

H 深玩



无核荔枝

荔枝采摘

从今年5月初，荔枝刚变红，海口琼山三门坡镇龙鳞村就热闹了起来，一直到现在游客还有增无减。在龙鳞村，全村的400多亩荔枝大多用来发展采摘游，让广大的市民和游客进荔枝园采摘游玩，村民都吃上了“旅游饭”。

据悉，琼山区是海口火山荔枝主产地，荔枝种植面积达8.2万亩，是全国最大的荔枝早熟基地，也是海南省荔枝种植主要基地，主要种植的荔枝品种有妃子笑、白糖罂等。

“经过了几年发展，三门坡荔枝采摘旅游的品牌打出了去，我们果农是最大的受益者。”龙鳞村农庄老板唐吉介绍。

据不完全统计，目前琼山区三门坡镇、云龙镇、红旗镇、旧州镇、大坡镇、甲子镇等6个镇共有100多个海口火山荔枝采摘游玩点，游客可以在这里尽情采摘，感受采摘乐趣，品尝美味农饭。

**小贴士** 荔枝虽美味，吃了却容易上火，为此，记者还搜罗了一些吃荔枝不上火的小技巧。

1. 盐水浸泡。将剥掉外壳的荔枝（不要将白色的那层薄膜也剥掉）冲洗干净之后，浸泡进30%的盐水中，一个小时后取出，剥开白色薄膜就能吃了，经过盐水浸泡之后，荔枝的火气就降低了。

2. 吃荔枝前喝点盐水。在吃荔枝之前适量喝盐水或者夏枯草凉茶、冬瓜汤、绿豆汤，可以有效预防荔枝病。

如果是在荔枝采摘现场，没有盐水，则可以直接吃掉果膜。荔枝壳和果肉之间有一层薄薄的白膜，口感微涩，怕上火可以连这层薄膜一起吃掉，食用荔枝蒂部凹进去的果肉白色的蒂状部分也可以防止上火。

## 三门坡荔枝采摘旅游路线(部分)：

1. 龙鳞村果园（223国道44.3公里处左进6公里）——龙鳞村农家乐
2. 海口积书水果产销合作社果园（三门坡墟红旗路旺林园旅馆后面）
3. 金立果水果产销专业合作社果园（三门坡墟往文昌市东路镇方向前行3公里再左进700米）
4. 荔海农庄（223国道46公里三门坡墟左转文昌市东路镇方向3.5公里左侧）——农庄观光、果园采摘

不仅是琼山区三门坡的荔枝，海口秀英区永兴镇的荔枝同样不可错过。

海口市永兴镇古名雷虎，古时雷虎荔枝被当作贡品送往衙门“三台”，故有“荔染三台”之美称。独特的地理环境和火山地质土壤，造就和蕴藏了世界上最稀奇的荔枝品种。永兴荔枝拥有一张含金量很高的“身份证”——海口首个国家地理标志证明

商标。在永兴众多品种的荔枝中，就有我国最大果形的荔枝品种，俗称火山荔枝王的蟾蜍红和紫娘喜。

荔枝王的个头有多大？可以直接和鸡蛋的大小媲美，甚至有不少荔枝个头比鸡蛋还大。而这个品种的荔枝最让人喜爱的原因还在于，虽然个头大，但口感细腻，果肉超级有弹性，让人的口服之欲很有满足感。

## 永兴荔枝采摘旅游路线(部分)：

1. 永兴电商扶贫中心（远眺11座海口火山，农村集市、荔枝园内骑行）——美孝村（观万年火山石屋、感受红色历史）——杨梅农庄（尝乡村美食黄皮鸡、荔枝园采摘）
2. 永兴电商扶贫中心——美梅村（乡间赏花，荔枝园采摘、采摘圣女果和番石榴）——青年硕德坊（踏青、骑行）——美隆牛庄（尝乡村美食）。

在澄迈福山镇，20多亩的妃子笑采摘也正在热闹进行中。

## 澄迈福山镇采摘旅游路线(部分)：

澄迈县福山镇福山咖啡风情小镇对面。

黄皮采摘



## 海口美梅村

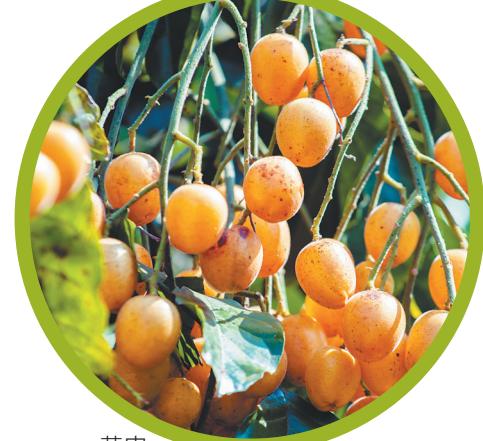
6月不仅是荔枝的季节，还是黄皮采摘季。满树金黄色的果实，不仅好看，而且好吃。

到了海口永兴镇，再顺着海榆中线往南走三公里的路程，右手边见到“美梅村”的标识牌，向西侧拐进一条乡村公路，行驶二公里多，穿越一条绿色长廊，路边就见一古树参天、绿荫环抱的古村，它便是美梅村。

