

西部美食游

“东坡文化体验之旅”激活儋州全域旅游
美食+美景：玩出新花样

资讯

白沙构建全域
乡村旅游大格局

■ 本报记者 易宗平

“儋州的美食美景，真让人忘不了！”近日，已踏上归途的湖北游客章昱君在微信群里发了一组儋州名菜和名小吃的图片，获得众多朋友的点赞。不少网友表示，希望能到儋州旅游，品尝当地的“十大名菜”“十大小吃”。

用“百里挑一”形容儋州“十大名菜”“十大小吃”评选，一点也不夸张。据介绍，报名参加儋州“十大名菜”评选的菜品有133种，参加“十大小吃”评选品种有146种。

美食文化
源远流长



二〇一六年儋州“十大名菜”和“十大小吃”烹任技能决赛中，参赛选手现场制作渔家黄皮鸡。

在儋州“十大名菜”“十大小吃”评选活动中，“中和”“东坡”成为高频词。公元1097年，苏东坡被贬儋州。相传，居儋三年，作为美食家的苏东坡，创制了“东坡荷香肘”“东坡扣肉”等美食，对儋州美食文化影响深远。制作者王利波制作东坡荷香肘时，

结合传统制作方法和现代烹饪技艺，选用儋州本地黑猪前肘、新鲜荷叶和厨师手工制作的酥皮。这道菜经过精心秘制，色泽金黄，表皮酥脆，肉质清香可口。此次入选“儋州十大小吃”之列的美食中，还有多道令人垂涎欲滴的中和古镇美食——

中和芝麻豆腐。据制作者汤锦莲介绍，这道小吃，选用本地黑芝麻炒香，再配以米磨浆，如芝麻糊般在文火的锅中搅拌而成。待冷却后极像黑色般的豆腐，切小块盛于碗中，用芝麻红糖粉蘸食或冲冰镇糖水同食，口感细腻，让人回味无穷。

中和香糕，可谓闻名遐迩。儋州东坡文化研究会常务副会长韩国强，在他主编的《州城揽胜》一书中，对中和香糕进行了推介：香糕的选料有炒米、瓜条、瓜仁、榄仁、肉丁、猪油、芝麻、白糖等。制作者汤世强说，添加了保健植物辣木原汁，能让这道传统口味更受欢迎。

截至今年10月
白沙乡村旅游点接待
20.74万人次

其中过夜人数10.31万人次
同比增长

58.86%

实现营业收入316.58万元
同比增长

13.91%



制图王凤龙

本报讯(记者梁振君 特约记者王伟 通讯员符武平)乡村旅游是近年来白沙黎族自治县旅游业发展的一大亮点。近年来，随着白沙“美丽乡村”建设计划的稳步推进，一大批旅游资源条件好、生态环境优，基础条件较好的“美丽乡村”建成营业，创新了乡村旅游发展的新模式。从“建设美丽乡村”转向“经营美丽乡村”，白沙正在谋划构建全域旅游发展大格局。

目前，邦溪镇芭蕉村，元门乡罗帅村、那吉村，细水乡老周三村等乡村旅游点为白沙乡村旅游发展奠定了基础。但是，与此同时，白沙也存在制约乡村游发展的客观因素，全县未形成具有特色的代表性乡村旅游形象。在乡村旅游点布局、产业化发展、差异化、规模化、多元化等方面还存在一定差距。

业内人士建议，全域旅游建设要点、线、面结合推进。在白沙的全域乡村旅游推进中，“点”就是白沙的各旅游乡村点、待开发的美丽乡村、沿线风情小镇、景区点(如陨石坑、红坎瀑布、九架岭雨林公园、邦溪坡鹿保护区等)；“线”就是已规划好的“生态旅游百里长廊”以及“白沙绿道”，将各乡村旅游点、美丽乡村、风情小镇、景区点等连接起来。在线的建设上要考虑建设自行车、电动车慢行道系统，将各点串联起来，形成互动；“面”就是在点、线结合的基础上，将全县作为一个大乡村旅游点来打造，形成全县全域旅游的大格局。

