

智游天下

济州岛避暑，高性价比的出国度假

济州岛是韩国人的“三亚”，是一家老小度假的首选地；它也是韩国人的“泰安”，韩国人的一生中总要爬一遍这里的汉拿山，顶着巨大的海风登山，还可以偶遇顶流明星与偶像。济州岛上的中国人也越来越多了，这里和上海的直线距离只有500公里，免签，只会中文也能冲。



■ 沈荻 文/摄

8月整个南方都沦陷于梅雨季后的高温之际，我果断地逃到了韩国的济州岛。济州岛是韩国人的“三亚”，是一家老小度假的首选地；它也是韩国人的“泰安”，韩国人的一生中总要爬一遍这里的汉拿山，顶着巨大的海风登山，还可以偶遇顶流明星与偶像。从上海飞济州岛只需1小时15分钟，而两地之间的温度相差了10℃之遥。只要能避开暑假高峰期，或提前一段时间订票，飞济州岛的机票性价比一直都不错。比如我提前购买的机票，票面500多元。这个价格比起去国内任何一个避暑胜地都有很大的优势，再加上免签和韩式美食的诱惑，去济州岛无疑是出国度假的一个好选择。

飞过汉拿山，济州岛度假去

去济州岛前在浦东国际机场出境安检处的换汇点，人民币与韩币的汇率是1:190。韩币的最高面额是5万元，折合人民币大约260元。我换了大约1万元人民币，估摸着不购物的话，差不多够用了。网上搜旅行信息时，知道济州岛上很多店铺都可以用微信支付。飞机飞过茫茫大海，海水从混沌逐渐变得透明。接近济州岛狭长的海岸线，开始展现出不同的风貌。火山爆发遗留下来的褐色礁石，在岸边堆积出鲜明的曲线，长长的防波堤后停着一些白色的船只，在绿意葱茏的汉拿山逐渐升高的地势背景下，像是一幅从韩剧中直接拷贝下来的浪漫图画。以中间的汉拿山为坐标，济州市和西归浦市分别位于济州岛的北部和南端。济州国际机场紧挨着济州岛最北端的海岸线，机场相当小，只需要提交一张入境单，验证指纹后，几分钟就可



●嘉兴有湖羊，羊肉又嫩又滑，带皮吃更具糯感与嚼劲；嘉兴有文虎酱鸭，油而不腻，酥而不烂，味道鲜美。在美食面前，嘉兴人万“粽”一心，异口同声：别和我提粽子！●温州历史悠久，古代称瓯越。晋人郭璞在《山海经》中描述温州的地形为“瓯居海中”，可见其海域面积之广。靠山吃山，靠海吃海。温州菜以海鲜为主，口味新鲜，淡而不薄，三丝敲鱼、锦绣鱼丝和爆墨鱼花并称“瓯菜三绝”。●每年冬天，义乌的朋友会寄来一大包红糖麻花，又甜又黏。吃着麻花，脑海中就浮现出小时候常常见到的货郎担——鸡毛换糖。

长刺上扒落，然后肉是肉，刺是刺，完全可以用勺子舀着吃。人口才发现玄机，原来烤制的时候，带鱼身下铺了一层粗盐，在烤的过程中鱼油渗出，鱼肉的鲜嫩清甜和半融化的盐粒在牙齿间嘎吱嘎吱地相映成趣，再带着一点儿烧烤的浑厚香气，形成了一种特殊的口感，一个人吃完一整条带鱼，饱得几乎无法起身。

市区去购物，远郊看瀑布

我对购物的兴趣不大，但做攻略时，岛上的新罗免税店和乐天免税店出现的频率极高，看着美妆达人孜孜不倦地安利免税店的化妆品如何折扣动人，忍不住有点好奇。从西归浦出发到市区，路程需要1小时。如果对于购物没有特别的喜好，来回的路途会比较痛苦，所以我选择在市区住一晚，正好感受一下与海边不同的度假风格。新罗免税店里外里只有三层楼，外表毫不起眼儿。如果挑亮点，大约是韩妆价格更平价一些。我拿着翻译软件拍下照片，翻译成中文，查找自己感兴趣的产品。一排货架慢慢地翻个遍，有一种寻宝的快感。旅行装的洗面奶和卸妆油算下来只要人民币十几块钱，买了好几只，打算出门旅行的时候用。来到市区，海鲜当然就不是好选项了，于是午餐去品尝了济州岛的另一特色美食——炭烤黑猪肉。韩式烤肉在视觉上的呈现十分豪迈，林林总总七八个小碟子，各盛一口装的泡菜、豆芽、小鱼干等开胃小菜，围绕着中间一口厚墩墩的平底锅。一整块五花肉被“扑”地扔在锅中，炭火烤制半熟时，用长剪刀将肉剪成一块块，待外焦里嫩、肥油渗出时，蘸酱，加上大蒜和青阳辣椒，用生菜和紫苏叶裹着吃。这一顿消费大约在8万韩元，折合人民币400



