



五指山牙胡梯田



## 苗家美食: 风味独特是苗家

■ 本报记者 蔡倩

提到苗家风情,你或许会想到色彩斑斓、精致古朴的苗绣,耳边或许会想起悠扬的苗歌,会不自觉地踏起苗舞的节奏,但是你知道,苗家美食同样充满了民族风味,能勾引出食客的馋虫?琼海市会山镇每月1日和15日举行的“旅游赶集日”推出了一系列苗家美食,让您在苗乡不仅可以看到够、玩个够,更能吃个够!

五色饭与山兰米粽子是当之无愧的苗家特色食品;山笋、野菜、芭蕉心,这些野地里不起眼的草苗,在苗胞的烹制下变成了原生态野菜;苗家老农上山觅回的野蜂蜜,是最好的高级滋补品;香喷喷的五脚猪肉、会山羊肉端上苗家长桌宴,可以满足最挑剔的美食家;山兰酒、寄生茶、五月茶、苗家翻缸酸菜、萝卜干等土特产不出村就成了抢手货。

前不久,会山旅游赶集日展销活动上,来自溪仔村的苗族姑娘阿珍,穿着一身苗族服装,向过往的客人推荐自己做的五色饭,这是海南苗家特色美食。五色饭分别由黄、紫、红、黑、白五种颜色的糯米饭组成,除白色饭外,其它每种颜色皆用植物的汁液作为天然色素拌糯米形成。

据阿珍介绍,节日前要先上山采好上色用的树叶、野草等,分别放入桶中,发酵15天后把叶子去掉,留下来的汁液加水煮开,再加入糯米上色,搅拌均匀后捞出糯米放入锅中蒸熟,美味的五色饭就做成了。“吃起来的香味我都不知道怎么形容。”阿珍得意说道,五色饭色彩鲜艳,有药味甘香,饭团甜滑,形态美观,是开胃去火的清凉食品。

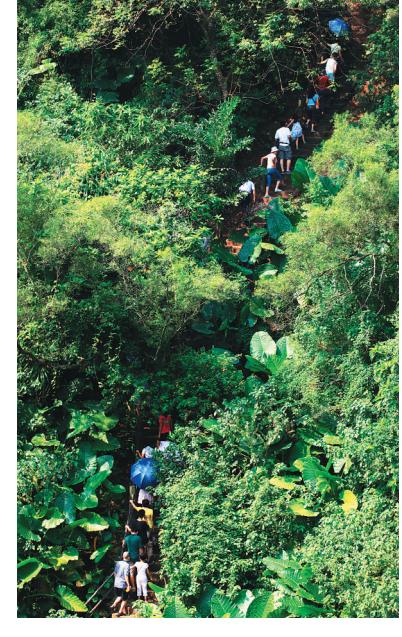
和阿珍一样,来自当地苗秀园村的盘小妹,每个月的赶集日都会带着自己手工制作的萝卜干向游人销售。她的摊位上摆放着各式萝卜干,有的切成块,有的刨成丝,有的剁碎装在袋子里,散发出阵阵的清香。盘小妹向客人推介:“这些拿回去煮鲜鱼、炖猪肉味道最好。”

会山镇所处山区植物种类繁多,蜜粉源植物丰富,当地的苗族群众也有养蜂传统,蜂蜜质量较高。集市上,不少小朋友都对甜甜的野蜂蜜情有独钟。将野蜂蜜调入矿泉水,稍加冰镇便制成了野蜂蜜水。拧开瓶盖,一股甜香扑鼻而来,轻轻抿上一口,清香甜润中带着一丝清凉,野花的芳香在唇齿间回转良久。

除了野生蜂蜜,大自然对会山的馈赠还有那独特的寄生茶。那是寄生在桑树、龙眼、荔枝、油茶、橡胶树上的一种独特茶叶,并且有着别致的生长过程。鸟类在进食时碰巧吃到一些植物的种子,又碰巧在消化过程中把种子表面的保护层腐蚀掉,在排泄过程中碰巧附在母本植物的枝权上,在那段时期碰巧天公作美有一点点雨,这小小的种子便在树上生根发芽,最终长成了纯天然无公害的寄生茶。会山特产山地五月茶也同样受人欢迎,有着生津止渴、活血、解毒的功效。

到了会山,不妨前往“中国乡村旅游模范村”——会山镇加脑村去尝尝苗家乐。村里的“咩嗦苗家乐”老板李家全总能为食客提供最地道的苗家菜;有野菜鸡蛋汤、清炒山笋、芭蕉心、五脚猪肉炒萝卜干,还有河螺、油炸小鱼等河鲜,看着都让人嘴馋。“我们这个苗家乐的菜肴,没有一样是在外面买的,全都产自大山。”李家全说,他们一般隔几天上一次山,采野菜、山笋、芭蕉心等纯天然绿色食材。

