



# 新民旅游

本报副刊部主编 | 第 447 期 | 2014 年 3 月 18 日 星期二 责编:姚冬梅 编辑邮箱:ydm@xmwb.com.cn

## 信息快车道

### 踏春崇明岛 果园观桃花

三月春游怎能错过崇明桃花节,一年一度的崇明瑞华桃花节将于月底开幕。

瑞华果园坐落于崇明西北部,占地 1500 亩,是上海最大的桃园,也是观桃花的胜地。届时千亩桃花竞放,云蒸霞蔚,灿如锦屏。本届桃花节为期 3 周,游客可在桃花盛开的桃园里穿行,春风拂面,花香袭人,然后以繁华似锦的桃林为背景,拍张美照。桃花节还推出丰富多彩的游园活动:有“我们和幸福有约”的桃花婚庆;“桃花仙子”摄影作品征集竞选;“福运连连,桃园祈福”;“幸福夫妻赏桃花”;桃花科普知识展示及有奖竞猜等。

作为观光地,果园集旅游、休闲为一体,你可参与草莓采摘,“坐上时光机,重温农场老游戏”,踏青赏花,尽览乡村美景,体验农家生活的乐趣。

**小贴士:**公交,轨交1号线到彭浦新村(共富新村),换乘公交彭石线,经石洞口码头、崇明南门港下,换乘公交南环线抵瑞华果园。自驾车,内环-中环(翔殷路隧道方向)-五洲大道隧桥入口-长江隧桥-陈海公路-崇明南门-港东公路-北沿公路向西-瑞华果园;内环-中环(翔殷路隧道方向)-五洲大道-长江隧桥-陈海公路到底-北沿公路向东-瑞华果园。 扬扬



### 水城体验慢生活

日前泰州来沪举办春季旅游新品推介,邀游客去泰州体验慢生活。

春天是泰州最美丽的季节,也是一年中节庆活动最多、政策最优惠的时候,有泰州水城水乡国际旅游节、凤城河桃花节、溱潼会船节、干垛菜花旅游节等。今年的国际旅游节将在 4 月 6 日开幕,与姜堰溱潼会船节、中国湿地生态旅游节三节合办,共有 29 项旅游活动。如泰州早茶集市、古山茶观赏节等,还将会船时间延长到 1 个月,每个周末都会有会船表演。同时,泰州还推出城河夜色、花海慢游、湿地慢摇、相亲交友等多条主题线路。 珠珠



## 浪漫赏樱季 宝山开游

申城风景·宝山

文/小美

又到三月观樱时。看浪漫樱花不一定非到日本,上海的北面就有一片樱海——1000 余亩樱花林花绽枝头,2014 上海樱花节也随之拉开帷幕。牵着家人的手,漫步樱林、美兰湖,在清朝咸丰八年的武状元楼闻道园来次穿越,再逛逛国际民间艺术博物馆,然后去宝山寺敬炷香,收获春光与祝福。

### 顾村公园 一片香雪海

顾村公园是沪上面积最大、品种最全、交通最便捷的赏樱宝地。公园四大赏樱区的樱花品种已近 50 多种,早中晚樱穿插种植,互为映衬,花期达 1 个月之久。如云似霞、堆云叠雪,让你徜徉于缤纷花海中,全身浸润在淡雅花香中,享受这专属于春季的繁花景致。

赏完樱花,若意犹未尽,不如步行十分钟,去“文化大观园”——同样属于国家 4A 级旅游景区的宝山国际民间艺术博物馆,领略一下非物质文化遗产的魅力。

该博物馆是全国最大的非物质文化遗产展览馆,辅以国际民间艺术互动展示,呈现精彩的多元文

化。其中,“海上宝山”展示宝山本土风情和民间文化,“十里红妆”传递中国传统婚庆文化,“乡音难改”展示中国地方方言,“满汉全席”串起中国传统饮食文化,海外展厅展现了“五洲文化、四海风情”,是名副其实的“文化大观园”。

樱花节期间,博览馆里将举办“连接艺术与社会”的“盲文”——李秀勤雕塑二十年”展览,会给你一个视觉、触觉的全方位感官体验。

### 美兰湖 北欧风情浓

想要感受浓郁的北欧风情,正在积极创建国家级 4A 旅游景区的美兰湖景区是一个不错的选择。除了可以乘坐游船驰骋于这个“上海最大的人工湖”,欣赏波光浩淼的景色之外,还可以去位于景区中心的诺贝尔科技馆感受科技与文化的碰撞。

