

夏日草海泛舟



张炳全

“一支弯曲的木橹，在水面上一来一回悠然搅动，倒映在水中的石桥、横屋、树影，还有天上的云彩和飞鸟……”

犹如在风中漾动的一匹长长的彩绸。”这样的江南清凉美景，在高原水乡鹤庆的画卷中也能寻见到它的踪迹。

炎炎夏日到来了，趁着周末闲暇的时光，在一个阳光明媚的早晨，三

五家朋友相互邀约着，乘船游览鹤庆草海。

鹤庆草海湿地位于鹤庆县草海镇境内，属高原淡水湖泊，其范围涵盖了白龙潭、星子龙潭、寺庄龙潭、南海、中海、北海、东海、波南河、清水河、五龙河、漾弓江沿线等宽阔的水域，总面积在1000公顷以上。

近年来，鹤庆县不断加大对草海的保护和治理，目前，鹤庆县东草海湿地保护工程建设项目可行性研究报告已得到国家林业局的批复。东草海湿地公园地处鹤庆盆地中部，盆地呈南北向长条形展布，南北长约22公里，东西宽6至10公里。

我们在鹤庆县草海镇的板桥村租乘了两艘小铁皮船，身着白族服饰的4个当地船娘，撑船技术十分娴熟，对地形情况也很熟悉，顺带做了一回我们的临时导游，载着我们沿着五龙河顺流而下，一览鹤庆东草海湿地的优美自然风光……

船在清澈平静的水面上缓缓前行，迎面而来的那一丝丝凉凉的风轻拂着脸颊。此时，夏日的暑气早已荡然无

存了，心里顿生许多惬意之感。

河道两旁长着许多高大翠绿的柳树，有些柳树的枝条还伸展到水面上；长在河道里的那些青青葱葱的芦苇和成片直秆挺立绿意盎然的茭白，绿得逼你的眼。清澈的河道，早已把这些柳树、芦苇、茭白甚至天上的云彩和飞鸟揽入了自己的怀中。清澈见底的水中有了这些美丽的倩影，也变得灵动而富有生气。

清晨的阳光静静地洒在河面上，行船的轨迹和撑船用的竹竿的划痕留在水面上，船过之处，水面被搅碎成一片片漾动的色彩迷离的光斑。

在岸上的行人看着河道里乘船的人们，坐在船里的人看着岸上的行人，“相看两不厌”，大家的眼中都是一幅动人的景象。

船在水面继续慢慢前行，我们大人和孩子们的欢笑声，在这宽阔的水面上被推得很远很远。在船上戏水的孩子们，卷着袖子，不时捞起水里招摇的各种水草玩耍。

水面不知何时出现了一群自由游弋觅食的鸭子，也许是受到了我们的惊

扰，它们在我们的船周围慌乱地扑腾着，它们这看似宁静的生活也不时会出现一些动荡的气氛。

我们的船滑进了一片比较开阔的水域，这里的景色比先前的河道壮阔了许多。从小生长在高原的我们，看到这宽阔的水域，就仿佛已置身于无边无际的浩渺的大海上。天空蔚蓝高远，云彩洁白无瑕，湛蓝的苍穹下，波光粼粼的水面上，一叶小船在轻轻地摇荡……此情此景，定会让你放空整个身心，退去满身的疲惫，尽享这夏日里的一丝清凉，感受着大自然的伟大与神奇。

登上一个人工堆筑的小岛，举目四眺，鹤庆坝子的夏日风光尽收眼底；近处的几个小岛上，长着许多翠绿的柳树，迎风招展，充满了勃勃生机；不远处还有一些喜爱垂钓的人，凝神水面，正等待着那一刹那的颤动……

夏日泛舟鹤庆草海，还有什么比这更富有诗意呢？这样的美景，让你退去酷暑带来的疲惫，尽享清凉一夏的舒适之感。“寻梦？撑一支长篙，向青草更青处漫溯……”

美食地理

暖若三春“牛扒烩”

纳惠敏

在巍山清真馆子，看看质量好不好，叫上一碗红烧牛肉或者牛扒烩绝不会错。这两样都是巍山清真饮食里的传统菜品。看看牛扒烩炖得好不好，味道正不正，基本就能为这家餐馆的味道与质量打分了。