舌尖上的浙江美食

雄传》中狠狠地夸了家乡的菱角：“鲜甜嫩滑，清香爽脆，为天下之冠。”南湖菱可以当水果生吃，也可以做菜，菱肉清炒后加入豆腐煮熟，又鲜又糯，白白嫩嫩，赏心悦目。嘉兴有湖羊，羊肉又嫩又滑，带皮吃更具糯感与嚼劲；“酥羊大面”有荤有素，面软肉烂，老少皆宜。嘉兴有文虎酱鸭，油而不腻，酥而不烂，味道鲜美。在美食面前，嘉兴人万“粽”一心，异口同声：别和我提粽子！温州：别跟我提海鲜温州历史悠久，古代称瓯越。晋人郭璞在《山海经》中描述温州的地形为“瓯居海中”，可见其海域面积之广。靠山吃山，靠海吃海。温州菜以海鲜为主，口味新鲜，淡而不薄，三丝敲鱼、锦绣鱼丝和爆墨鱼花并称“瓯菜三绝”。但今天的温州美食却很任性，一上场就表示：别跟我提海鲜。小伙伴们一听都傻了，毕竟温州人腌菜时都要把带鱼的幼崽和白萝卜放在一起腌，更别提生腌的虾姑、蛏子、花蛤、泥螺等海鲜了。不说海鲜，温州能说什么呢？温州船老大不慌不忙地说：“我们就来聊聊糯米饭。”糯米饭？蒸熟的糯米饭，裹根油条、咸菜，捏成拳头大的饭团，再配一碗豆浆，浙江的大街小巷随处可见，有什么稀罕呢？还别说，糯米饭一到温州的早餐店，就变得精致认真了。初秋的阳光照在卖糯米饭的早餐店里，杉木桶里的糯米饭粒粒饱满，泛着晶莹的油光。旁边是一溜儿排开的配料：榨菜、肉末儿、香肠、肉松、土豆丝、霉干菜、萝卜丁、咸蛋黄、油条碎……看似普通低调，却有万般风情。更令人惊叹的是，温州的糯米饭还分为甜咸口味——咸的用肉臊浇灌，配菜中榨菜爽口、萝卜丁酸辣、肉松香酥，咸蛋黄细腻如脂，油条

碎又松又脆，让糯米饭的口感、风味多了丰富的层次；甜口则以猪油打底，糯米上裹满芝麻，再撒上细密的桂花，淡淡的甜香轻轻巧巧就将你带到江南的秋天。

多元，并不便宜。市区里中国人非常多，几乎每家韩食店在就餐时间里都挤满了中国游客，各种地方口音在此交会，差点以为自己仍在国内。除了市区的免税店，中国人最常去的景点是济州岛东侧的牛岛和日出峰，有专供游客参观的打卡点和咖啡馆，还有出海的游艇。因为天气不好，我放弃了出海的打算，再加上暑期是旅游旺季，景点游客扎堆，索性另辟蹊径，用沉浸的方式去体验当地的风土民情。

西归浦附近的“哈尔的移动城堡”咖啡馆相当惹眼，也是一个比较著名的打卡点。除了咖啡馆，西归浦的泰迪熊展览馆也值得一看。这是一个地下博物馆，空间很大，上下共三层，收藏了各种造型风格的泰迪熊娃娃，将泰迪熊与近一百年来有名的历史事件、年代时尚秀和绘画雕塑等艺术形式相结合，为泰迪熊的粉丝们创造出了一个独特的偶像宇宙。最底层售卖泰迪熊纪念品，一小只泰迪熊售价在几百元人民币左右。唯一给我留下深刻印象的济州岛自然风景区，大概就是西归浦的天帝渊瀑布了。景区门票2500韩元，折合人民币20元左右。内部很大，三段瀑布彼此之间相当分散，且都是山路阶梯，全程走下来虽然路边清泉冷冽，气温也不算高，仍然衣衫尽湿，气喘吁吁，很是消食。目光所及满眼浓绿，心也跟着沉静下来。全程走下来都没有几个游客，遇到的也似乎都是韩国当地人，足见这个景点相当小众。总的来说，如果想用最简单的方式去体验一下出境游，快速领略另一个国家的风土民情，济州岛的性价比还是很高的。济州岛上的中国人也越来越多，这里和上海的直线距离只有500公里，免签，只会中文也能冲。有了好出片的景点，好出片的咖啡馆，去济州岛享受周末就像呼吸一样简单。当然，我强烈推荐



