2026年10月31日 星期六
本版责编 裴秋菊
电话:010-64299522 E-mail:zgwhb2017@126.com
中国文化报

你的秋假计划好了吗？

随着多地中小学秋假政策落地，连休小长假让人充满期待。不少人做好了出行计划，要陪伴孩子度过一段愉快又鲜活的时光。有些旅游目的地也早已规划好了线路，为秋假旅行的家庭准备了惊喜。

收获一份沂蒙秋色

孙丛丛

秋日的沂蒙山区层林尽染，地处山东临沂费县的沂蒙山天蒙景区给游客的期待不止于爬一座山，而是一条从山脚铺展到山顶的沉浸式赏秋动线。

山间的民宿，推窗即揽雾景与林海；晒秋场上，火红的辣椒、金黄的玉米渲染出丰收画卷；漫步黄金大道，头顶是枫红与杏黄交织的穹顶，脚下是沙沙作响的“金色地毯”；沿步道一路攀登，随处可见云海翻涌、万叶斑斓。

临沂市民王女士的赏秋计划，正好赶上这份限定美景。该市11月13日迎来中小学秋假，她的计划很简单：假期前3天恰好在天蒙景区对鲁苏游客免票窗口期，第一天从市区出发，不用长途奔波，便能和孩子开启一场奔县“微度假”。

他们不是第一次游天蒙景区。吸引复游的，除了秋色怡人，更多的是景区不断上新项目，看的、玩的、学的都能“一站式”满足。

省去了门票，体验上却更有获得感。王女士计划乘坐红色山口列车上行，期待感受一次列车穿梭森林、顺山疾驰的浪漫。她还要带孩子去溪野花田，在童话秘境般的场景中看花浪、拍大片。《沂蒙山小调》诞生地体验更是重头戏。以山场为舞台，红色实景演艺《沂蒙山小调》沉浸式再现“抗大烽火 小调诞生”的历史场景。通过行进式观演，她希望孩子能够深入感受沂蒙热土上涌动的红色精神和时代脉搏。

周边沂蒙石海旅游区不仅有石海奇观，还有不少依次排开的土窑炉，备受亲子家庭喜爱。把腌好的叫花鸡、肋排塞进滚烫的窑肚，时间一到，就能“开”出美味佳肴。

从登山览景到亲子休闲，这趟行程价格友好、遛娃够用，不用周转赶场，又能收获怡人秋色。



▲▼ 沂蒙山天蒙景区的晒秋场景。 景区供图





往年雷山苗年现场。 王雪峰 摄

秋游贵州 看尽多彩民族风物

王雪峰

当北方秋意渐浓、草木萧瑟时，贵州正迎来一年中氛围感拉满的出游季，热闹的民族节庆、层叠的梯田与金黄银杏交织，让即将趁着秋假出游的人赴一场兼具烟火与诗意的旅程。

从11月1日持续至12月2日的2026雷山苗年系列活动如约而至。今年开幕式升级为“四季村晚”冬季展示，非遗巡游首次按儿歌、古歌、飞歌、情歌四大歌类排布方阵，千人“高山流水”敬酒场景首次亮相。想沉下心过节，还能“包村过苗年”，住苗寨、赴长桌宴，宴席顺着街巷绵延，银饰叮当声里全是苗家待客的诚意。热闹不止于此，民俗欢歌之外，还有乡土赛场里鲜活滚烫的气息。苗年连着“村超”“村BA”，一场旅行看尽贵州民间体育与民俗的双重热闹。

三都水族自治县端节的余韵未散，恰好接住秋假时光。“贵州村马”轮番开赛，7处赛场接力上演赛马盛会，原汁原味的民间赛马在弯道密集的山坡上轮番上演，骑手扬鞭、骏马扬尘，场面惊险过瘾。入夜后，都柳江畔的焰火秀与无人机光影点亮水乡夜空。非遗一条街上，水书、马尾绣、水族银饰沿街铺开，走一趟便把水族千年技艺看进眼里。若时间充裕，顺道去都江镇怎雷村，2.6万亩梯田正逢金浪翻涌，水族与苗族干栏古寨静立其间，是秋日里最沉静的底色。

偏爱自然秋色的，把最后一程留给盘州市妥乐村。时下，上千株古银杏逐渐开始由绿转黄，其中最古老的一株已逾1500年。银杏长在村落间，傍着屋檐，挨着石板路，风掠过枝头，金色叶片铺满青瓦与溪岸。趁着晨雾未散时漫步石板路，寻一家农家乐，点一锅白果炖土鸡暖暖肠胃，才算把贵州的秋天过完整。

动静相宜，是秋游贵州独有的魅力。既能一头扎进盛大节庆，沉浸式体验少数民族的浪漫风情；也可以远离喧嚣，漫步田埂林间，看梯田铺金、银杏漫山。借着一段秋假时光，就能收获丰富独特的秋日体验。



