

海南海岛游 享受慢时光

浪漫海岛 漂洋过海来看你

H 深玩

■ 本报记者 赵优

本月初,一条关于海南海岛开发的消息勾起了不少人心中的岛主梦。7月4日,海南省海洋与渔业厅公布了《海南省无居民海岛开发利用审批办法》,明确了单位或个人申请开发利用无居民海岛的办法。

海南已经开发的海岛旅游业态已经十分成熟,或是以潜水著称,或有各类游玩项目。这个夏天,一起来玩转海岛吧!

海岛游小贴士

- 1 在海边游玩难免会弄湿衣物,尽量带容易干的换洗衣服,以免受凉感冒;
- 2 太阳紫外线辐射很厉害,很容易晒脱皮,所以要做好防晒工作,需要带防晒霜、遮阳帽、防晒油、太阳镜等;
- 3 为防吃海鲜后有不适症状,要带止泻药、防过敏药,还有晕车(船)药、消炎药等。另外,海岛蚊子多,需要携带防蚊叮水、风油精等;

分界洲岛

南湾猴岛

蜈支洲岛

西岛

分界洲岛是我国第一个海岛型5A景区,不仅是海南南北气候的分界线,也是人们调整心情、放空自我的“心灵分界线”。这里四周海域清澈透明,海水能见度6米-27米,是世界上为数不多没有礁石或者珊瑚石混杂的海岛,潜水条件得天独厚,被国际潜水专家认为是最适宜潜水的胜地之一,游客可以跟着国家级专业教练潜到海底去感受海底的神秘与美丽。

分界洲岛有海洋剧场、海底观光潜艇、“海上飞龙”、潜水、珊瑚展区、海捞瓷展区等海洋特色旅游项目,其中海洋剧场有海豚、海狮表演互动等,是游客了解海洋动物的一个好去处。今年,陵水分界洲岛旅游区再添鳐鱼观赏项目,游客可以近距离观赏10多只鳐鱼在浅水海滩上游动、捕食,并可与鳐鱼互动,感受海洋动物的可爱。

如果你喜欢猴子,一定不要错过陵水南湾猴岛。南湾猴岛是我国也是世界上惟一的热带岛屿猕猴自然保护区,岛上森林覆盖率达95%,生活着2000多只活泼可爱的猕猴。只要游客一踏进这座岛,在哪里都能看见猴子。因此,景区对游客做了诸多要求,如不要在猴子面前打开包包东防被猴子们“抢夺”。

除了活泼可爱的猴子,南湾猴岛的另一大卖点就是亚洲最长的跨海观光索道,全长2138米,索道支架距地面最高的超过49米,距海面最高有28米。从缆车上俯瞰整个海湾及海面上整齐排列的疍家渔船,便可感受到真正的海洋气息。游客还可坐着小艇前往海上渔排,享受一顿鲜美无比的海鲜大餐,被誉为“天下第一粥”的刺豚粥可是不能错过的美食哦。

蜈支洲岛位于三亚北部的海棠湾内,北面与陵水南湾猴岛遥遥相对,南邻号称“天下第一湾”的亚龙湾。蜈支洲岛临海山石嶙峋陡峭,直插海底,惊涛拍岸,蔚为壮观。中部山林草地起伏逶迤,绿影婆娑。北部滩平浪静,沙质洁白细腻,恍若玉带天成。四周海域清澈透明,海水能见度高,极目远眺,烟波浩渺,海天一色。

蜈支洲岛除了富有特色的各类度假别墅、木屋及酒吧、游泳池、海鲜餐厅等配套设施外,还有潜水、滑水、摩托艇、拖伞、香蕉船、飞鱼船、电动车、动感飞艇、海钓、鱼疗、电瓶车观光等30余项海上和潜水娱乐项目,给前来观光和度假的旅游者带来原始、静谧、浪漫和动感时尚的休闲体验。

西岛,在三亚湾西部的海面上,与繁华市区遥遥相望,全岛面积2.8平方公里。西岛西北角的沙滩上,是游泳及各种海上运动的主要场地,它水阔潮平,是开展海上运动的天堂。这里的海上运动有摩托艇、拖伞、香蕉船、皮划艇等,你可以尽情享受踏海逐浪的乐趣。除了水上娱乐,也可以上牛王岛(牛王岭)游玩,它是西岛西南角的附属小岛,拥有原始的自然风光,乘电瓶车经环岛西路和一条长长的海上栈道便可抵达。