进入村内，长在火山岩石间的果树上，只见一串串一簇簇黄褐色的黄皮果挂满树梢，沉甸甸的果实把枝头压得低低的。

此时，味蕾也被这些色泽鲜艳的黄皮果挑逗了起来，禁不住诱惑，迫不及待地摘下一颗果子扔进嘴里。那黄皮特有的浓浓的香味，迅速在舌尖弥漫开来。甜中泛酸，生津止渴，夏日的酷暑瞬间烟消云散。除了可采摘黄皮外，还有木瓜、番石榴、菠萝蜜。不仅如此，游客还可以在这里品尝美味的黄皮鸡。

除了海口，定安的乡村也是较好的黄皮采摘目的地。沿着G98环岛高速行驶到黄竹互通高速路口下，再沿088乡道往东行驶即可。

黄皮。  
本报记者 李幸璜 摄

新加坡植物园。

## 迪拜：感受阿拉伯异域风情

几乎每个少年都不会拒绝酷酷的牛仔风情，如果你的孩子已经是小小少年，不如暑期带孩子去亲历一场全世界最精彩的、北美最大牛仔节。

跟随花车、皇家骑警、王子公主、酋长原住民的队伍，在卡尔加里体会加拿大西部青春的狂野。

炎炎暑假，还可以去加拿大看看世界级的自然景观尼亚加拉大瀑布，感受夏日的清凉。暑期的班夫国家公园，古老的冰川湖也正好呈现出一年中最好看最温柔的蓝色。

除此之外，还可以带孩子感受当地的历史人文，漫步魁北克街头，穿梭在古建筑之中，与身着中世纪盛装的人群擦肩而过，在艺术家们精彩的复古表演中，穿越回那个辉煌的流金岁月。

在迪拜，穿过卓美亚古堡市集里古老的塔楼，处处是阿拉伯风情的精美工艺，呼吸之间尽是中东风格的阿拉伯气息。乘木船游览迪拜河，水鸟翩飞，老城区宁静安逸。带孩子去迪拜，可以充分了解这个地方的传统文化。

在迪拜购物中心，爸爸妈妈们还可以感受现代迪拜的极致繁华，50个足球场大小的世界级购物中心，名牌云集，可以来一场疯狂购物！

红荔满枝头 黄皮果飘香

乡约初夏  
来一场采摘之旅

■ 本报记者 刘梦晓

没吃过荔枝，就像夏天没有真正来临过一样。此时，正值荔枝丰收季，海南的妃子笑、白糖罂、荔枝王、无核荔枝等多个品种的荔枝轮番上市，让等待了一年的吃货大饱口福。

六月初，黄皮也渐渐从青绿色变成了金黄色，喜爱黄皮的人也能大快朵颐了。本期《旅游周刊》为您介绍省内规模较大、品质较好的荔枝、黄皮采摘地点，期待能在这个6月，给您带去更多舌尖上的满足。

H 寻味

菠萝入菜  
有颜又有味

■ 本报记者 刘梦晓



麦香菠萝球。 刘梦晓 摄

以时令水果为辅材入菜，做成美味佳肴，早已不是什么新鲜事。但单纯以水果为主菜，做出的菜点令人啧啧称赞，倒还并不多。

5月，是菠萝上市的季节，酸甜的菠萝浓香四溢，是许多“菠萝迷”幸福的季节。然而大面积收获的菠萝滞销，让许多农户愁眉不展。

为了帮助果农，海南省烹饪协会组织了新海府粥城、琼菜记忆、小天地等5个餐饮企业到田头购买菠萝，缓解农户的心头难。

“一买就是5000个，如此大批量的菠萝该怎么处理，餐饮企业着实是费了心思的。”省烹饪协会会长、海南三厨新海府餐饮管理有限公司董事长陈建胜说，既然是餐饮企业，那就用菠萝入菜吧。在海南三厨新海府餐饮管理有限公司董事、出品部总监陈大贵的研究下，一道以菠萝为主料的麦香菠萝球应运而生。

一个船型的盘子里，是一粒粒乳黄色的球状菜品，菜品上堆着一红一绿两颗脆美的樱桃，乳黄的菠萝球和红绿色的樱桃在颜色上相得益彰。菠萝球的外表有一层麦片，球堆的周围也散落着麦片，这使得刚出炉的麦香菠萝球散发着淡淡的奶香味。

