



浪漫三月，又到一年桑葚采摘时 琼中富美乡村美景邀您“奔格内”

正是阳春三月好时节，桑叶吐绿、桑果发紫，又到一年采摘时。
走进琼中黎族苗族自治县湾岭镇竹朗村，连片的桑田呈现在眼前，郁郁葱葱、绿得纯粹，与田间纹理别致的仿木栈道、凉亭相映成趣，“景不醉人人自醉”。



琼中牙模村的富美之变。 袁才摄

红得发紫的桑葚果实绿叶的掩盖下，娇羞地散发着淡淡的果香，用一句“犹抱枇杷半遮面”再恰当不过。游客只有进到桑田、俯下身来，细细找寻，才能摘得这人间的美味。

“我们竹朗村是琼中最早种桑养蚕的村庄之一。”桑田里，身穿迷彩服的陈业开热情地介绍，作为最早一批引进种桑养蚕的农户之一，56岁的黎族农民陈业开靠着桑蚕产业，家里盖起了两层小洋楼，供3个孩子完成了学业，小日子简直是芝麻开花——节节高，一年红火过一年。

近年来，琼中立足生态、民族文化等资源优势，特色产业与乡村旅游同步发展，拟用五年打造一批富美乡村。自发展种桑养蚕产业以来，琼中共投入各类资金1.1亿元，用于技术指导、桑苗、农具、蚕房、桑田道路等种桑养蚕生产发展建设，为村民和游客铺平了生产、旅游的“绿色通道”。

“不要小看这些桑树，它可全身都是宝。桑葚可以酿酒，嫩桑叶切碎了能煎蛋，嫩尖用来煲汤最美味。”湾岭镇竹朗村农户陈传照说，靠着发展种桑养蚕，去年底他成功摘掉了

“贫困帽”。政府还出资235万元，为村里建设乡村公园、仿木栈道，发展桑园观光、采摘桑葚等种桑养蚕下游产业。

如今，琼中种桑养蚕已形成一条成熟的产业链，从小蚕共育室到蚕宝宝吐丝，从用桑枝喂羊到发展蚕丝被加工业，琼中的十年养蚕路越走越顺畅。随着特色乡村游的兴起，种桑养蚕业不仅让琼中村民实现“产业脱贫”，更是走上了“旅游脱贫”的广阔之路。

“我们的桑葚随便摘，不要钱。”红

毛镇响响村牙模村民小组村民阿凤是个热情的妹子，见到游客来自家桑园里采摘桑果，总会热心提醒要用山泉水洗一洗才更美味。阿爸王家严喜欢在桑葚成熟的时候，煮些米酒泡桑葚治疗风湿，“有时候游客也会到家里买一些带回去，桑葚酒可是个好东西。”

好客的阿凤请我们品尝了桑葚大餐。饭桌上的，全部是与桑葚有关的食材，在桑树底下饲养的“桑葚鸡”，用嫩桑叶切碎了摊成的鸡蛋饼，嫩嫩的桑叶尖煲了鲜美的排骨汤，还有酸甜可口的桑葚酒。

在风光优美的桑园里，在飘着桑果清香的餐桌上用餐，细细品尝，别有风味。抿一口桑葚酒细细品，醇香无比，回味无穷；夹一把烫熟的桑叶尖，细嚼慢咽，嘴里充满桑叶的香味，齿颊留香；来一块白斩的“桑葚鸡”，原汁原味的鸡肉鲜嫩多汁。

“又见春风化雨时，瑶台一别未言痴。殷红莫问何因染，桑果铺成满地诗。”三月的桑园格外美丽动人，走进桑田，吃桑葚鲜果，品桑叶美食，玩创意农活……我们的旅游生活也变得田园诗意，生活更添情趣了！

桑葚与桑葚酒

桑葚又名桑实、桑果、桑枣、乌椹。桑葚汁浓似蜜，甜酸清香，营养丰富，所以桑葚又被称为“民间圣果”。

桑葚富含的活性蛋白、维生素、氨基酸、胡萝卜素、矿物质、葡萄糖、蔗糖、果糖、鞣质、苹果酸、钙、维生素B1、维生素B2、维生素C、尼克酸等成分，其营养是苹果的5~6倍，是葡萄的4倍。