牛扒烩是一道以牛头、牛舌头、牛心肝、牛蹄等牛杂为主，炖煮而成的汤菜，因为炖好后肉烂汤醇也有人叫“牛烂烩”。“扒”是形容词，“软、烂”的意思；“烩”是烹饪方法，相当于“炖”，选用牛头、牛舌头、牛心肝、牛蹄，烫毛去壳，把脏污洗净，切片，按巍山回族传统方法，放入草果、姜块，盐等调料久炖而成，温胃强筋健骨。特别是牛扒烩当中，胶原蛋白十分丰富，对女士来说是美容养颜的上品。

牛扒烩炖的时间比较长，炖好以后汤香肉烂，牛筋牛蹄晶莹爽滑。再配上葱花、茼蒿、糊辣椒面、花椒面，这样的搭配，吃在嘴里麻辣过瘾，暖在身上犹如三春。也有人喜欢酸辣适中的吃法，总之，牛扒烩就是一道貌似简单，甚至其貌不扬，但味道叫人喜欢的汤菜。

业界动态

密祉镇旅游基础设施明显改善

本报讯(通讯员 李武华) 近年来，弥渡县深挖密祉镇旅游资源，不断加强基础设施建设，培植特色林果产业，全面推进省级密祉镇旅游小镇建设，让游客喜欢来、来得了、有看头、留得住。

密祉镇依托得天独厚的文化资源和生物资源，以花灯文化、森林生态、人文自然景观和文化古迹为背景，以《小河淌水》文化为主线，与脱贫攻坚紧密结合，坚持“规划先行、保护优先、生态立本、文化兴旅、政府引导、群众参与、市场运作”的原则，整合项目，集中力量着力改善旅游基础设施。投资60万元完成《密祉镇旅游特色小镇修编》、《密祉镇文盛街中国历史文化名村保护性详细规划》以及《密祉镇文盛街国家级传统村落保护规划》编制，已通过省级评审；投资20万元完成建设面积60平方米的尹宜公故居旅游公厕建设项目；投资48万元完成文盛街地楼修复工程；投资36万元完成了马帮文化与农耕文化陈列馆建设；投资29万元完成文盛街土主庙修复工程；投资140万元完成原国民革命政府第五区公所修缮工程；投资120万元实施花灯文化传习馆、国民革命政府第五区公所陈列馆、花灯文化陈列馆布展建设；投资30多万元完成文盛街消费设施建设项目；投资620万元发展经济林果7878亩，为密祉生态游、体验游、采摘游、观光游奠定了坚实的基础。截至目前，该镇发展特色农家乐7户，引导打造特色客栈、特色旅游商品店1个，从3月至今接待游客近万人次，实现农家乐收入10万多元，樱桃产业收入20多万元。

大理美食淘④

本报记者 王晓云 文/图

大理古城南门新生巷口的烤乳扇。乳扇原本在大理不算小吃，新买来的乳扇趁着还软绵，手撕着吃上一片两片倒是常事，偶尔还炭火上烤两片冲个乳扇核桃茶也是有的，可这么当街支个小火炒烤乳扇，淋上喷香的玫瑰糖，弄成个棒棒糖的样子举着吃，的确是旅游大热后才出现的新鲜事，这不，有个现成的广告语在那儿放着呢“牛奶做成片片卖”，云南十八怪之一的大理特色，就这么好玩又好吃地展示出来了，并一直受游客追捧！而大理古城南门新生巷口的这一家，开业的时间非常早，极有代表性！



大理美

祥云彝山深处仙境——大龙塘

祥云县东乡新朗彝族村龙伍主“大龙塘”，至今尚保留着一块桃花源般的处女地。古树、藤蔓、溪流、落叶、红豆，走进这片森林，让人仿佛误入了侏罗纪公园，一不小心就会碰上恐龙……

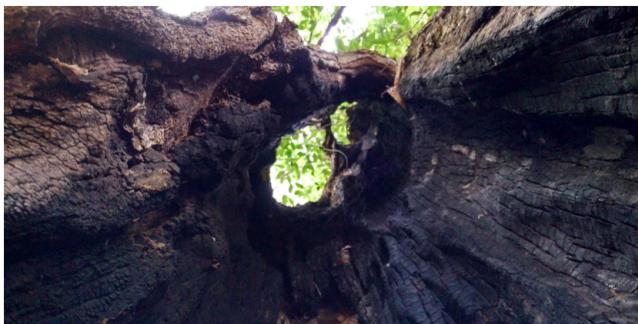
这里有近百棵树龄在千年以上的苍天古树，最大的要四五个成年男子手拉手才围得过来，大多数也要两三个人才能抱得过来。

