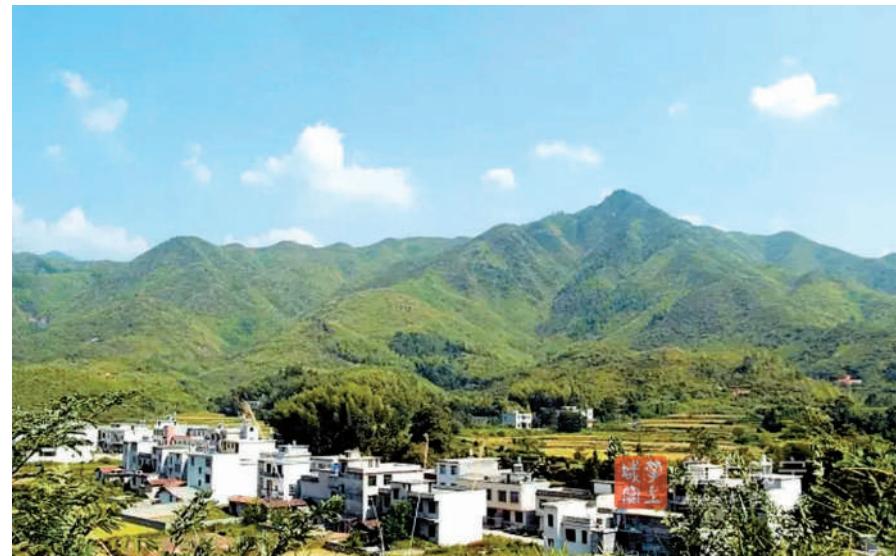


登高 赏菊 清心 洗肺……

——金秋时节闲游咸宁景区撷英

闲游 咸宁

重阳节，又称敬老节、重九、茱萸节、菊花节，是我国传统的风俗节令之一，入选国家首批非物质文化遗产名录。重阳节前后，秋高气爽，风景宜人，不妨带上老人孩子、或邀约三五好友，去登高望远，去清心洗肺。



九宫山

都知道九宫山是夏季避暑圣地，其实红黄色是九宫山秋季的主色，九宫山红叶也是湖北秋季的盛景。整个林区满目鲜红，以大红枫最艳。

在山顶观赏红叶的同时，你还可以看到九宫山特有的浪漫风车群和盛大的苍茫云海；顺便到道教圣地瑞庆宫祈福。

自驾行：温泉—通山县(40公里)—(30公里)—(27公里)—闯王陵(30公里)—横石潭镇(32公里)。



药姑山

药姑山位于通城县大坪镇境地，是一个天然药材宝库，明代大医药学家李时珍曾入此山采药，为他的医药巨著《本草纲目》实地考察。

传说神仙吕洞宾也多次按落云头迷恋山中美景；更为神奇的是，有考证说这里是瑶族同胞寻找千年精神家园及祖先发源地。

自驾行：咸宁出发—宝塔大道—京港澳高速公路—杭瑞高速公路—庄四—庄大路—山苏路



黄龙山

通城境内的黄龙山自古就有“一山观两湖，一山藏二教，一水发三江”之说。山里的空气和温度是极赞的！被誉为江南的香格里拉。山山水水的地方，在龙王峰只角楼上远眺，湘鄂赣三省景色尽收眼底！