凸显本土
生态优势

松涛水库是儋州市著名的旅游区，水库水质肥沃，是良好的淡水鱼产地。水库鱼肥，肉质细甜而不涩。据儋州名厨羊达依介绍，松涛水库风味鱼，选用优质原料，去鳞，去鳃，去骨，风干2—3小时后，用20多种辅料、调料密封腌制8小时以上，然后用纯香玉米油进行炸制，待表皮金黄后捞出。

儋州北岸脆皮鸡具有先天优势，因为儋州北岸地区火山岩地带水质好，农村散养走地小种鸡，主要吃稻谷青草、杂虫生长，肉质好。儋州光村沙虫，又称“海肠子”，产于沿海滩涂泥沙之中，外观长两寸左右，状若芦笋。据当地渔民说，在满月的晚上，沙虫浮到浅海水面时为捕捞最佳时段。

吃饱了名菜，还得品尝小吃，来喝一碗儋州擂茶吧。擂茶其实不是茶。擂茶的制作很复杂，采用纯手工磨制而成。擂茶的主要材料有：花生、芝麻、茶叶、萝卜干、薄荷、罗勒(又名金不换)、紫苏、苘荳、穿心莲、苦刺心，还配有豆角、韭菜、虾等。擂茶具有清热、解毒、生津的食疗效果。

儋州擂茶。易宗平 摄



粉丝时代
口碑传播

中国烹饪大师、餐饮业国家级评委吴盛群说，儋州“十大名菜”“十大小吃”评选活动，不仅仅是一次美食的挖掘与发现，更是儋州美食品牌的打造与提升，对餐饮业、旅游业发展将产生深远影响。

目前，包括儋州在内的海南西线旅游业，景区景点分散，属于点状分布。儋州市旅游委主任李洪涛说，“东坡文化体验之旅”设置了从海口和三亚出发的两条线路，能让儋州的系列景区景点像珍珠般串联起来。“美食+

美景”的旅游推介模式，将大力推动当地的全域旅游发展。如今，儋州的东坡书院、石花水洞、松涛天湖、海南热带植物园四大景区，以及力乍村、屋基村等一批乡村旅游景点里，游客经常“爆棚”，景区

周边的餐饮店也常常一座难求。众多游客在品尝儋州“十大名菜”“十大小吃”后，将美食图片上传于个人微信、微博中，能够发挥很强的网络口碑传播效应。

东方：特色美食榜 谁与争锋？

■ 本报记者 罗安明

四更烤乳猪、黄鳝炖花生、白切南港羊、罗带四角粽子……如果你是一个“吃货”，在东方市你可以尽情享受美食的快乐。

酥脆烤乳猪
洋溢家乡味道

来东方，不能不吃烤乳猪。东方的烤乳猪，以四更烤乳猪最为出名。据了解，四更烤乳猪拥有悠久历史，是当地一道色香味俱全的名肴。走近八所镇农科路，远远就能闻到一股烤乳猪的香味。这里是东方著名的烤乳猪一条街，分布着十多家烤



东方烤乳猪香味四溢。

乳猪店。每到傍晚时分，来这里购买烤乳猪的市民和游客络绎不绝。在一家名为亚香美食店的烤乳猪店门口，一名五十岁出头的老师傅正穿着粗布衣服，用两根铁锥子穿着两只烤乳猪，在火红的炭火上翻转。烤着烤着，他不时敲一敲乳猪的背部，凑近听听声响，或往乳猪身上抹一点花生油。“我们店在这儿开了22年了，是个老字号。”亚香美食店经营者钟进香是个做烤乳猪的高手，正在火炉旁烤

乳猪的老师傅是她的徒弟。据钟进香介绍，做东方烤乳猪要挑选四斤左右的体小腰直、皮薄肉厚的乳猪。乳猪宰杀以后，要先将猪腹内侧的肉切开，放在炭火上烤，把握好火候，内外兼顾，把乳猪体内的油脂烘烤出来。乳猪表皮烤成金黄色为最佳，不能烤太久，否则肉就会烤老了。一只乳猪烤出来全程大概需要40分钟。东方烤乳猪口感酥脆，香而不腻，是东方人记忆中“家乡的味道”，让很

