

# 行走在夜幕中的南田岛



记者 董小滋 文/摄

海边的辛劳工作,此刻酒足饭饱结伴溜达,或跳广场舞,或习练太极……整个广场成了一片熙攘的人海,热闹非凡。在这幅南田岛渔民休闲图中,最令人讶异的莫过于那行走一族。

说起走路的海岛人,连坚持得最久长的那些“元老”也说不上来最先的行走风是谁带起来的。只是这一习惯越传越广,几乎全镇的村民都习惯了在晚饭后出门散一散步,或绕着喧嚣热闹的广场转上个七八圈,或沿着垂柳掩映的浦港西路来回两趟,抑或走上堤坝,边快步健走,边吹着夜晚凉爽的海风,眼望着港湾上停靠的一排排钢质渔轮上明明灭灭的渔灯。

夕阳完全跳进山后,天色渐暗下来,休闲广场打起一圈锃亮的灯光,将整个广场及周边照得分外光明。沿着广场周围走路的大军渐渐壮大起来,密密的人群绕着圈子流动。细看那成群走在路上的行路者,说说笑笑,步履轻快。

夫妻一路者有之,三五走友结伴而行者有之,单枪匹马单独行动者亦有之。边走路边伸胳膊踢腿,有的三两个一伙,相互道些家长里短,有的快走,有的慢踱,有的汗水淋漓,有的面不改色。

家住广场周边的居民叶晓芳是行走大军中的一员,对她来说,每天晚饭后行走是每日的必修课,一年四季从不间断。此前,她入睡前有盗虚汗的毛病,常常搅得她不能睡个好觉。“只要将身体里多余的汗水排尽,这个毛病就不药而愈。因此,不走到出一身汗,我就浑身不舒服。”

谢师傅受邻里影响,原本一到夜晚足不出户的他也爱上了在傍晚出门走一走。时间长了,竟欲罢不能。“走路虽然是一项缓慢的运动,但对我们中老年人却很有效,动动腿脚出汗,身体感觉轻盈多了。”

## 凤凰古镇社饭香

通讯员 钟芳

踏着青石板路,登上吊脚楼,漫步古渡口,我对乡土文学大师沈从文笔下流淌着的湘西凤凰有了深切的感受。

在凤凰古镇,不仅能欣赏到古城灵秀的山水风光,更能触摸到小城历经沧桑后的深厚文化底蕴。这些浓郁的民族特色、地域特色及饮食文化给如梦似幻的凤凰城平添了神秘色彩,让人深深眷恋。

行走凤凰古镇,沱江两岸长长的小吃摊上的酸汤鱼、血粑鸭、社饭、姜糖、酸菜、米粉、牛肝菌炒腊肉等美食让人唇齿留香,常常赢得游客的交口称赞。

而我最喜欢的却是蒿香社饭,红的腊肉、绿的蒿菜,每一粒米饭都泛着油光,晶莹剔透,清目爽口。低眉之间,一股奇特美妙的清香滋味扑鼻而来,沁人心脾,勾起了满嘴食欲,由不得你不快快地夹上一口撮往嘴里,细细地品尝,顿觉柔软而浓郁,美味至极。

凤凰人十分看重“过社”,社饭来自侗族,苗族和土家族等少数民族祭祀社稷的一种食品。每当到了“过社”,各家各户就会下灶做上一锅清香四溢的社饭,以祈年景顺利,五谷丰登,家运祥和。社饭做好后不光是自家人吃,还会馈赠亲友,故有民谚说:“送完了自家的,吃不完别家的”,景况很有人情味儿。清人的《潭阳竹枝词》:“五戊经过春日长,治聋酒好漫沾长。万家年后炊烟起,白米青蒿社饭香。”都让人联想到社日里,农人们在农舍里与亲友们一起兴高采烈地沾着米酒,吃着香喷喷社饭的场景,让人留恋忘返。

返。

社饭的做法并不难,难的是材质。须是要采撷春天里鲜嫩的胡葱和社蒿,洗净剁碎,揉尽苦水,焙干备用;腊肉要挑那种能闻到烟火香味的带皮的五花腊肉,切丁爆炒至浓香;糯米和黏米是土家苗寨自种的香糯和晚稻米,2:3的比例用冷水浸泡一天一夜沥干。然后把上述食材搅拌均匀,装在甑子里用大铁锅烧火蒸煮,直到糯米熟透柔软,便大功告成。

蒸熟的社饭盛在小蓝花碗里,热气腾腾,活色生香,社蒿菜的嫩绿也早在焖蒸的过程中丝丝浸入了颗颗米粒当中,这样,一花碗的社饭就通体莹润碧绿,油光发亮,芳香扑鼻,既有糯米的甜香,又有腊肉的熏香,还有社菜的清野香,真叫人馋涎欲滴啊,客气什么,赶快动手大快朵颐吧。吃上一碗,但觉得鲜、软、嫩、酥、柔、香,真正是一种心满意足的美食享受。经常听见客人们喊:“老板,给我再来一碗!”