岛上居民世代以打渔为生,因此岛上的渔村仍保留着原生态的味道。游客白天在景区尽情游玩后,天色渐暗便可探访古老的渔村,品尝当地渔民捕捞上来的海鲜,抚摸珊瑚石院墙的斑驳印记,享受海上书屋里的慢时光,体味文创馆里的清新悠然,听听西岛女民兵的故事……

H 寻味

黄皮的N种吃法
解暑美味两不误

黄皮。本报记者 李幸璜 摄

■ 本报记者 刘梦晓

在海南,说起最受欢迎的当季时令水果,许多人会马上想到黄皮。黄皮产果时间短,从果熟能吃开始,到最后一波果实上市,前后不过一个多月的时间。而当下,正是黄皮热销的时节。黄皮有多种吃法,是解暑“神器”,不管怎么吃,那一口酸甜,是当季最不可错过的美味。

黄皮,果如其名,果皮大多是黄色,或者黄色偏棕色。黄皮树枝繁叶茂,黄皮果实沉甸甸地压弯枝头。和其他讲究甜度的水果不一样,黄皮果肉吃起来甘甜中带着微酸,果肉微微泛着乳白色,果核则是翠绿色。

人们爱黄皮,爱的是那一口苦。黄皮果皮涩,大多数年轻人是不愿意去吃这一口苦的。可对有阅历的年长者而言,却是极力奉劝晚辈,吃黄皮时也吃一口皮。生活的阅历告诉他们,黄皮的果皮绝对是清热降火、治疗消化不良的奇妙食材。如果想利用黄皮达到最佳的食疗效果,就要连皮带肉一起吃掉,它生津止渴、预防中暑的作用可见一斑。

人们爱黄皮,爱的是那一口微酸。黄皮果实中带着微酸是最佳的口感,黄皮果皮是最佳的成熟度,这样的果实入口,最能品味到黄皮的酸甜可口,保准吃一颗就能上瘾。如果吃了太多东西感到撑胀,亦可吃几个黄皮,胃腹胀满的感觉会很快减轻。

近两年,黄皮也成了饮品界的宠儿。如火的夏日里,一杯老盐黄皮水能够拯救全身的燥热。将黄皮洗净捣碎,留住果肉和果汁,加入冰糖水、蜂蜜、纯净水、冰块等,当然,必不可少的还有那存放了几十年的老盐,多种食材混合一起,摇匀、装杯、插管、吮吸,老盐黄皮水就顺着吸管来到口腔,让人忍不住赞叹,咸、甜、酸混合的饮品,也能如此美味。

黄皮入菜,也成就了一道名菜——黄皮鸡。黄皮鸡是儋州特色美食,也是儋州人过去用来招待亲朋和贵宾的名菜。

在儋州,大成镇南吉村黄皮鸡较为出名。南吉黄皮鸡有四个独特之处:一是当地传统的小种鸡在黄皮园内自然孵化;二是放养和圈养结合,鸡在黄皮树下生长,除喂食外,还吃白蚁、蚯蚓、黄皮果等食物;三是黄皮林下养殖的小种鸡免疫力强,少有疾病,鸡煮熟后,鸡皮油光滑亮,色泽淡黄;四是制作黄皮鸡,佐料主要是黄皮果、黄皮树叶、黄皮根和黄皮寄生,确保美味的同时又起到相应的保健效果。

黄皮鸡做法有多种,儋州南吉黄皮鸡的做法以蒸为主。挑选南吉村本地约3斤的小种鸡,将鸡杀好洗净,用盐在鸡身上揉搓,使之入味。然后将整鸡放入铁盆,再将铁盆置于大锅中,锅底加入少许水。

铁盆中放入多种当地特色食材佐料,并将黄皮树叶盖于鸡上,慢火蒸半小时。揭开锅盖,在腾腾热气之中,用筷子拨开层层黄皮叶,一股黄皮独有的清香扑鼻而来,整只鸡泛着微微黄色,表皮油亮充满光泽,用手轻轻地撕一小块并沾上特制酱汁放入嘴中慢慢咀嚼,鸡肉柔嫩、骨脆清香,那滋味可谓是回味无穷。因为采用这种特别的做法,黄皮鸡好吃不腻,吸引了越来越多游客慕名而去。

看了这么多,你还不对黄皮动心吗?趁着还在最佳的果期,赶紧到市场上去买一把细细品尝吧!