多在异乡工作的东方人魂牵梦萦。

黄鳝炖花生备受青睐

除了烤乳猪这道名菜，黄鳝炖花生在东方当地百姓餐桌上也颇受欢迎。黄鳝炖花生的原材料是本地小河、湖泊里野生的黄鳝以及由四更沙土培育的优质花生。首先，用清水清洗黄鳝的表面，去掉背后的骨，将黄鳝切成小段，然后将花生放入砂锅炖十几分钟。将黄鳝和花生加入调料后，一并放入砂锅慢慢炖。黄鳝炖花生是一道大补菜肴，具有补血、除风湿、抑制咳嗽、减缓老化等作用，当地人经常做这道菜给产妇吃。

感城空心菜脆口柔滑

东方感城空心菜叶少茎粗，是一种口感独特的蔬菜。感恩河两岸布满菜园，感城空心菜得益于河水的滋养，条长而不显老，梗粗而脆，叶圆厚而水分充足。感城空心菜摘除根须后，几乎全身可食。感城空心菜的做法也十分简单，只要将油烧热，放入蒜泥，猛火翻炒两分钟即可出锅。近年来，感城空心菜大名声远扬。由于产量少，即使在东方感城本地的农贸

市场也很难找到它的身影。因为一些东方的酒店、特色餐馆早已提前订货，将感城空心菜从种植户手中直接买走，作为绿色高档菜肴在餐桌上推出。

铁甲鱼干飘香万里

红鱼、白鲳鱼、马鲛鱼、螃蟹……东方的海产品十分丰富。每天傍晚的八所港，晚霞铺满天边，渔民从满载而归的渔船上，将打到的海鲜搬运到岸边售卖，热闹非凡。东方附近海域，尤其盛产铁甲鱼，因为产量大而且备受当地人喜食，铁甲鱼今年被评为“东方十大农业品牌产品”。铁甲鱼因其鱼鳞坚固，较难砍断而得名。铁甲鱼肉质醇厚，干煎是最为地道的做法。当地人将铁甲鱼去除内脏洗净，切成小段后，再用料酒腌制15分钟左右，热锅热油将鱼煎至两面金黄。食用时，再沾上一些虾油，感觉满口都是浓郁的鱼香。铁甲鱼有补气补血的效果，是东方人十分喜爱的一种下酒菜。在2015年中国(海南)国际海洋产业博览会上，东方铁甲鱼作为优质海产品参展，受到岛内外客商青睐。

(本版图片除署名外均为苏晓杰摄)

老市村：
古村古道
诉说过往繁华

琼中黎族苗族自治县湾岭镇老市村，是一个古老的村子，它原称岭门圩，因设圩镇时间长久，被俗称为“老市”。昔日这里商贾云集，如今这里早已没有了集市，村民以务农为生，老市村曾经的繁荣只依稀留存于村中老人的记忆里。

老市村离琼中县城营根有20多公里，是一个较为偏远的村落。村中只有两条主干道，两道交汇形成一个方方正正的十字，房屋都临“十字”而建，狭长分布，是典型的集市区房子，村中房屋大门都朝向主干道，每户宽不过5米，长十几米到六七十米不等，七八进的房屋比比皆是。

如今，过往热闹了300多年的老市村已是一副安然世外的样子，村民从上世纪五六十年代起就开始转向了别的营生。

在老市村，一条石蛇古道静静地讲述着老市村曾经的热闹过往。现在，如果不是村中老人带路，破坏严重、被杂草掩盖的石蛇古道还真是难寻。在一片樟柳园的杂草丛里，勉强可以看到古道的轮廓。

石蛇古道位于老市村东1.5公里处，建于清乾隆年间，古道路面宽1.47米，其状弯曲如蛇，被当地人称“石蛇”。

如今，古道已不再是交通要道，年长月久，古道被荒废，村民在古道两旁种上槟榔树，挖取古道的石头另做他用，造成路面损坏。石蛇古道2013年被列为琼中第二批县级文物保护单位。

(林文)