这里不但古树参天，而且溪流淙淙，掬手即可饮到清凉甘甜的彝山泉水！

“红豆生南国，春来发几枝；愿君多采撷，此物最相思”。唐代诗人王维《相思》中描述的红豆，在这里随便就能捡到，真是少男少女和情侣们的好去处哦！

从祥云县城出发，到新朗村委会75公里(全程柏油路)，从村委会到“大龙塘”8公里(全程水泥路)。新朗村委会电话0872-3323219。彝家儿女最好客，古树红豆欢迎您哦！

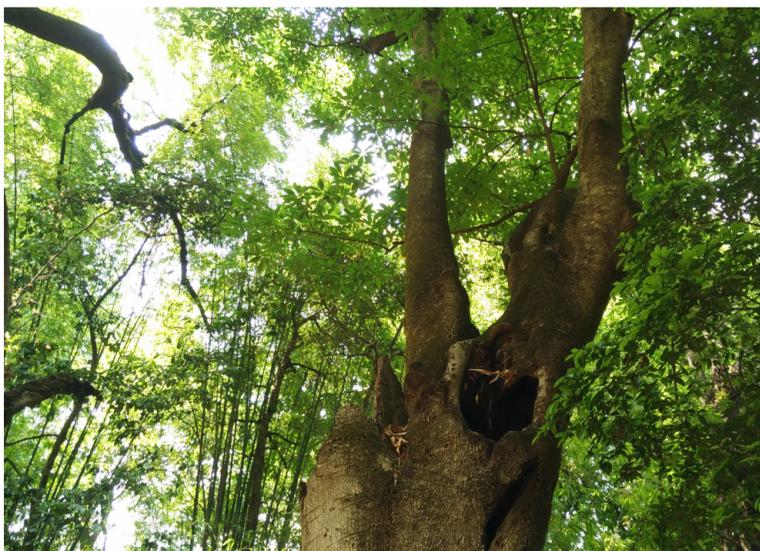
【通讯员 李世祖 摄影报道】



你看，这个树洞。一个大男人钻进去一点都不拥挤，头顶还有个丈把高的环形绿叶天窗哦！



这个“天山灵芝”，至少得值几千块钱吧？不过我们彝族山里人管它叫“树耳朵”，你说形像不形像！



自驾游

弥渡 四季花海生态游

余述祥

古称“六诏咽喉”的弥渡县，是一个全国闻名的花灯之乡和民歌之乡。花灯民歌《小河淌水》、《弥渡山歌》、《绣荷包》、《十大姐》四大金曲享誉全国，曲震寰宇。这里气候宜人，土地肥沃，物产丰富，四季花开，花果林木种植面积超过10万亩；这里历史悠久，人文荟萃，古白子国张乐进球禅位南诏细奴逻等史载事件均发生于此；这里人文景观千古流韵，文化古迹星罗棋布，国家级重点文物保护单位南诏铁柱等向世人娓娓诉说着历史岁月中一段段难忘的故事，演绎着、诠释着“到了弥渡，不想媳妇”的千年传奇与真谛。

弥渡县花卉旅游资源丰富，以花卉、林木、果树为主的生态旅游资源独特。错过了春天娇艳的桃花世界和梨花雪香海，却在无意间邂逅了玫瑰的盛放。都说洛阳牡丹甲

天下，殊不知弥渡玫瑰更娇艳。目前正是弥渡花木精华的浓缩——玫瑰花盛放的时节。从坐落在红岩赤水村村委会的天天玫瑰园，到七彩云花玫瑰庄园，再到新街李伟食用玫瑰园，寅街的赖龙玫瑰庄园等成百上千亩规模化玫瑰园里的玫瑰花竞相绽放，染红了山岭，染红了村庄，染红了大地，整个弥渡坝一片红彤彤，引来无数游客在玫瑰花海驻足拍照一展风姿。

弥渡气候温和、土壤适宜，因此也成就了玫瑰花卉产业，弥渡玫瑰花海总面积3000余亩，是弥渡花卉产业发展的结晶和花卉成就的汇集。已具备玫瑰花系列产品加工、交易、观光旅游、休闲度假、科普示范等多种功能。置身其中，“人目皆劳菲，处处皆花影”。在弥渡玫瑰园，良好的自然环境，清新宜人的空气，让弥渡的玫瑰花海成为无数人向往的生态乐园，成为大理滇西中心城市