到会山感受不一样的苗家长桌宴民俗也是一大乐事。长桌宴是苗族同胞用于迎亲嫁女、满月酒以及村寨联谊的宴饮活动。宾客们围坐上桌,倒上一杯苗家“香槟”——山兰酒,品之,味道甜而微辣、醇而不燥。山兰酒度数不高,除了清醇可口、味美甘甜以外,还有延年益寿、补气养颜和滋阴补阳的功效。土鸡、小溪鱼、五脚山猪、羊肉、野菜干、山兰糍粑……桌面上摆满了苗族的传统佳肴,美味飘香,还有优美动听的苗族民歌,令人陶醉。



游客在海口火山口游玩。

本报记者 张茂 摄

会问:这哪里是一块块的田啊?夕阳的光撒在水亮的梯田上,分明就成了一块块画板,一组组的线条柔美且呈现,色彩美得让人心颤。看到此景,就会明白,为什么牙胡梯田会吸引来这么多摄影师了。

每个人镜头下的牙胡梯田都那么地不一样,每一道光影都像是会流动一样,只有身临其境,才能真正感受到这种美。黄昏时分,村民赶着牛从梯田边走过,在画儿一样的背景下,在城市里没有的宁静中,你的心会平静下来,所有的浮躁都随着清凉的晚风消失。



蟹粥

羹、歌舞如潮的欢乐海洋。

在营根镇停留,千万别错过毗邻三月三广场的阿武仔蟹粥店的美食。营根镇没有豪华显贵的餐厅,多是阿武仔蟹粥店这般装潢简朴、更像大排档性质的餐厅。

这里有海南最好吃的蟹粥,绵柔细腻的粥、膏满肉肥的蟹、干香鲜甜的虾,共同煨制出滚烫、鲜美的一锅无敌霸气的粥,每一口都能蔓延出舌尖和味蕾的幸福经历,真的很难想象,海南最美味的蟹粥,竟然在远离海岸的大山之地,在琼中。

阿武仔蟹粥店并不仅有蟹粥,香煎牛肉干、香炸排骨、蒜香鸡、红烧猪脚、咸鱼茄子煲及山中的野菜、清泉水浇灌的蔬菜,数不胜数,都能带给你味蕾的惊艳。

从白天到深夜,憨厚而笑容可掬的老板阿武仔都会在此,亲自掌控料理的品质,给前来寻味的人们最完美的体验。美景美食,相得益彰,这就是琼中最大的秘密。

琼中,一片质朴纯美的土地,静卧于喧嚣的尘世之外,毫不张扬地盛放着的美丽,是我收获的最大的惊喜。它恰好也恰如其分地吻合了我遁隐于世的渴盼。青山绵延处,清泉流淌,一杯米酒,一曲山歌,就可回应流年轮转中所有的欢喜与哀愁。敬畏却并不亢地活着,这也许就是传说中的幸福。我在这里遇见了一些美好的景致和一些美好的人们,它们以及他们让我重拾了久违的快乐,我坚信这是上苍厚待我的方式。



会山镇苗族姑娘为客人端上山兰酒。

特约记者 蒙钟德 摄

## 捕捉最美春色

海口  
观火山奇观体验现代农业

■ 本报记者 侯赛

海口

观火山奇观体验现代农业

不少海口市民周末不想走远,那么到附近的火山口公园、休闲农庄或者现代农业展示示范园踏青放松是不错的选择。

绿荫掩映的广场与石板小道、原始植被和野生热带果园的雨林栈道、流水潺潺的池水、趣味盎然的火山科普环廊……火山口公园,作为海南唯一的火山奇观,阳春三月,吸引了不少慕名而来的游客前来踏青。

火山口公园附近还有很多特色餐饮点,尤其是风味独特的石山羊宴不可错过。餐后,还可以去秀英区永兴镇的卓津蜜蜂王国乐园与蜜蜂来个“亲密接触”,近距离观察蜜蜂的采集及酿造过程。

行走绿荫间,漫步金丝红线垂吊中,鲜花灿烂,葫芦、南瓜生长在头顶。



博鳌老房子。

……这是海南省现代农业展示示范园区生机盎然的环境。在开放的草莓、樱桃、莲雾、番茄等有机绿色水果蔬菜采摘区,游客可自主采摘、食用或带走。在园区的亲子乐园,父母和孩子们还可以一起学习和观赏现代农业,亲自动手参与农业种植,同时也能增进父母与孩子之间的感情。

“曲风入水来,一池荷花白。”位于海口市琼山区红旗镇的海口荷塘印象休闲农庄,是一家拥有近百亩荷塘,集住宿、餐饮、采摘、垂钓、会议为一体的生态休闲种植养殖农庄。在荷塘印象休闲农庄,荷花宴是游客必尝的美食,荷花鱼、荷叶炒土鸡蛋、油炸荷花、荷叶粉蒸肉、韭菜炒荷虾、冰鲜莲子、藕丸子、荷叶粥……农庄生产的蔬菜、水果均为绿色食品,不含农药和任何添加剂,健康营养。