轻轻夹起一颗菠萝球，菠萝球上的麦片会有些许的掉落。喜欢吃甜的人可以夹着球轻轻蘸一蘸盘里散落的麦片，让菠萝球和麦片更充分地接触后再入口。菠萝球入口时，首先感受到的是麦片的香甜，浓郁的奶香很快在嘴里化开，让人迫不及待咀嚼。薄薄的一层外皮，将整个菠萝块包裹住，软弹适口；海南本地的菠萝酸甜多汁，尽管是经过了烹饪，仍旧能够保持住原来的风味。陈大贵说，正是因为海南的菠萝汁水多，这道麦香菠萝球的关键就是要锁住水分，让混合了姜汁的生粉均匀地包住菠萝球，入热油锅炸之后，每颗球都能独立成球互不粘连，菠萝球由内而外受热，外皮酥软，内里酸甜水润，最后呈现出既有颜值，又有美味的菜品。

既可以做主菜，也可以做开胃甜品。陈大贵告诉记者，这道麦香菠萝球一经在新海府粥城推出，就受到了顾客的青睐。

在新海府粥城，用菠萝入菜做的佳肴不仅是这一道，较为传统的有菠萝炒牛肉。牛肉选用的是澄迈小黄牛，经过烹饪，保留了澄迈小黄牛嫩滑的口感，和菠萝炒过之后，牛肉有一股淡淡的菠萝清香。菠萝则保留了一贯的酸甜多汁，和肉菜的混合，多了一份醇厚口感。

菠萝炒虾饼是陈大贵的独创。这道菜的独特在于虾饼制作用心，陈大贵带领着厨师们反复试验，取虾的肉剁碎成虾泥，经过加工处理后制成虾滑。再将虾滑蒸熟，最后切成小块的虾饼，和菠萝入锅烹炒。实际上，仅仅是菠萝炒虾仁，也能够释放出菠萝和海鲜组合的鲜美，而陈大贵坚持要把虾做成虾饼，是为了能够增加虾的嚼劲，让这道独特的水果菜更有技术含量。

“为了能够助销菠萝，新海府粥城不仅推出了特色水果菜，还开展了吃饭送菠萝等一系列的活动。”陈建胜介绍，此次的菠萝菜并不是新海府粥城第一次推出水果菜。就在5月中旬，海口琼山区火山荔枝上市之际，新海府粥城还推出过荔枝宴。一桌荔枝宴包含了13道由荔枝制成的菜肴，有荔枝和黄瓜制成的沙拉、荔枝与鱼肚制成的凉拌菜、荔枝口味的大珍堆等等，受到现场吃客的好评。

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“hnrblyzk123”  
即订阅旅游周刊微信公众号  
了解更多旅游资讯

## 新加坡：到花园城市亲近自然

如果你的孩子年纪比较小，但又想给孩子一个能亲近自然、增长见识、培养勇气与好奇心的机会，花园城市新加坡就是很好的选择。从机场、商场到街道、酒店和景区，新加坡都有完善的公共育儿设施，可以给你一场圆满的亲子旅行体验。

在新加坡植物园，你可以和孩子一起骑车、野餐，探寻奇花异草，享繁华城市中热带雨林般的自然与安逸。

带着孩子一起在新加坡鱼尾狮公园的原生态海滩嬉戏，在圣淘沙岛的森林中探秘，或者沿着乌敏岛村庄小径一路骑行，都是不错的选择。

在东南亚首个好莱坞电影主题公园环球影城，还可以遇见“怪物史瑞克”，或者来一次酣畅淋漓的水面游戏。

圣淘沙S.E.A.是全球最大的海洋馆。在这里，和孩子一起体验与200多只鲨鱼仅一“墙”之隔的触目惊心吧，这里可以满足孩子对海底世界的好奇和憧憬。

## 泰国：与野生动物亲密接触

从海口直飞泰国曼谷只要2个多小时。飞行时间适中，舒适的气候，让泰国成为很多家庭的暑期出国游首选。此外，泰国除了有美景，还有丰富多彩的游乐设施，能让孩子参与其中玩得开心。

你也许去过动物园，但你去过夜间开放的野生动物园吗？在泰国清迈的夜间野生动物园，孩子们不仅可以近距离观察长颈鹿、斑马、狮子和老虎，还可以俯瞰整个清迈的梦幻夜景。

如果孩子喜欢大自然，还可以带他去泰国的农场体验一下。带孩子一起认识农作物和它们的种子，一起制作午餐，一起去繁茂无边的果园采摘，感受农场里快乐富足的慢生活。

泰国拥有众多知名的度假酒店，如坐拥泰北清香稻田风光的清迈四季，拥有私家海滩的JW万豪酒店……酒店的风格不一，却都有着丰富有趣的新奇活动，专为儿童量身定制。如果不想要辗转各个景点，可以选择做“酒窝族”，即使只呆在酒店，妈妈们也不用担心孩子感到无聊。