旅游特色浓郁、特别适宜休闲养生的后花园，观光度假的胜地，既可以欣赏玫瑰花海的芳香，也可以感受旷野的清新。

弥渡自古就有“养生福地、休闲天堂、宜居弥渡”的美誉，现如今更是，一年四季365天有游头、有看头、有玩头。春夏秋冬赏鲜花，月月美景大不同，天天都看好景观，四季都能摘鲜果，餐餐农家生态宴，时时送你好心情。

春季，这里有花海寻春、梨花节、桃花梦、樱桃采摘游等系列活动；夏季，有玫瑰庄园赏美色、蓝莓采摘、农家纳凉避暑成为亮点；秋季，以梦幻雾本赏花自驾游、单车游、东山万亩香酥梨采摘游等系列活动；冬季，原生态的冬桃，又大又甜，泛着鲜红的笑脸，喜迎八方游客，让你陶醉……

弥渡的景色并不惊艳，却颇具灵气，耐人寻味，仿佛是童话世界里的“绿野仙踪”。

资讯



这是5月13日拍摄的云雾缭绕的贵州省从江县加榜梯田。

连日降雨过后，贵州省从江县加榜梯田风景区云雾弥漫，梯田、吊脚楼和群山仿佛披上一件云裳，若隐若现，美不胜收。



这是3月25日无人机拍摄的三江侗族自治县林溪镇程阳风雨桥。

三江侗族自治县位于广西北部，地处湘、桂、黔三省(区)交界地，以鼓楼、风雨桥及侗族民居等木制建筑闻名世界。目前，在三江侗族自治县500多个侗族村寨里，共有侗族风雨桥197座，鼓楼228座，数以万计的吊脚木楼。三江也因此被誉为“世界桥楼之乡”和“世界侗族木构建筑生态博物馆”。



5月11日，位于四川卧龙自然保护区的中国保护大熊猫研究中心卧龙神树坪基地“中华大熊猫苑”正式开园。据悉，“中华大熊猫苑”总建筑面积19844.51平方米，项目资金由香港特区政府援助，是集大熊猫饲养、繁育、研究、野化培训与放归研究以及公众教育和高端科学观察为一体的世界一流的大熊猫研究中心。

秦皇岛山海关投放千余辆公共自行车

为方便市民、游客出行，河北省秦皇岛市山海关区近日启动城市公共自行车项目，市民和游客可持有效证件办理租车手续，目前已投放千余辆公共自行车。

这个项目总投资3000万元，预计投放公共自行车3000辆。首批选址铺设28个城市公共自行车站点，安放公共自行车1100辆，实现智能化城市公共自行车租赁系统山海关区的整体覆盖。

目前，老龙头景区、万商广场、汇山海创业基地等15个站点已安装完毕，其余13个站点也已完成停车桩等设施建设，正在进行车棚安装，将于5月底前正式运营。

市民、游客可持有效证件到指定地点办理“唐人卡”，进行刷卡租车，每1小时收费1元，不足1小时按1小时收取。

暑期将至，山海关区将迎来旅游高峰。为方便外地游客简化租车流程，下一步运营管理部门将推出支付宝及微信扫描二维码快速注册与支付，方便更多的市民、游客租车体验。

重庆彭水举办第五届中国乌江苗族踩花山节

第五届中国乌江苗族踩花山节近日在重庆开幕。近万名苗族儿女和各地游客一同唱山歌、跳苗族舞，欢庆苗族传统节日。

踩花山是苗族人民的传统节日，也是苗族儿女载歌载舞追求自由恋爱、庆祝幸福吉祥的盛会。本届踩花山节开幕式在重庆彭水苗族土家族自治县新落成的蚩尤九黎城举行。此间苗家男女身穿民族服装，头戴银饰，共唱苗族歌曲《娇阿依》。不少现场的游客也一同共舞踩花山舞，感受苗家文化的风情与魅力。

开幕式前，当地民间还举行了大规模的祭祀蚩尤活动。本次节日期间，彭水当地还将举行民俗会、舞林会、女儿会、民歌会等一系列具有苗族特色的主题活动。

(以上资讯均据新华社电)