对传统文化感兴趣的朋友则可以顺道前往宝山寺和闻道园。“唐韵宝刹,宝山福地”,宝山寺是全国唯一获得“鲁班奖”的寺庙,是上海规模最大的佛教寺院,寺内主体建筑采用晚唐风格全木结构精雕细琢。晨钟暮鼓,可以帮助你平



和心境。闻道园则是上海最大的徽派建筑群,是明万历年间的贞洁牌坊,传自诸葛亮 54 氏后裔的花厅。历经 150 多年风雨的状元楼等不同风格的古建筑及罕见的奇石、石刻典藏,想必也能传递给你一份古朴雅致的人文情怀。

### 玻璃博物馆 中国三大馆之一

上海玻璃博物馆其实名气挺大的,作为全国首家以玻璃为主题的专业性博物馆,还被 CNN 旗下的网站评选为中国不容错过的三大博物馆之一,你看,声名远播吧!这里原为玻璃仪器厂,这个曾经火与热交融的厂区如今变身成为了艺术空间,在这里,平凡的玻璃以创意的姿态诠释着非凡的想象力。

今天起,这里将举办一个名为“咫尺之外的帷幕”的捷克新锐玻璃艺术展,展出了多位捷克新一代年轻艺术家的最新作品;另外,“筑造”韩熙玻璃艺术展也将于本月 23 日拉开序幕。

赏花之余,去玻璃博物馆与艺术亲密接触,将美的感受再次酝酿升华。

## 精选春游线路推荐

**A 线:**顾村公园(上海樱花节)——宝山国际民间艺术博物馆  
**交通:**顾村公园 1 号门步行 10 分钟即达

**B 线:**顾村公园(上海樱花节)——美兰湖、宝山寺、闻道园

**交通:**1、轨道交通 7 号线美兰湖站下,可达美兰湖;2、自驾车:宝山寺——沿沪太路向北往浏河方向,至月罗公路右转,至罗溪路左转,过罗溪路 2 号桥左转即达;

美兰湖——沿沪太路向北往浏河方向,至美兰湖大道右转即达;闻道园——沿沪太路向北往浏河方向,至石太路右转,至潘泾路左转,直行 500 米,左转即达。

**C 线:**顾村公园(上海樱花节)——上海玻璃博物馆

**交通:**自驾车:沿沪太路往市区方向,至 S20 往外环隧道方向,至江杨北路匝道下,沿泰和路直行,至江杨南路右转,至江西路左转,直行 800 米,左转即达。



## 不尝不知道 女皇蒸凉面

女皇蒸凉面,别称夫妻米凉面,为四川广元特色小吃。

相传,唐朝高宗时,工部尚书武士之女 14 岁的武媚娘(武则天原名),被唐太宗选入宫中为才人。武媚娘在幼时读书之余,常和青梅竹马的情郎常剑峰一起游河湾,而河湾渡口有一家削面店,他们每次游河过湾,总要到削面店吃上一碗。因此与店老板混熟,经常边吃边谈论面的制作。后来,他们想夏天要是吃一种凉面该多好,于是便和面店师傅一起试验,终于用米浆研制成了一种柔软可口、绵韧不粘的小凉面,削面店师傅打趣这对小情人说:这面不如就叫“夫妻米凉面吧”。由此传开,成为当地人爱吃的地方小吃。后来,媚娘去了京都长安,当了女皇帝,还念念不忘“夫妻米凉面”,每逢生日必命御厨给她做一碗。

女皇蒸凉面做法:选用上等大米,淘洗干净,用清水浸泡一天,再加 1/10 的大米饭,磨成适度稀浆,放入有沙布的蒸笼蒸熟,倒在抹有香油或菜油的案桌上,晾冷后切成细丝凉拌即成。这种凉面耐嚼、爽口,吃法多样;最普通的是碗内放凉面,加入酱油、香醋、辣椒、辣油、香油、白糖、花椒面、蒜水(蒜泥+水)等调料,搅拌后有酸、甜、麻、辣、香五味俱全。 伯裕

## 扫一扫 马上有礼

本期微信春游线路条条精彩,拿起手机、动手手指,扫描下图中的二维码,或加 dongjiezn 微信号,即可享受独有折扣和礼包。



## 旅游小贴士

### 中医三招防雾霾

出门旅游遇雾霾天如何防范,笔者教你三招防范法:

一是随身带口罩,有霾则拿出来戴上。

二是带一盒桉叶糖或口香糖,含服,因为二种糖均含有桉叶油,对杀害雾霾病毒起作用。

三是可喝一点黄芪百合水,出门前在家制作,采用生黄芪 30 克、生百合 20 克,加水 600 毫升,煎至沸后五分钟,待冷却后,灌于水瓶带着出游。 余明德