

西部美食游

黎家好滋味  
才下舌尖，又上心头

■ 本报记者 刘笑非

黎家美酒 山兰玉液

到海南旅游，一定要饮一次山兰酒。山兰酒被称为黎族“茅台”。黎族同胞用山兰糯米，蒸熟揉散成粒，再用黎山特定植物和米粉制成的“球饼”碾至粉状掺入其中，放置在垫满芭蕉叶的锥形竹筐内，并用新鲜干净的芭蕉叶盖好。然后，再让其自行发酵几天后密封进坛，经过半个月的酝酿便成为独特的黎族甜糟。

在白沙黎族自治县的酒店中，甜糟酒是最受欢迎的饮品，冰镇之后尤为可口解暑。黎族甜糟酒营养价值很高，用来煮鸡蛋味道更好。但是，若说是黎族“茅台”，甜糟酒还只能算是半成品。将装在坛里的甜糟酒深埋地下，三年至五年后挖出，就会全部化为浆液，变成“山兰酒”，即被称为“biang 酒”的山兰玉液。

山兰酒浓度不高，清醇可口、味美甘甜，有补气养颜和滋阴补阳的功效。品之，味道甜而微辣、辣而不燥。

特色食材 品味风物

在白沙，还有一味在当地黎语中被称为“南杀”的酸菜。当地人将在山野乡间收获的“里嫩”或“芝温”两种野菜，加入敲碎的牛或山鹿脊

骨，或切碎的田蟹、小青蛙等食材，与半熟的热干饭拌调，加进适量食盐或盐水入坛封存，经过一个月甚至一两年时间发酵，便形成了具有浓郁独特气味的酸菜“南杀”。在当地人的眼里，能在酒席上吃“南杀”的人，必定是深受欢迎的客人。

雷公笋是白沙当地深受欢迎的野菜。雷公笋学名闭鞘姜，是海南特有的野生草本植物，主要产自白沙等海南黎族聚居地区，遍布在溪沟旁、田坎上、山湾里、岭脚下。每逢四五月春风化雨之时，这种野菜便破土而出，在雷雨天气长势极好，因此又得了“雷公笋”的别名。

雷公笋茎约食指般粗细、筷子般长短，将其削成细条煮山蟹或鲜河鱼，是下酒饭的上等名菜。民间多将雷公笋的鲜嫩杆茎用洗米水腌制作成家常小吃，有时会将之拌上炒鱼、肉，味酸质脆、肉嫩鲜美、消食去腻，是白沙山区特色的“绿色食品”。酸雷公笋汤，还是一味清热解暑良药。

在白沙，当地人的餐桌上不仅有雷公笋，还有雷公根。这种有着“凉菜之王”之称的野菜，深受当地人的欢迎，具有相当广阔的开发前景。

千人长宴 共享美食

在今年“三月三”节庆期间，白沙

为了弘扬和展示黎族、苗族传统文化，专门推出了“千人长桌宴”活动。这个活动不仅重现了“千人长桌宴”的盛景，也为大家提供了一个了解共享黎族、苗族美食的机会。

白沙今年的“千人长桌宴”，不仅桌长近千米，人数也达两千多人，是人数最多、规模最大、菜肴最为丰盛的一次盛宴。长桌宴上的主菜是白沙举办的美食大赛中，评选出来的最能代表白沙的特色美食。其中，富贵菊花鱼肚、秘制手抓牛肉丝、天湖回味鱼、笋干扣猪手、炸石灵鱼、西沙蚬炖老鹅、粽叶小黄牛、蛋卷雷公笋、酱烧香猪九大名菜，成为今年“三月三”名菜；而水灰小粽子、五色饭、竹筒饭、山兰甜酒煮鸡蛋、白沙椰子冻五大小吃，成为今年“三月三”名小吃。

作为黎族、苗族宴席的最高形式和最隆重的礼仪，长桌宴历史悠久。长桌宴的桌子、酒杯、筷子一般以竹子制成。把长方形的桌子排成长列，长长的桌上铺着绿油油的芭蕉叶，芭蕉叶上盛着各种各样白沙原汁原味的特色美食——三色饭、竹筒饭、鱼茶、山兰酒、南杀、五脚猪等，用来招待尊贵的客人。

