

# 美丽乡村寻野趣 风情温泉觅养生

首届中国(武汉)文化旅游博览会即将开幕,咸宁市文化和旅游局精心设计了“五四三二一,咸宁欢迎您!”系列精品旅游线路,带大家沉浸式游览“华中康养地 中国桂花城”。

## 第一天:田野乡村公园(游览、午餐)——蜜泉湖旅游度假区(游览)——三国赤壁古战场(晚餐、住宿)

田野乡村公园立足官桥村八组及周边自然资源,将乡村生态、乡村劳作、乡村生活、乡村文化就地转化为旅游吸引物,是一处拥有良好生态环境和优美自然景观的生态养生型旅游景区。  
蜜泉湖旅游度假区依山傍水,环境优美,以“养生养老、中医药种植、休闲旅游”为基,以“绿色生态”为核,打造充满田园气息的智慧康

养中心,是展现中医药文化的生态休闲养生世外桃源。  
三国赤壁古战场是赤壁之战发生地,是我国古代“以少胜多,以弱胜强”的七大战役中唯一尚存原貌的古战场。  
**美食推荐:**龙骨野藕吊锅、糍粑鳊鱼、赤壁三鲜  
**特产推荐:**嘉鱼麻糖、簰洲圆子、赤壁青砖茶



## 第二天:三国赤壁古战场(游览)——世界茶业第一古镇(午餐、游览)——浪口温泉(游览、晚餐、沐温泉、住宿)

三国赤壁古战场是国家AAAAA级旅游景区,“不到赤壁,不解三国”,赤壁古战场现已成为华中地区规模最大的三国文化体验基地。  
世界茶业第一古镇系赤壁市“六大古镇”之一,为“松峰茶”和“洞茶”原产地,是湖北老青茶的发源地和“世界茶业第一古镇”,素有“中国砖茶之乡”的美称。

浪口温泉结合山地梯田地形打造温泉养生与森林休闲紧密结合的“氧吧+温泉”。数个大小形状不一的原汤池或置于绿树下,或置于竹枝旁,独特的自然环境让温泉浑然与天地相连。  
**美食推荐:**三国宴、清蒸关刀鱼、雷竹笋  
**特产推荐:**赤壁肉糕、赤壁猕猴桃、崇阳小麻花



## 第三天:铃蜜小镇(游览、午餐)——内冲瑶族村(游览、晚餐、住宿)

铃蜜小镇自然风景秀丽,生态资源丰富。这里是一个集生态观光、健康养生、休闲度假、红色教育、绿色原味、四季飘香于一体的醉美生态旅游示范区。  
内冲瑶族村是古瑶文化秘境、300万瑶人的共同精神家园。整齐的石墙、古朴的石井、层

叠的石梯田……实地探寻古瑶文化秘境,解密“美丽乡村”的幸福密码,瑶文化在此展示,也在这里传承。  
**美食推荐:**石烹铃蜜鸡蛋、金塘豆腐、甑糕  
**特产推荐:**铃蜜鸡蛋、野桂花蜂蜜、通城茶油

## 第四天:善源谷(游览、午餐)——万雅国际商贸城(游览)——返程

善源谷为长江水系左港湖源头。因民风淳朴、世代重教从善,人杰地灵而得名。以善文化为主题延展水文化,打造上善若水的鄂南风貌山水乡特色景观。  
万雅国际商贸城现已引进韩、日、德、意等国家和地区20余个进口商品展馆,涵盖食品、家具、化妆品、母婴用品等系列。将配套海

关、商检、税务等国际贸易服务机构,直接对接国际市场,真正实现“对接全球,联通万国”,来这里开启“买全球、卖全球”新时代。  
**美食推荐:**红烧两头乌、麦市干子  
**特产推荐:**杨芳酱油、杨芳紫苏酱、楠竹仙酒

(本报综合)



## 吃在咸宁

### 黑椒鸡腿

咸宁日报全媒体记者 朱亚平



鸡腿有多种食用方法,可中可西,简单易做,端上餐桌全家都爱。在我们家里,黑椒鸡腿是最受欢迎的菜肴之一。

烧制好的黑椒鸡腿,肉质细嫩多汁,微甜中带着微咸,香味扑鼻,老少咸宜。

一桌好菜从选材开始,在菜市场选择一袋新鲜的鸡腿肉,黑胡椒酱汁、黑胡椒、葱头、小葱、姜、蒜、蜂蜜等自然也是少不了。挎着菜篮子,带着为家人做美味的美好心情,一路风风火火回到家。