舌尖上的浙江美食

碎又松又脆，让糯米饭的口感、风味多了丰富的层次；甜口则以猪油打底，糯米上裹满芝麻，再撒上细密的桂花，淡淡的甜香轻轻巧巧就将你带到江南的秋天。再端出一碗或咸或甜的豆浆，趁热喝上一口，全方位激活味蕾，糯米饭与豆浆，就这样构成了生活中最平凡却又最不可或缺的味觉记忆。金华：别和我提火腿金华建制久远，因位于金星与婺女（星）分野之处而得名金华。这样的地理位置，注定了金华的神奇与大气，孕育出世界义乌、中国横店。与传统印象中富饶的江南水乡不同，三面环山夹一川是金华的基本地形。因此，金华人总是很低调地说：“我是山沟沟里出来的，没见过世面。”随后，不露声色地将生意做到世界各地，同时也将金华美食带到五湖四海。比如，金华火腿。一片片玫瑰色的火腿肉，散发着馥郁鲜美的光芒，只是在饭锅里简单蒸一蒸，便能照亮人间餐桌烟火；若是和新鲜的猪后肘一同炖制，则是肉质酥糯，汁稠浓香，鲜咸适口。有它上桌，米饭就要一碗一碗接着添；裹进粽子里，气势直逼嘉兴鲜肉粽，火腿板栗、火腿蛋黄、火腿菌菇、火腿青豆……每一个馅都能成为一道菜。每年冬天，义乌的朋友会寄来一大包红糖麻花，又甜又黏。吃着麻花，脑海中就浮现出小时候常常见到的货郎担——鸡毛换糖。义乌人的红糖，曾经是一代人甜蜜的童年记忆。而改革开放的大潮中，“鸡毛换糖”的小货郎演绎出扬名海内外的“大奇迹”，写下了商业王国的传奇故事。写了那么多浙江省的大众美食，我突然发现，这三地的美食，在我心中首屈一指的其实是这三样：金华的烧饼、温州的江蟹生，还有嘉兴海盐的烧卖。

文旅情报

■ 中国妇女报全媒体
见习记者 高雅
梅曜霞 裴文静

近日，河南省信阳市光山县司马光小镇举办了第五届采菱节暨农耕文化体验活动。唱菱歌、划菱船、采菱角等一系列精彩活动，让游客尽享原汁原味的豫南水乡风情。眼下，光山县的菱角正值采摘上市期，也是菱角最美味的时期。菱角含有丰富的蛋白质、维生素和矿物质，是这个季节受人喜爱的时鲜。初秋的光山县司马光小镇，众多的菱塘内片片菱叶犹如绿色的地毯铺满水面，美不胜收。在其中的一口菱塘中，司马光小镇文化合作社、升辉农业农林专业合作社的社员们划着菱船唱起了悠扬的采菱歌。一些合作社社员身穿防水衣下塘采摘菱角，只见他们用手一掐，成熟的菱角落下，不一会儿满盆的菱角就冒出了尖儿。“今天是采菱节，一大清早我就来采摘，共采了300多斤菱角，全都被游客买去了，卖了1000多块钱。今年，光卖菱角这项我就挣了10000多块钱了，很高兴。”司马光小镇升辉农业农林合作社社员杨世琴兴奋地说。与此同时，司马光小镇曹园广场热闹非凡。司马光小镇第五届采菱节暨农耕文化体验演出正在这里举行。司马光小镇文化合作社的社员现场表演了舞狮闹中秋、花鼓戏《盘泥巴》、民间小调《采红菱》《小镇四季好风光》。县花鼓戏传承中心的演员演唱了花鼓戏《报花名》等节目，一个个精彩的民俗文化节节目赢得大家热烈的掌声，也将这次活动推向了高潮。光山县升辉农业农林合作社、司马光小镇文化合作社负责人黄镜升介绍说：“我们司马光小镇有种植菱角的传统，围绕采菱已连续举办了5届采菱节。今年我们小镇300多亩菱角又获得大丰收，亩产达1200斤。举办这次采菱节是为了吸引更多的游客来司马光小镇旅游，体验采菱的乐趣，欣赏民俗、农耕文化节目。”

秋风起菱角香 又到一年采菱时
河南光山县举行采菱节暨农耕文化体验活动