席间觥筹交错，歌声缭绕，无不散发出浓浓的古老的饮食文化气息。想要这样奇特的体验，何不去白沙走一走呢？



秀“色”可餐  
黎族三色饭  
本报记者 苏晓杰 摄

9大名菜

秘制手抓牛肉丝  
富贵菊花鱼肚  
笋干扣猪手  
天湖回味鱼  
炸石灵鱼  
西沙蚬炖老鹅  
蛋卷雷公笋  
酱烧香猪  
粽叶小黄牛

5大名小吃

水灰小粽子  
竹筒饭  
五色饭  
山兰甜酒煮鸡蛋  
白沙椰子冻

制图/孙发强

白沙美食



澄迈特色风情 旅游人财两旺

今年前十月旅游收入达17.2亿元



夜色下的澄迈广德桥瀑布 本报记者 李幸璜 摄

本报讯(见习记者林晓君 记者李佳飞)漫步在罗驿村，听石头垒起的墙壁诉说着千年的历史；放下繁忙的工作，约上三两好友品一杯醇香的福山咖啡……近年来，澄迈大力发展旅游业，打造丰富多彩的的特色游，获得越来越多游客青睐。

澄迈县旅游局统计的数据显示，今年1月-10月，澄迈县旅游接待354.82万人次，同比增长16.06%，旅游收入17.2亿元，同比增长18.90%。

山东游客曲日光平日爱好雕刻，听闻美榔双塔的美名，和同学相

约专程到澄迈一睹美榔双塔风采。

“椰树摇曳，美榔双塔矗立在蓝天下，远处眺望，造型美不胜收；走近细看，浮雕刻工精巧细致，雕像裙带飘摇，栩栩如生。”曲日光说。

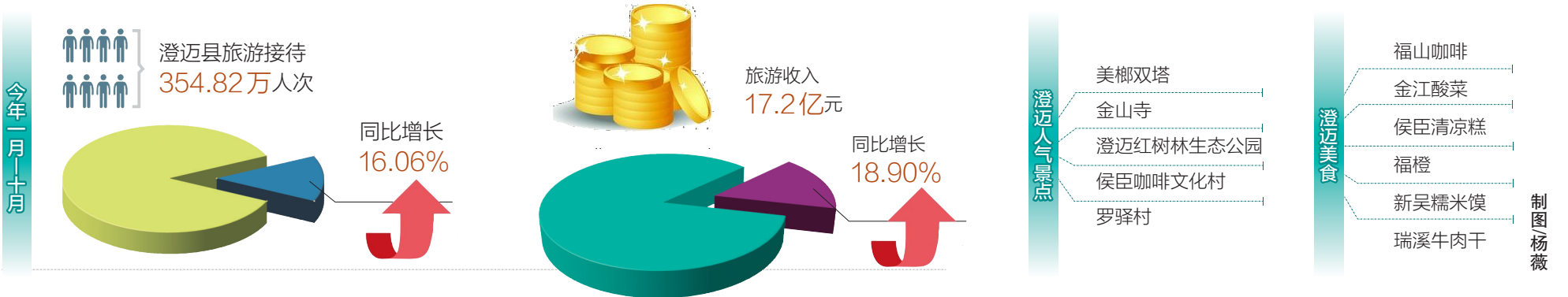
今年，澄迈县在元旦、春节、端午节等传统佳节举办“美哉·澄迈”

摄影大赛、四季果园嘉年华暨澄迈无核荔枝采摘等丰富多彩的节假日旅游活动，增加旅游知名度，吸引游客纷至沓来。

值得一提的是，今年国庆黄金周期间，澄迈围绕“富硒福地·长寿澄迈”举办的系列旅游文化活动，全

方位展示了澄迈独具特色的旅游资源 and 民俗风情，进一步提升了澄迈旅游的美誉度和知名度。

澄迈县旅游局相关负责人表示，下一步，澄迈将进一步加大旅游发展步伐，为各地游客提供更加丰富的旅游产品和优质的旅游服务。



资讯

儋州东坡文化旅游区  
建设加快推进

二期建设明年启动

本报讯(记者梁振君 通讯员冼贺)东坡文化是儋州乃至海南一张不可多得的文化名片。做好东坡文化大文章，是激活儋州全域旅游的关键所在。记者近日从儋州市旅游局获悉，省重点项目——东坡文化旅游景区建设目前正在加快推进，一期核心区建设基本完成，二期建设将于明年启动。