鸡腿清洗干净后,用清水浸泡20分钟,沥干水分,捞出去骨,再用叉子正反面多叉些小孔。

腌制是一个重要的过程。将鸡腿放在盆中,先后放入味极鲜、料酒、蚝油、黑胡椒、盐,再将切好的姜片、蒜片、葱段放入,抓拌均匀,腌制1小时左右。也可以选择将鸡腿放进冰箱里腌制半个小时即可取出。

鸡腿快腌制好时,可以准备烧制时用的料汁。先取3勺黑椒酱汁,1勺蜂蜜,6勺清水,搅拌均匀备用。

准备好这些后,终于可以点火起锅了。在平底锅加热后抹少许色拉油,先将鸡腿有皮的那一面下锅煎至金黄色翻面,鸡腿煎至两面金黄取出备用。有鸡皮的一面要先煎,目的是为了给鸡皮定型,不要翻面太勤,要等到煎至金黄之后再翻面,鸡腿夹出备用。

平底锅内倒少许油烧热,入腌料及汁水炒出香味,去渣。倒入事先调好的料汁煮开,入鸡腿肉盖上锅盖焖3分钟翻面再焖3分钟。将熟透的鸡腿夹出放在盘子里,然后再将锅内剩余的料汁,开大火收汁至浓稠。

最后,倒入鸡腿翻动几下,裹满酱汁关火,家中有小孩子吃的话,可以切条后再装盘,美味完成。

做过很多次黑椒鸡腿后,我发现鲜鸡腿的口感最佳,而使用冷冻鸡腿的话要确保冰化透并浸泡出血水;鸡腿去骨后用叉子多扎些小孔,既可以确保腌制入味,也能防止回缩得太厉害;味极鲜、蚝油及黑椒汁都有咸味,所以加盐时要适宜,口味较重的朋友可选择适当增加盐的份量;煎鸡腿时的火力保持中火,大火鸡腿煎不透,小火时间太长会造成鸡腿内汁流失口感变柴;鸡腿在酱汁中焖煮3分钟后要取出鸡腿再收汁,不要一直在锅里煮,鸡肉变老后就不嫩滑;汤汁不要收得太干,留少许汁浇在鸡肉上,观感和味道更绝妙。

假日里,最适宜为家人奉上一桌自己亲手做的爱心菜品,这道黑椒鸡腿轻松易学,极力推荐。

## 出行贴士

### 带幼儿旅行应注意什么?(一)

- 一、带齐孩子的必备衣物和药品  
食品:奶粉、饼干、应季水果;用品:纸尿裤、纸巾、小毛巾2-3条,孩子熟悉的毛绒玩具、轻便的儿童车;衣服:两三件透气性强、纯棉质地的小衣服,款式尽量舒服宽松。准备一两件外套,以便应对随时可能的天气变化。  
餐具:奶瓶、保温水壶、宝宝的小碗和小勺、剪短蔬菜和肉类的剪刀;  
药品:温度计、退烧药、感冒药、皮肤类防过敏药膏、创可贴、止泻类药品。  
二、选择合适的出游地点:  
孩子不满三岁,尽量选择比较近的出游路线,行车时间尽量安排在孩子睡眠时间。三岁以上的孩子可以走得远一点,但乘车时间也不宜超过6个小时。选择适合孩子的地方,例如动物园、植物园那些空气质量优,绿化环境好,可以让孩子轻松玩耍的景点。(本报综合)

### 拍卖公告

受湖北省嘉鱼县供销合作社委托,我单位对以下标的进行公开拍卖,现将有关事项公告如下:

