

跟着广东非遗边玩边学



■新会南坦葵林。 苏启伦/摄

3 侨乡里闻香识陈皮

目的地:新会

隶属广东江门市的新会区,古称冈州,是中国著名侨乡,有着“葵乡”和“陈皮之乡”等诸多称号,新会陈皮作为广东省级非物质文化遗产保护名录项目,可谓“名声在外”,乃广东三宝(陈皮、老姜、禾秆草)之首、十大广药材之一,新会陈皮是特指新会本地茶枝柑(也叫大红柑)的干果皮,药用价值很高,是常用的香料及调味品。



■陈皮

据说新会陈皮最早记载在东汉时期,宋朝时成为“广货”之一远销海内外,清朝时更被慈禧太后指定为“贡品”,有“千年人参,百年陈皮”的美誉;储存越久的陈皮,其中所含黄酮类成分越多,对人体而言,黄酮类物质有抗氧化和增加免疫力的作用,也因此陈皮根据年份长短价格不一,年份越久价格越贵,但有一个考量标准:必须是三年以上的陈皮方可被称为“新会陈皮”,受“国家地理标志”保护。

按采摘期即果子的成熟度,新会陈皮又分为青皮、黄皮和红皮,农历立秋至寒露所采摘的柑皮为青皮,产量少但药用价值高;农历寒露至小雪采摘的柑皮为黄皮,也叫微红皮,可食用及药用;冬至前后所采的为大红皮,多作食用。

新会柑剥皮后,会在大空地上晒两至三天,晒完后装入密封玻璃瓶中待下一年清明节后再晒两

至三天,三年后柑皮成为陈皮,再由工人进行严格筛选分级,一毫米厚的为一级大红皮;颜色比较淡,厚度比较薄为二级皮;至于体型更小的为青皮。陈皮分级后,用麻袋装着保存进仓库,起防潮作用和陈化作用。

新会本地人会喝“陈皮茶”,其实里面只有陈皮没有茶,就是用陈皮泡的水;此外陈皮入菜是粤菜由来已久的传统烹饪手法。陈皮入菜,主要是借以辟腥及中和食材以达到粤菜中“和”味的平衡,好比坊间耳熟能详的陈皮水鸭汤、陈皮乳鸽、陈皮绿豆糖水等等,都是可圈可点的美味,所以如果到新会访陈



■陈皮芙蓉鸳鸯桂花鱼。 陈昆仑/摄

皮,那么陈皮主题的菜式还是十分值得尝试。

暑热天时,一盅十年陈皮炖水鸭汤,清润祛湿滋补,以2斤重水鸭去皮加陈皮、猪骨、赤肉、灯芯草等炖3小时,饮来清甜适口,非常应季。

| 联游 |

新会葵艺

国家级非物质文化遗产名录之一的“新会葵艺”同样历从东晋起,种植葵树,利用蒲葵叶编织成葵扇,新会一带蒲葵世上独有,至今仍保留世上唯一原生态蒲葵林南坦葵林,新会蒲葵叶大不开裂,心蒂圆正,骨格细匀,色泽光洁,体质轻盈,再经民间艺匠孜孜不断地探索,将编织、绣花、绘画和印花等工艺融于葵艺编织上,达到出神入化之境。

4 南雄人家滋味长

目的地:韶关

说到粤北地区,韶关南雄是颇值得造访的目的地之一,这里不但有依托珠玑古巷南迁而衍伸出来的历史,更有着从县级到国家级各非物质文化遗产保护名录项目,丰富的文化底蕴让南雄在粤北山区中显得尤为突出,特别是集合了三省交界处喜酸、重盐、重辣这样一种特殊口味风格,也为南雄的地域特色加上了浓墨重彩的风情。

南雄之所以地位重要,还是源于唐宋中原地区战乱和自然灾害所造成的民族大迁徙,当一众先民抵达南雄珠玑巷时,不敢继续贸然南下,便在此安顿下来,重整旗鼓另开张,居住数年或数十年逐渐适应岭南地区的气候和相关生活习惯后,才开始再逐步南迁分散到珠三角等地,因此被誉为“广府人的故乡”的珠玑古巷,便由于是进入岭南的第一站和中转站而占据着重要地位,是类似于“分水岭”一般的存在,即:既是中原人(主要是河南人),又是岭南人,这也是当地很多名人望族称珠玑巷尾“七百年前桑梓乡”的缘由所在。

民间文学《珠玑巷人南迁传说》、龙船歌、茶花灯都属于省级非物质文化遗产项目,姓氏节、双龙舞双狮、扎稻草龙、酿豆腐等为韶关市级“非遗”项目,还有18项南雄市级“非遗”项目等,其中一道能彰显南雄地域特色的美食酿豆腐,是南雄每家每户都会做的菜品之一,用新鲜芋头制成芋泥,与香脆的小虾米、蘑菇、腊肉、香菜等材料拌匀,油豆腐包撕开一个小口儿,把这些馅料酿进去成为饱满的一个豆腐团子,入锅蒸熟食用,最大特点是八个字:“一个管饱,两个就撑”,但是味道真心赞。

| 联游 |

丹霞山

韶关市仁化县境内的丹霞山地质公园,是广东省内面积最大的5A级景区,以“丹霞地貌”而命名,“色如渥丹,灿若明霞”便是它的写照,据称在地球上1200多处丹霞地貌中,丹霞山是发育最典型、类型最齐全、造型最丰富、景色最优美的丹霞地貌集中分布区,先后获国家级风景名胜区、国家自然保护区、国家地质公园、国家AAAAA级旅游景区等五项国家级牌子,2004年联合国教科文组织批准为全球首批世界地质公园。



■丹霞山。 韶关旅游局供图

国家AAAA级旅游景区 中国十佳温泉度假酒店

每日限量 提前预订 先到先得
 特别赠送套餐正餐2份(独立客厅 带私家温泉池)

园林别墅(一房一厅) 原价:2188元
 平日:699元/间 周末:899元/间

费用包含:

- ★房间带私家温泉池
- ★自助早餐或套餐早餐2份
- ★无限次温泉门票2张、自助正餐或套餐正餐2份
(午餐或晚餐三选一)
- ★大风车游乐园价值150元/套机动游戏游乐金2套
- ★赠送汽车特技表演门票2张(需车技坊正常开放情况下,如不开放,就不额外赠送)

活动时间: 5月6日至6月30日

地址: 中国·广东·清远佛冈汤塘 邮编: 511675 网址: www.gdjlw.com 总机电话: 0763-4632888 销售专线: 0763-4634309 传真: 0763-4632188