东坡文化旅游景区是《海南国际旅游岛建设发展规划纲要(2010-2020)》确定的海南省17个重点开发建设的旅游度假景区之一，是海南省重点项目和重点文化产业项目。该项目分三期建设，计划2025年竣工，总投资约35亿元。

近年来，儋州借力“东坡文化体验之旅”的东风，加快推进东坡文化旅游景区建设。该项目一期工程于2012年10月开工建设，目前累计完成投资约3.2亿元，一期核心区建设已基本完成，景区初见规模。项目二期建设计划2017年启动。

据介绍，东坡文化旅游区建成后，将吸引众多游客到儋州观光旅游，进而推动整个西线旅游发展，满足海南深度人文旅游体验需求。

行走

白鹭湖畔  
邂逅美食美景

■ 本报记者 郭畅

如果此刻你在思念一个人，也许会想到你们在一起时最爱吃的食物，固执地认为那是此生都不会厌倦的美味。也许，你还会想起你们一起看过的风景，以至于别人再提及那个地名，你的心里会荡起一阵涟漪。

世间，唯有美食、美景和爱不可辜负，大概就是这个道理吧。

清晨，在琼中黎族苗族自治县白鹭湖，看到第一缕阳光洒在湖面上，你的影子倒映在湖水中，微风袭来，连发梢都跟着舞动。在湖心芦苇丛中，成片的白鹭开始慢慢苏醒，好听的啼叫声似乎在向远道而来的你道声早安。

等你打开手机，想捕捉白鹭在蓝天下飞翔的姿态时，它们早已飞翔至青山绿水间觅食了。白鹭湖不仅给游人献上一张“打发疲倦时光”的入场券，让他们在蔓草缠绕的水潭边邂逅白鹭，还给游人献上了一张“白鹭湖美食”的请柬，邀请他们和白鹭湖中餐厅五星大厨一起，遇见那些不可被辜负的味道。

想吃纯净的白鹭湖水滋养出来的鲜鱼，何不尝试自己动手呢？无论你是钓鱼能手还是初出茅庐的“菜鸟”，在白鹭湖畔，都能体验到别样的“渔获”。一竿下水，愿者上钩，边赏美景边与水中的鱼斗智斗勇，不出片刻，大个头的罗非鱼便被收入囊中。

白鹭湖滋养的罗非鱼拥有细腻、鲜嫩的肉质。游客钓上罗非鱼以后，可以送到白鹭湖中餐厅现杀现做，不久就能品尝到新鲜出炉的劳动“果实”。

烤罗非鱼和海鲜西瓜皮煲是白鹭湖中餐厅的两大招牌菜。罗非鱼被烤至外焦里嫩，放在红油汤头中，吸取了辣椒、花椒的麻辣和洋葱等配料的浓香，再加上些许咖喱味道的点缀，令它有着不同于传统烤鱼的特殊滋味。

海鲜西瓜皮煲食材由西瓜皮、海虾、文蛤组成。当切片的西瓜皮被翻炒至微软的时候，加入文蛤汤头和微微炒香的海虾，让所有食材在砂锅中充分沸煮，直至西瓜皮彻底变软，汤头里充满了果香与海鲜的滋味。

尝过白鹭湖特有的美食，游客可以稍作休憩，躲过晌午最热的几个钟头，再到白鹭湖的林中小径，看湖景，观山景，掬一捧清冽的水，体会融于自然的和谐之美。

夕阳西下，白鹭低鸣着归巢，降落在白鹭湖湖心的灌木、芦苇间，湖边野鸭“嘎嘎”叫个不停。白鹭湖畔的不远处，一群年轻人在沙滩排球广场激情对垒，南边的堤岸上不时出现慢跑的人们。

入夜后，白鹭湖灯火初上，繁星满目，萤火之虫闪烁。在白鹭湖心的游船上，游客可以享受一场味蕾盛宴。游船上，火锅沸腾着，清甜的空气中夹杂着山兰酒的清香。大厨们用采食昆虫长大的山鸡，在山上溜达的小黄牛，清澈的白鹭湖水孕育的鱼，制成椰子鸡汤、椰子牛肉、椰子湖鱼。这三种琼中原生态食材成为白鹭湖游船晚宴的精选主角，全部由清甜可口的椰子水烹煮而成，每一口都是令人难忘的美食恩赐，给游客留下难以忘怀的体验。