一、标的的基本情况  
标的1:位于嘉鱼县沙阳大道117-6号(现为花田喜事店)门面三年租赁权,出租面积:24.7m<sup>2</sup>,起拍价:39000元/年,竞买保证金:1万元;  
标的2:位于嘉鱼县沙阳大道117-5号(现为泰和印务店)门面三年租赁权,出租面积:24.7m<sup>2</sup>,起拍价:39000元/年,竞买保证金:1万元;  
标的3:位于嘉鱼县沙阳大道117号(现为唯茶奶茶店)门面三年租赁权,出租面积:46.8m<sup>2</sup>,起拍价:77794元/年,竞买保证金:3万元;  
标的4:位于嘉鱼县沙阳大道25-1号(现为圣心蛋糕店)门面三年租赁权,出租面积:40.93m<sup>2</sup>,起拍价:24949元/年,竞买保证金:0.5万元;  
标的5:位于嘉鱼县沙阳大道177号(现为你好漂亮店)门面三年租赁权,出租面积:299.32m<sup>2</sup>,起拍价:74837元/年,竞买保证金:3万元;  
标的6:位于嘉鱼县发展大道99号房屋(现为中国移动)三年租赁权,出租面积:16m<sup>2</sup>,起拍价:11872元/年,竞买保证金:0.5万元;  
注:本次拍卖标的的一至标的三采用整体优先的方式进行拍卖,整体竞价价:155784元/年,整体报名的竞买保证金为5万元整,若整体无人报名的,则按标的顺序依次拍卖。  
二、竞买人资格  
1、中华人民共和国境内外的法人、具有完全民事行为能力自然人和其他组织均可申请竞买,不接受联合体竞买。  
2、参加竞买须提出竞买申请,并提供竞买须知中要求提供的相应文件资料。  
三、有意竞买者请于2021年12月9日16时前到我公司索取竞买资料并交纳竞买保证金并办理竞买登记手续。  
四、拍卖会于2021年12月9日10时在嘉鱼县公共资源交易中心办公大楼500室举行。  
五、本标的自公告之日起在其所在地公开展示。  
六、根据竞标的要求,每位竞买人仅限一人进入拍卖会现场,入场人员接受体温检测,佩戴口罩,携带居民身份证,出示个人健康码绿码,《行程码》,《行程码》,体温不超过37.3℃,方可入场。  
七、联系方式和银行账户  
联系人:朱亚平  
电话:18871500917  
(二)银行账户  
户名:湖北嘉鱼县拍卖有限公司  
账号:1818000609200009211  
开户银行:咸宁市工行康源支行  
湖北嘉鱼县拍卖有限公司  
2021年11月26日

### 拍卖公告

受委托,定于2021年12月10日上午11时在赤壁市公共资源交易中心(赤壁市河北大道391号)二楼会议室举行赤壁市公共交通集团有限公司第三批23部(神山)退出运营闲置车辆专场拍卖会。  
有意竞买者,请于2021年12月9日下午16时前(以实际到账时间为准)交纳20万元竞买保证金汇入指定银行账户,并携带相关资质证明等到赤壁市公共资源交易中心一楼服务大厅办理竞买登记手续。  
注:按照防疫要求,进场人员自觉接受体温测量,佩戴口罩,携带居民身份证,出示个人行程码和健康码绿码,体温不超过37.3℃,方可入场。  
竞买保证金开户单位:湖北中成拍卖有限公司  
开户行:中国农业银行股份有限公司咸宁金厦支行  
账号:17690801040008905  
展示时间:2021年12月7日至12月9日  
展示地点:赤壁市公路局停车场内  
联系电话:0715-8130289 18107151110 刘先生  
公司地址:咸宁市市路69号嘉地城小区A1栋3单元201  
湖北中成拍卖有限公司  
2021年11月26日

### 关于“咸宁中农联农产品电商冷链物流园”项目信息不实的公告

近期,我委收到相关部门反馈,有企业方以在咸宁高新区投资“咸宁中农联农产品电商冷链物流园”项目为由,对外吸引施工单位参与项目建设工作,并以此收取保证金。我委对此反馈信息高度重视。经核实,咸宁高新区管委会未曾引入“咸宁中农联农产品电商冷链物流园”项目,也未就该项目下发相关审批手续。  
为避免群众遭受损失,我委特此公告。请广大群众在项目投资前注意核实信息真实性。同时,我委将持续关注此事件,若存在侵害我委合法权益的情形,我委将依法追究相关责任方的法律责任。  
咸宁高新技术产业开发区管理委员会  
2021年11月25日

### 减资公告

咸宁市向阳湖通江农贸市场有限公司(统一社会信用代码:91421202MA48YF2Y9M)经股东会决议,拟向公司登记机关申请减少注册资本,公司注册资本由人民币1000万元减至人民币100万元,请债权人于本公告见报之日起45日内向本公司提出债权债务或提供相应担保请求,逾期不提出的视为没有提出要求。  
特此公告  
咸宁市向阳湖通江农贸市场有限公司  
2021年11月26日

### 咸宁邮政2022年校园招聘公告

一、招聘范围  
(一)普通高等院校应届毕业生(含规定择业期内未就业毕业生),本科及以上学历。  
(二)经教育部留学服务中心认证学历学位的(国)境(外)应届毕业生留学生。  
二、专业要求  
金融经济类、交通运输(物流)类、电子商务类、工商管理类、计算机类、机械电子类、财务会计类、新闻传媒类、人力资源管理类、行政管理类、法律、中文等专业。  
三、招聘网站  
中国邮政集团有限公司咸宁市分公司2022年度校园招聘网站: <http://campus.51job.com/chinapost2022>  
四、截止时间  
招聘简历接收截止时间为2021年11月8日。  
五、招聘流程  
网上申请—简历筛选—笔试—面试—体检—签署就业协议  
咨询电话:0715-8233021  
中国邮政集团有限公司咸宁市分公司诚邀莘莘学子加盟。