



传统花灯 靓府城
本报记者 张茂 摄

寻味

海鲜大餐 不容错过的海南味道

■ 本报记者 李佳飞 实习生 韦思瑶

辣炒芒果螺、香辣和乐蟹、白灼大虾、清蒸石斑鱼……今年春节，临高县金牌湾附近的海鲜店，几乎天天爆满，一桌桌海鲜大餐，让大快朵颐的游客纷纷点赞。“不愧是海岛旅游度假目的地，这里的海鲜不仅新鲜、品种多，吃法还多种多样。”山东游客罗斌这样感慨。

是的，海南岛四面环海，海产品丰富，海鲜是随处可见的一种美食，它的种类繁多、数不胜数，做法更是五花八门，在琳琅满目的海南美食文化中占有一席之地。

先说在海口吃海鲜的热地之选：板桥路海鲜广场位于海口白龙路和长堤路附近，这里各种各样的海鲜琳琅满目，海鱼、海蟹、海虾、贝类等基本都是每天下午4点以后才从船上运回销售，非常新鲜，价格也相对公道；丁村万人海鲜广场位于海口市龙昆南路延长线，项目总占地面积160亩，设有海鲜平价超市、游客自助用餐区、集散广场、生态停车场、海洋文化展示馆以及儿童游乐场等配套设施，适合带孩子家人一起享用。

如果有雅兴想要出海看海景，边吹海风边吃海鲜大餐，可以选择海口新埠岛的金水门江边海鲜坊，坐着游船出海，随着波浪涌动而轻摇的船只，品味海的鲜甜味道。

三亚第一市场是三亚最大的海鲜售卖市场，周边有许多海鲜加工排档，消费者可以在市场内选购好海鲜后再找加工店，比去酒店吃更划算。此外，还有春园海鲜广场、友谊路下岗职工海鲜加工广场、火车头万人海鲜广场等。

尽管海南各地菜市场都会供应海产品，但本地人还会去海鲜渔港码头吃海鲜，那里渔船打鱼归来可以就地买卖，保证了新鲜，且物美价廉。

在文昌清澜港环球码头，每天都上演着渔家人忙碌的场景。勤劳的人们闯海、耕海，他们以海为生，与大海亲密接触，海的富饶让这个码头变得热闹非常。当地人挑选海鲜尤其看重新鲜度，享受的就是大海的原汁原味，即便是咸鱼干，也以海上出水即刻挂晒，靠烈日暴晒的为佳品。为了保持海货新鲜有卖相，摊贩们会将鱼、虾、蟹、螺分装在小盆里，电机充氧一刻也不能停。“最重要的是水。养海鲜的水都是从海上带回来的。必须是深海的海水，要干净，不然鱼虾容易死掉。”摊主吴乾刚这样介绍。

还有琼海的潭门渔港海鲜。潭门港地处琼海市东部沿海，由于得天独厚的资源优势，当地近海捕鱼和远洋捕捞作业非常发达，沿海养殖和种植业也颇有特色。每天早上，千艘渔船从海上归来，鱼跃满仓，渔民们笑容满面，宁静的潭门港随之热闹欢腾起来……

在临高，海鲜除了蒸、煮、炒、炸、打边炉外，还有一种特色吃法颇受欢迎，那便是“土窖海鲜”，也叫“晒炉”，是将烧得滚烫的土窖碾碎后将食物覆盖其上烹熟。

“花园式的小渔村，置身其中，听鸟儿欢叫，闻百花芬芳，看鱼游浅底，尝海的鲜甜……”这是游客对临高县金牌湾小渔村的描述。这儿的海鲜资源丰富，红鱼、金钱鱼、马鲛鱼、鲷鱼等，清蒸鲜甜。到渔家乐，三五成群的好友，大家围在一起“打边炉”或者烧烤，都别有一番风味。

此外陵水新村港也是一个迷人的热带海湾，渔家渔排素有“漂浮美食岛”的美誉，不仅用餐环境与众不同，可见蓝天白云，可听碧水涛声；而且海鲜的味道也比别处更加鲜美，原因是这里的海鲜全部是“就地取材”，现捞现吃。

海南是个海鲜遍地的地方，到了海南怎么能不吃海鲜？各种海鲜饭馆，排档、码头、加工店众多，价格不一，如何挑选称心的店，吃得开心，就要看自己的偏好了。



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“hnblyzk123” 即订阅旅游周刊微信公众号了解更多旅游资讯

深玩

■ 本报记者 刘梦晓

“老奶奶，手儿巧。做花灯，闹元宵。西瓜灯，兔子灯。金鱼灯儿尾巴摆……”一首有趣的童谣，传唱出了中华传统节日元宵节的热闹劲。

元宵佳节将至，除了赏花灯、吃汤圆，海南人还有许多热闹的庆祝方式，让人们在这个古老的节日里或沐浴传统民俗之风，或围在一桌共享特色美食，用丰富的形式共庆佳节。《旅游周刊》记者带您一同走进海南诸多的元宵习俗，为即将到来的节日提供游玩参考。