炎炎夏日何处去 避暑胜地觅清凉

江苏天目湖

天目湖位于江苏溧阳市,有沙河、大溪两座国家级大型水库,因属天目山余脉,故名“天目湖”。

天目湖湖周群山环抱,湖清水冽,间有画若棋盘的田畔,疏密错落的茶园,到处是一幅幅田园风光图。湖岸蜿蜒曲折,自然景色与人工点缀相得益彰。景区内古树名木,奇花异草,姿态万千。野猪、野兔、野鸡、野鸭等野生动物栖息繁衍,自成天趣。山水、林、禽、兽同生共荣,构成一幅奇特的自然生态图。

夏天的天目湖是避暑的好去处,因湖水的浸润,周围的湿度和凉意让夏天变得惬意。南山竹海郁郁葱葱的竹林,挡住了阳光的热量,把阵阵凉意留给前去避暑的人们。

贵州赤水

贵州向来是避暑胜地,而位于贵州与四川交界的赤水,山清水秀,植被茂密,水资源丰富,有“竹子之乡”“桫椤王国”“千瀑之市”的美誉,因此更是避暑天堂。

来到赤水,首先要去看看这里最著名的景点——赤水大瀑布,这个景点又名“十丈洞”,原因是当地人把瀑布称为“洞”“十丈”一点也不夸张:大瀑布高达90米,有“天然氧吧”之誉,年平均气



武功山

76米,宽80米,是我国丹霞地貌上最大的瀑布。

温在14℃左右,是消夏避暑胜地。

河南八里沟

八里沟位于河南新乡市,是典型的南太行风光。八里沟山势独特,三级绝壁逐层下降,重峦叠嶂连绵,嶙峋怪石相望,既有泰山之雄浑,黄山之秀丽,又有嵩山之挺拔,华山之险峻,巍峨壮观,傲然屹立。

八里沟四季水流不断,三溪九湾,飞瀑鸣涧,瀑布连天,水质甘冽,水色清澈,游人赞为“中原九寨,北方水世界”。这里生物资源丰富,森林覆盖率达90%,有“天然氧吧”之誉,年平均气

青海德令哈

德令哈意为“金色的世界”,位于青海省北部。德令哈的怀头他拉草原上,镶嵌着一大一小两个绮丽恬静的湖泊,大的是托素湖,小的是克鲁克湖,两湖距离很近,风姿却迥然不同。

这里的夏天,天黑得特别晚,晚上八九点钟,天空还透着一丝蓝色的亮光,吃过饭出门遛弯的人们会在夏夜晚的广场上拉起手跳藏族的锅庄舞,而金色的月亮就真的挂在树梢上,欢快的音乐声把夏日最后一丝燥热的风裹挟了去。

福建云顶

云顶景区位于福建省永泰县青云山,那里海拔在1000米以上的山峰有7座,最高海拔1130米。云顶周围几个山头,坡度平坦,植被以高山草甸为主,号称“万亩草场”,是理想的避暑游览胜地。云顶有一口古火山爆发形成的天池,呈弯椭圆形,周长约400米,面积12亩左右。池内碧波荡漾,池旁绿草如茵,周围还有不少火山喷出物如火山弹等。在万亩高山草甸中点缀着无数的红杜鹃。

青云山的最高峰常年被飘渺的云雾缭绕,山高林密,无路可达,只有山里采药人的口口相传,称那山顶为“云顶”,伸手便可触摸云彩,还有瀑布、奇石、曲溪、深峡……

江西武功山

武功山地处江西萍乡市东南边境,自古为江南三大名山之一,地处低纬度亚热带季风气候区,夏季最高气温23℃,是很好的避暑胜地。

武功山烟雾迷蒙,充满了神秘和浪漫的气息。从金顶到发云界,全是高山草甸,碧波荡漾,而且绵延不绝,满眼的绿色,像是来到了内蒙古大草原,让人有纵马驰骋的冲动……

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“hnrbyzk123”
即订阅旅游周刊微信公众号
了解更多旅游资讯