蒿香社饭不仅美味好吃,还是一道传统药膳美食,具有清热解暑、祛肿益气、明目降压等作用,出于新鲜,我也特地吃了两大碗,养眼同时齿颊间又多了丝丝鲜香的回味,让人感受凤凰独特的文化魅力。



## 夏日来一杯清心浓郁的铁皮石斛花茶

记者 毛亚莉/文

一杯香气四溢,甜美与淡然的滋味,一个充盈日子情调的空间。铁皮石斛给人印象最深的就是滋阴、清补,特别适合在夏季服用。

夏日的下午,我和三五好友去了贤岸镇枫康石斛中心的茶室。枫康石斛中心的大院修竹森森,竹林间有一座挂满嫩绿的长廊式木屋。室内宽敞,环境清幽,满目青翠。翠绿间有几组古朴的雅座。

服务员领着我们室内参观各种石斛。穿过小桥流水和假山,一组组石斛映入眼帘:有一小坩种在地上,似翡翠;有几十株种在竹排上斜靠着墙,如流瀑;有的单株种在花盆里摆在桌上或挂在墙上,开着花,如精美工艺品;有的一簇簇的种在树枝上,如古代野生作物……各种各样的种法都有。石斛品种很多,有报春石斛、流苏石斛、天官石斛、玫瑰石斛等,许多盆栽石斛都开着各种各样的花。服务员介绍:“石斛具有药用价值和观赏价值。药用价值主要代表是铁皮石斛,以其茎入药,有益胃生津,滋阴清热的功效。观赏价值最具代表性的是春石斛和秋石斛,石斛拥有绿色

的叶茎,部分石斛的花极为漂亮,花形优美,艳丽多彩,花期长,种类多,深受人们的喜爱,被誉为四大观赏洋花之一,在花卉市场占有重要的位置,家有数盆热闹非凡。”

观赏完石斛,我们在雅座上小憩,点来一壶鲜榨铁皮石斛汁,汁色如同猕猴桃汁,翠绿得让人心动。品一口,味淡有点青草味,清香可口。服务员说:“鲜榨石斛汁四季皆宜清补不腻,石斛可以单纯渣,也可以和各种水果或蜂蜜一起渣。像这壶石斛汁,先备好鲜铁皮石斛约30克,清水洗净,剪成段,备凉开水600毫升;将剪好的鲜铁皮石斛放入榨汁机,加入凉开水,榨成汁;将榨好的汁倒出,现榨现饮,不要放置时间太长,以免氧化,影响疗效。”

我们坐在雅座上小酌慢饮。这屋子四周的“墙”都是用竹篾编制而成,此时屋外阳光灿烂,光线透过竹篾闪进来,地面上出现网状花纹,很美。几扇门上都挂着竹帘,门外婀娜多姿的芦丝竹投影在竹帘上,如同郑板桥的水墨画,楚楚动人。

人们对这种清幽古朴的环境总是怀有一种特殊的情结。在这样的环境里体味慢生活:在石



斛挂满竹帘的屋子里,坐在古色古香的雅座上,听着小桥流水的声响,品着一杯有青草香的石斛汁,开始发呆。清风、小桥、流水、石斛汁,什么也不想,没有工作的压力,没有生活的琐碎,不知不觉地就迷失在古色古香的温柔乡里。

▼注:如受台风影响,以下游乐项目暂停开放。

# 湿了一身·还你一生

## 首届檀头山岛

活动时间:2015年6月27日—8月31日

# “湿身”节

Let's go!

### 亲情篇

#### 爱就大声说出来

湿了一身 | 感恩一生

8月1日—8月14日

- “我眼中的亲人”(白天场)
- 圆爸妈一个婚纱梦
- 陪爸妈看一场露天电影
- 篝火晚会-爱就大声说出来
- “我眼中的你”(夜场)

### 友情篇

#### 致我们终将逝去的青春

湿了一身 | 回忆一生

7月18日—7月31日

- 那些年我们一起追过的她(他)
- “同桌的你”篝火晚会
- 夏日乐悠悠 沙滩露天电影
- “群魔乱舞”江南style集体舞

### 爱情篇

#### 情定七夕为爱而来

湿了一身 | 相爱一生

8月15日—8月31日

- 檀头山接吻kiss大赛
- 海岛浪漫相亲会
- 异域风情狂欢派对
- “爱情保卫战”
- “爱情寄语”许愿放飞

### 童趣篇

#### 爱就大声说出来

湿了一身 | 快乐一生

6月27日—7月17日

- 激情开“湿”
- 出发吧,宝贝
- 扒沙蛤大战
- 海水“湿身”大战
- “灌水能收”海水接力赛
- “小苹果”舞蹈快闪

象山石浦渔港旅游发展有限公司

4007 808 000

www.57shipu.com

扫一扫 了解更多精彩内容