自驾行：咸宁出发—G4京珠高速(长沙方向)—(转)咸通高速—岳阳出口(进入G56)—石城/沙坪出口下高速—沙坪街—G106—通城县城区道—G106/隽水大道



太阳山

位于通山县厦铺镇的太阳山是一块尚未开发的旅游处女地，传说明朝皇帝朱元璋的军师刘伯温隐居在那里。太阳山系呈脉状分布，形似太阳光芒四射，故此而得名！

太阳山境内群山竞秀，古木参天，水量充沛，是为华中绿谷。计有河流、溪流20多条，瀑布22处，潭100余个。

自驾行：从温泉城区出发—咸通高速—(南林桥镇)京广高速—厦铺镇下

美食大观

柴火煮包子

○记者 马丽



鳌锅柴火当街烧，剁肉刮藕切蒜苗。水煮油煎现场包，两面酥黄透着焦。捡三四个来过早，面活内香赛佳肴。有缘相聚新仙桃，饕餮名吃水煮包。这一打油诗，说的是仙桃特色小吃柴火煮包子。看到这首诗，眼前就浮现出这样的场景——在乡镇的某个路边上的一口柴火灶旁，老板系着大围裙，剁肉，切藕，切蒜苗，揉面做包子，包子进锅，加火煮，待包子皮变得金黄，再装袋递给排队等候的人。用油水煎煮得两面焦黄的包子，就着馄饨汤吃，是最美味的。吃一口煮包子，肉烂无腻味，蒜香又微辣，两面的焦壳脆香脆香。仙桃煮包子用馅以猪肉加蒜苗为常见，也有包藕或萝卜、粉条的，馅里面掺入即剁即拌的辣椒、芹菜等，但都少不了蒜苗。

煮包子是仙桃人过早和中午垫肚子首选食品。它与我们现在在街上看到的小煎包有些类似，但煮包子比小煎包大多了，小煎包可一口一个，可煮包子，即使你是“嘴大吃四方”的男人，不来一个三四口，也是吃不完一个的。

听父母说，上世纪70年代，仙桃乡镇老饮食店都有这种水煮包子卖。当地的习惯用语，买煮包子不说买，叫“捡”，一捡就是三四个，或放在盘子里坐在桌子边，或用竹签子穿起来带走。

现在，真正用柴火煮的包子越来越少，街边上卖的煮包子，大都是用蜂窝煤煮，火候掌握得好，那酥香酥香的味儿，也绝不逊色于柴火煮包子。

煮包子易携带，但味道难保持。受限于风土与习俗，任何食物，一旦离开原产地，就没有那么美味了。不知道从什么时候开始，仙桃就有了“煮包子”这种食物。肉乎乎，圆滚滚的，让人忍不住一口气连吃好多个。

出行贴士

独自出游注意安全

一个人的旅行，听起来总是令人神往。你可以随心所欲安排自己的行程：当个购物狂，驰骋各大卖场；或做个老饕，尝遍各地美食；或装个文艺青年，看遍所有博物馆，走遍城市的各个角落。但同时，这种自由的背后有很多潜在的危险。下面5个安全小贴士，让你能够更安全地享受旅行。

1.请拒绝“玩的就是心跳” 一个人出游，一旦受伤了，你可能连讲故事的小命都没了。极限运动还是留到有伴儿的时候再玩吧。另外，请给自己上一份旅游保险以防万一。

2.请保持联系 请至少告诉一个亲人或朋友你住在什么酒店，你要去的下一个城市是哪里。请千万不要因为在旅途中认识了新朋友，就减少了和亲朋好友的联系。请不要吝啬，多在网上分享旅途中让人羡慕嫉妒恨的美照。

3.请不要戴耳机 虽然音乐和旅行总是一对完美的伴侣，但一个人出行时，戴着耳机很容易降低你的警惕心。请注意观察你周围的环境，好音乐还是留到酒店房间里欣赏吧。

4.请勿声张“独游”状态 独自出游确实是个很勇敢的决定，但让陌生人知道你独自一人可不是什么好事，万一你遇见了坏人，则很有可能“独自一人”身陷险境。

5.请小心你的饮料 有些聪明的旅行者只喝罐装密封的啤酒，因为它们不可能掺有不明物质。所以，如果你要喝酒，请点罐装密封的啤酒，或全程仔细观察酒保制酒的过程。最后，请走大道回到酒店。

关注咸宁新闻网微信
xnnews



更多精彩活动和免费礼品等你来