乐城“赛肥鸡”活动。
本报记者 袁琛 摄

海口换花好热闹

要说元宵节海口哪里最热闹，当属琼山区。元宵佳节当天，“七仙女”“何仙姑”将纷纷走上街头，颇具民间特色的“装马匹”巡游拉开府城换花节的序幕，巡游队伍的移动搅热大街小巷，锣鼓阵阵舞狮登场，处处洋溢着节日的欢乐。

府城换花节，是海口的老传统。“现在的换花节是源自过去的换香习俗。府城还是琼州府驻地的时

公期邀客享美食

如果说换花节是一群人的狂欢，那么在海口市秀英区石山镇美舍村，元宵节是属于和亲朋好友相聚的好日子。

元宵节当天是美社村的公期，在海口市打工的王义坤每年都会邀请好友到家中做客。“公期是我们全村人的重要节日，来家里的人越多，越是好的兆头。”王义坤说，公期当

特色民俗闹佳节

元宵佳节，海南不同的市县也有不同的民俗。

在临高，元宵节有演人偶戏的习惯。“人偶戏是临高的瑰宝，临高人对它的喜爱超过了其他的任何剧种。”临高县木偶剧团团长王范说，在重大节日或传统节日到来时，人偶戏就成了临高人最期待的节目。不仅是戏团在公开场所进行表演，一些民间艺术团也会进村表演。

看戏、换花、吃公期

多彩民俗 闹元宵

候，每到元宵那天，就会举办灯会，成千上万的男女老少出门赏灯。因为出门天黑，大家就手捧香烛，碰到了老友就互相道几句祝福话语，交换香烛以表祝愿。久而久之，就成了人们情感交流的一种方式。”对于换花节的来历，琼山区居民吴义清介绍说，后来随着电灯的发明，人们发现花不仅容易携带，还能代表吉祥如意的好寓意，于是“换香”就演变成了“换花”。

元宵当天，随着夜幕的降临，府城各街道人潮涌动，流光溢彩的花灯彰显着节日的欢庆，街道上手持鲜花的人也成为靓丽的风景线，更有害羞的年轻男女还戴上了精致的面具，别有风情。现在，换花不仅可以和熟悉的亲朋互换，也成了异性之间表达爱慕之意的途径。以花为媒，寻觅知音，可谓浪漫。

换花节当天，除了跟着大部队

天，村里要举行拜公仪式，以祈求一年顺心如意。其次最重要的就是要招待宾客吃好喝好。从节前好几天开始，家家户户就开始为公期做准备，母亲也不例外。其中最让人期待的就是母亲自己磨的石山豆腐。“人们都说我们石山的黑豆腐好吃，其实做法很简单，和普通豆腐的做法没什么区别，主要就是原材

料好，把石山黑豆磨得细腻，豆香浓。”

节日当天，亲朋好友手提礼物到王义坤的家里，鞭炮声此起彼伏，门庭若市。人们凑满一桌就开始享用食物，除了王义坤母亲精心准备的豆腐，白切黄皮鸡、炸排骨、海南粉，用石山羊打边炉，也都是让人欲罢不能的美味。

在主街巡游之外，还可以到绣衣坊走一走。作为海口的一条老巷，漂亮的彩灯和花灯从巷头到巷尾接连不断，把绣衣坊装扮得分外温馨与明亮，把绣衣坊装扮得分外温馨与明亮，把绣衣坊装扮得分外温馨与明亮，把绣衣坊装扮得分外温馨与明亮。



亲朋好友相聚一堂过公期。
本报记者 张杰 摄

去，县城及乡村都要举行挂灯、耍灯等民间文艺活动。其中以耍灯为主，通宵演戏，称“天明戏”。同时表演彩船、地驴、水兽、社火、龙灯、狮子等民间舞蹈，小孩子提着各种灯笼上街玩耍，到处锣鼓喧天，一派热闹景象。现在挂灯、小孩提灯笼玩耍者减少，多由文化部门举办灯展、猜灯谜活动，城乡一些单位表演狮子、彩龙、采莲船、踩高跷等。

一张八仙桌，桌上摆着一只泛着油光、让人垂涎欲滴的水煮鸡，由村里乡贤组成的评委会评选出夺魁肥鸡。肥鸡嘴里叼着鲜花，脖子上挂着项链，象征美好生活。谁的鸡最肥，说明谁家会养鸡，也是最勤劳的象征，自然会得到乡亲尊敬。