长鸟飞的三月,在博鳌亚洲论坛即将召开之际,初春的琼海披上了喜庆的春装。

而琼海最美的田园风光要数琼海市打造的万亩田野公园——龙寿洋田野公园。那里有木制的几条造型龙舟,还有许多排列整齐的棕榈树和低矮的热带植物。一条红褐色石子铺成的小路格外显眼。沿着这条幽远的小路可以通往龙寿洋田野公园深处,其实站在那里已经感受到了田园浓厚的气氛。放眼望去,高的是槟榔树和椰子树亭亭玉立婀娜多姿,低的是一望无际碧绿的田野。

除了感受龙寿洋的优美风光,还可以采摘草莓,体验乡下劳作的生活。一垄垄的草莓郁郁葱葱,一颗颗草莓果像调皮的孩子躲在嫩叶下,如果不用手撩

开叶子是看不到的。火红火红的是辣椒,还有椭圆型鲜红的圣女果。悠闲的时候可以全家人来呼吸这里的新鲜空气,感受田园的美丽,体验乡下采摘的乐趣;还可以在小道上骑着自行车,领略龙寿洋田野公园的自然风光,也算是健康有氧运动。

玩累了,可以到美雅村阿姨农家乐吃顿原生态农家美食。吃完饭,还可以去喝下午茶:喜欢原生态的可以到中原南洋风情小镇喝老爸茶,小镇艳丽的南洋风情建筑衬着藤罗树的巨大树冠,坐在街上看着行人来来往往;喜欢小资的就到万泉河公园旁的嘉积老咖啡,这与博鳌和海口的老咖啡都是一脉相承,在这里可以欣赏琼海的老物件,喝一杯南洋风情的老咖啡。

### 五指山

#### 看牙胡梯田捕捉最美春色

说起春耕时节看梯田,不少岛内游客会跋山涉水去到云南元阳看梯田,却不知道岛内也有不错的梯田——五指山牙胡梯田。牙胡梯田地处海南岛腹地山地,山路弯弯并不好找,所以一直深藏闺中无人知晓。

往牙胡梯田走,山路陡峭,一个拐弯,茂林突然在我们的视野里消失,翠绿的梯田,如链似带,鬼斧神工,从山脚一直盘绕到山顶,绵延数百米的梯田如层层银带,似道道绿波、若金蛇狂舞、像群龙戏水,掩映在高山丛林中,煞是好看,蔚为壮观。

早晚云雾缭绕时,是观赏和拍摄的好时机。清晨,晨雾像薄薄的轻纱披在牙胡梯田上,太阳升起,仿佛将美丽姑娘的面纱轻轻地撩开,一幅好山好水的田园景色,像轴画一样慢慢地展示在你的眼前。

而当黄昏降临,站在梯田顶端,你

## 《有一种日子在琼中》连载⑩

——

## 百花岭瀑布下的小镇



百花岭瀑布



百花廊桥

剧下乡,在三月三广场搭起了戏台,热爱琼剧的百姓蜂拥而至,县领导也在其中。中场,领导起身接电话,旁边一大爷不假思索地就坐到了她座位上,旁边有人说——大爷,这是领导的位置,你不能坐的。大爷说,我要坐,这个位置看得清楚。领导说,就让大爷坐这吧,旁边还有位置,我坐那里好了。哈哈,琼中的百姓与官员都是萌萌哒。琼中三月三广场和那栋简陋的、没有围墙的、百姓可以自由出入的政府大楼一样,给我留下最深刻的印象。

琼中的县城营根镇并不大,小山城依山而建,目光延伸处,满眼皆绿。县城中最著名的地标性建筑物当属依山

傍水的百花廊桥。鲜艳的大红色是百花廊桥最耀眼的色调,是对大山之绿最恰当的回应,也是“万绿丛中一点红”的迷人意境的经典演绎。

晨早或日暮或暗夜,有恩爱的长者携手散步,有青春爱侣耳鬓厮磨,还有小小孩童嬉戏嬉闹,小镇的日子就是那么不喧闹,沉静地透出简单而安心的幸福味道。

距县城6公里的百花岭之地,百花岭瀑布从山巔向下铺洒,宛如飘舞在青翠山野之间的一条白丝带,那么曼妙。

这亚洲三大落差最大的瀑布之一,是营根镇为人们珍藏的最美的礼物。

驱车而上,沿着山道慢行,那种置

身大山怀抱的清新与悠然的幸福感会慢慢盛放。从安静得只能听到虫鸣鸟语和心跳节奏的山谷来到百花岭瀑布脚下,飞瀑带着热烈的轰鸣声扑面而来,清澈的水花打在脸上,呼吸也变成了最美妙的体验。

如果我们不移开脚步,那么,我们就能永远嵌入这幅山水画卷中,成为最美的人儿,在百花岭之上。

在营根镇停留,可以选择在“乐园”下榻。这是一间不大的酒店,但清新、温馨、舒适,服务品质优良。毗邻三月三广场,步行五分钟即可置身于傍山而建的空旷之地,如三月三节庆之日来此,你将融入一片让你震撼的锦衣华