在琼中，每年3~4月份，农户们便会忙着四处收集桑果，用祖祖辈辈传下来的古法酿制成酒。在“三月三”这个盛大的节日里，拿出来与亲朋好友一同分享。慢慢品一品桑葚酒，浸泡的桑果酒醇香无比，回味无穷。

作为水果酒之中的极品，桑葚酒深受男女老少的喜爱。

如果你也喜欢桑葚，喜欢桑葚酒，不妨带上自己的三五好友，一起来琼中体验采摘的乐趣，让味蕾与桑葚来一次“醉美”的邂逅……



桑葚采摘季吸引了大量游客。 梁振文 摄



三月正是采摘桑葚好时节。 朱德权 摄

还在等什么？

快来开启琼中桑葚免费采摘之旅吧



琼中野竹笋。 朱德权 摄

琼中桑葚采摘旅游线路

线路一：出发地——湾岭镇岭脚村、竹朗村——琼中海山岛饭店——白鹭湖旅游度假区——湾岭特色风情小镇
采摘地点：湾岭镇岭脚村、竹朗村周边桑园。
午餐推荐：琼中海山岛饭店；

地址：琼中县老湾岭镇墟；
联系电话：13876141175；
特色美食：电饭煲鸡、牛肉干、蒸茄子、小河水、野菜等。
住宿推荐：白鹭湖雨林度假酒店；
地址：琼中县老湾岭镇墟旁；
联系人：杨先生 13876960891。



炸石鳞鱼。



香煎五花肉。 朱德权 摄

线路二：出发地——七彩琼中县城——长征镇烟园村、潮村——云湖乡村旅游度假区
采摘地点：长征镇烟园村、潮村周边桑园。
午餐推荐：琼中营城红云湖农家乐；
地址：营牛线旁（距琼中县城4公里），云湖乡村旅游度假区内；
联系人：唐经理 13976216529；
特色美食：竹筒饭、海南椰子鸡、九层油糕等。
住宿推荐：琼中营城红云湖农家乐；
联系人：唐经理 13976216529。

线路三：出发地——七彩琼中县城——红毛镇牙模村、共建村——什寒黎苗山寨（最美中国乡村）
采摘地点：红毛镇牙模村、共建村周边桑园。
午餐推荐：黎家菜；
地址：琼中县红毛镇什寒村（什寒黎苗山寨内）；
联系人：黄女士 15091906765
特色美食：香煎牛肉干、什寒天猪、炒蜂蛹、山兰米酒等；
住宿推荐：什寒黎苗山寨
地址：琼中县红毛镇什寒村
联系人：林先生 18976176633



大边河香煎鸡。 李旭 摄

自驾游推荐景点

七彩琼中县城、一号广场特色商品街、百花廊桥、湾岭镇鸭坡红色美丽乡村、湾岭白鹭湖度假区、黎母山国家森林公园、和平镇万泉河（乘坡河）石白群、和平镇埡对村、云湖乡村旅游区、新寨什日宛自行车咖啡驿站、什寒黎苗山寨（最美中国乡村）、白沙起义纪念馆、什运番道黎锦村、便文梯田、便文露营地、鹦哥岭风景区、上安乡东五指山仕阶摩崖石刻群、东五指山万泉河源漂流、吊罗山乡大丛村。

温馨提示

桑葚采摘之旅是历年琼中“三月三”黎族苗族文化旅游节的主题之一，以上路线只包含琼中几个较大的桑园。在琼中，看到有桑田的地方，主人都会热情地邀请您免费采摘。同时可学习蚕宝宝饲养、踏春游玩、购买桑葚酒，以及品尝琼中特色美食！
因近期天气晴好，请做好防晒工作(☺☺)哦！



桑果熟，游人醉。 朱德权 摄

（本版策划/撰文 申易 秦海灵 朱德权 毛慧慧 官贝）