元宵节在白沙黎族自治县又叫“过大年”，实指正月十四到十六这三日，民间吃元宵或油煎元宵。过

和平镇

《雅啦米，琼中》② 万泉河流经的古老石臼群



琼中石臼

■ 小米飞猫·罗玲

长久以来，乘坡河石臼群早已成为了和平镇的形象标识。万泉河水从五指山脉奔流而下，冲刷过和平镇政府东面200米处长约1公里、宽300米的乘坡河床，在岁月车轮的流转中，锻造出一个壮观的石臼群。

地质学家们至今仍在为它的成因而争论不休。有人认为它是在200多万年前冰川时期，因融水沿冰川裂隙从数十米甚至数百米的高度，自上而下以“滴水石穿”的方式，对冰川覆盖下的基岩进行强烈冲刷而产生的“冰臼”。

也有人认为，琼中位于海南岛中部山地，是三大河流的源头，地形险峻坡度陡峭，在河床上形成了水

位落差较大的坎坡，强大的水动力长期磨蚀着岩石的构造裂隙或较软的部位形成洼槽，洼槽中的砾石在流水的带动下旋转、碰撞和磨蚀槽壁，使洼槽不断扩大和加深，几十万年周而复始，磨蚀出大量深度和宽度达数十厘米乃至数米的水磨石臼，简称“壶穴”。

但无论它的成因是什么，乘坡河石臼群早已在海南200多处石臼景观中坐落了霸主地位。来和平镇的人们无一例外都会为它驻足停留。然而乘坡河石臼群并不是随时都可以看到的，只有在旱季枯水期水位下降后，河床完全裸露，最完整的石臼景观才会展露无遗，所以选准时机很重要。

从琼中县城出发，抵达和平镇

墟只需40分钟，把车停在镇政府院内或对面的人民医院旁，步行几分钟就能看到石臼群了。

青山在旁，蓝天在上，阳光照耀着长达一公里的花岗岩河床，照耀着那些形态各异的石臼。有的圆如缸，水满而清澈，白云的倒影在里面轻移，小鱼在白云中游弋。有的深则岩石已穿，可见水在其下流过和偶尔溅起的水花儿。还有的形似农家生活用品或生产工具，如碗盘、簸箕、舂米的器具、舂米的犁头，甚至农夫的脚印。还有一朵盛开的莲花一如洞开的心。

而在较靠近对岸的地方，还有大量的岩石不规则地堆砌着，大小不一，奇形怪状，有的甚至神似猴子和神龟，但石面都一致地光滑平滑。河水从岩石的缝隙间奔流而过，击打着石壁，水花四溅，湍急中发出阵阵轰鸣，此处正是最佳的摄影取景地。

置身于这片石臼上，我喜欢赤足站在水里，感觉水流的力道，感觉那透彻的凉意瞬间贯穿身体时的清爽，那一刻，我更愿意相信自己正站在200万年前的冰川遗迹之上，感叹流年。

而关于乘坡河石臼群，在众多地质学家的科学推论之外，我更喜欢倾听和平镇的长者们讲述的那个古老的传说。

相传在很久很久以前，乘坡河畔有一个村庄，人们日出而作、日落而息，过着平淡而安宁的生活。而龙王就住在乘坡河里，偶尔会和岸

上的村民友好互动。每逢丰收或喜庆之日，村民们便会大摆宴席，狂欢而庆。有时锅碗瓢盆不够用了，就去找龙王借，龙王每次都欣然应允。

那时村子里有很多牛，龙子生性顽劣，经常乘人不注意就上岸来吃牛，令村民十分恼火。某天当龙子再次故技重施的时候，就被埋伏的村民逮个正着，然后他们杀死了龙子，分肉而食，唯独没有分给村里的那个寡妇。龙王上岸寻子，发现龙子被杀，顿时勃然大怒，掀起千顷巨浪淹没了村庄。由于感念那寡妇没有参与分食龙子，龙王把她送到了对岸的那座山岭上，她便成了村里唯一幸存的人，后人便称那座山岭为“寡妇岭”。

说到这里，故事还没有结束。在村子沉入河底后的某天，一位功力无边、所向披靡的将军在打了胜仗之后，骑着白马回到村里来见他的老相好，没想到村子已不存在，听闻他的爱人也未能幸存，天人永隔，再无相见，哀痛绝望的将军便在这岸边仰天长啸，挥剑自刎了。

再后来，河水退去，人们看见了无数村民们用过的生活用品和生产工具深嵌于河床的岩石中，远比我们现在所看到那些神似某些物件的石臼还多。但年复一年，河水裹挟着不计其数的大木桩从山上奔涌而下，撞毁了许多形态各异的奇石，因此，我们今天所能看到的石臼景观已称不上是最壮观的了。

虽然这是一个惨烈而凄美的传说，却为乘坡河石臼群平添了一丝神秘的色彩，我也笃信那个莲花型的石臼是将军的化身，装满了他为爱而流的泪。这么想来，乘坡河石臼群又多了一个值得拜访的理由了。