前古生物化石。石花水洞的卷曲石，堪称世界一奇。

西线除了美丽的自然景观，其魅力还在于可以体验原始淳朴的民俗风情和参观历史遗迹。比如，四面环山的东方市俄查村至今仍保持原始风貌，黎族同胞用茅草搭建的传统民居“船型屋”组成山谷中一幅美丽画卷。

再比如，从海口出发不到半个小时可以到达儋州洋浦站，那里千年古盐田的晒盐技艺，被称为洋浦最早的“工业”。它没有天生丽质和华贵的美貌，它的美朴实而厚重，它有些神奇和神秘，千百年来它养育着这片土地上的人们，如今，它成了人们眼里一道绝美的风景。



昌江王下乡南绕河十里画廊。

本报记者 李英挺 摄

扫一扫
了解更多旅游资讯



查找公共账号“海南日报旅游周刊”
或者搜索微信号“hnrblyzk123”
即订阅旅游周刊微信公众号
了解更多旅游资讯