妥乐银杏。 王晓 摄



飞越洞庭。 李敏 摄



南岳衡山层林尽染。 文兰 摄

在三湘四水间寻找课本里的诗句

张玲

11月中旬，湖南衡阳的中小学生将迎来3天秋假，连上周末凑成5天。湖南衡阳的刘女士翻出儿子的语文课本，指着《岳阳楼记》那一页说：“你背了半个学期‘先天下之忧而忧’，咱们去看看真的岳阳楼。”

秋日的三湘大地层林尽染，秋色漫过山野河湖。湖南省文化和旅游厅发布“秋实潇湘”10条主题线路，涵盖彩林银杏赏叶、稻浪秋实采摘、多彩非遗民俗、山岳登高揽胜等主题。

不少中小学课本里收录的诗文、描写的景致，就藏在三湘四水间。落脚长沙橘子洲头，看“万山红遍，层林尽染”。秋天的湘江两岸，树一层层地变颜色，课本里的句子就有了画面。登上岳阳楼，凭栏远眺烟波浩渺的湖水，方能读懂范仲淹笔下“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的家国胸怀。探访常德桃花源，寻找陶渊明笔下“芳草鲜美，落英缤纷”的美好。奔赴郴州苏仙岭，薄雾漫过楼台，秦观词句里“雾失楼台”的朦胧意境扑面而来。寻迹永州柳宗元文化旅游区，探访《小石潭记》里“潭中鱼可百许头，皆若空游无所依”的清幽。终至怀化黔阳古城芙蓉楼，在秋风中吟诵王昌龄的“一片冰心在玉壶”。

秋日的三湘大地——层林渐染，山色斑斓，一半是山水秋色，一半是笔墨书香。循着课本里的诗文行路，把纸上文字变成眼前风景，你会发现，字是“活”的。秋光正好，不妨趁着秋假的大好时光来湖南，把课本里读过的山水走一遍。

舌尖上的味道

一菜烹出满街香

张建友

在黑龙江，锅包肉是刻在市井烟火里的味道。作为东北菜里极具代表性的一道，老厨家·滨江官膳的招牌菜锅包肉已有百年历史，在一代代传承中，经历岁月的洗礼，沉淀成哈尔滨独有的饮食印记。说起锅包肉，黑龙江省级非遗代表性项目老厨家·滨江官膳传统技艺代表性传承人郑树国的话语间满是热忱，将一段藏在酸甜脆香里的往事缓缓道来。

故事要从郑树国的太爷爷郑兴文讲起，郑兴文是当地一位名厨，他的洋媳妇喜欢京菜焦炒肉片外焦里嫩的口感，但不喜咸鲜。于是，郑兴文根据洋媳妇的饮食习惯，将咸鲜口味的焦炒肉片改为酸甜口味，并配上水果，就此成就了最初的锅包肉。后来，这道菜被端上了哈尔滨外事接待的餐桌，深受俄罗斯、格鲁吉亚、波兰等国外宾的喜爱。此后，这道菜再度亮相国际性会议，收获各国嘉宾赞赏。

郑家四代，以厨为业，薪火不曾中断。2005年，哈尔滨复建道台府，在挖掘历史文化过程中，郑家厨艺的几代传承走入大众视野。郑兴文之子郑义林曾在哈尔滨市道里区开设名为“老厨家”的私家餐馆，郑义林之子郑学章在哈尔滨知名饭店“宝盛东”“中朝饭店”掌厨，并传艺其子郑树国，一门四代，守着同一灶烟火。

锅包肉好吃，功夫全在细节，其制作极为讲究。原料必须选用猪里脊，切片要薄厚均匀，裹上水淀粉糊，分两次下油锅，先炸熟、再炸至金黄酥脆。最见功夫的是“熘汁”，锅中留底油，爆香葱姜丝、胡萝卜丝，倒入白糖、白醋、少许酱油和盐调成的料汁，熬至大泡翻涌，迅速倒入炸好的肉片、颠勺，让每片肉都均匀裹汁后立即出锅。

锅包肉保留了中式烹饪的精髓，刀工精细、火候讲究，酸甜口味契合不少外国食客的口味，俄罗斯、英国、法国等国家的游客来黑龙江，总要尝一尝锅包肉。一盘菜，成了民间友好交流的温柔纽带。

有东北菜的地方，多半能寻到锅包肉。一盘小小的锅包肉，历尽郑氏四代薪火相传，成为哈尔滨珍贵的饮食文化遗产。老厨家·滨江官膳的锅包肉一出锅，酸甜香气飘满街巷，是哈尔滨人心里不曾褪色的老味道。2026年央视春晚哈尔滨分会场将老厨家选为取景地，一盘酸甜酥脆的锅包肉通过镜头将黑龙江热气腾腾的烟火滋味送到全国观众面前。

岁月流转，这道诞生于黑龙江的美味，始终扎根这片黑土地。在黑龙江，大酒楼、小馆子里几乎都能闻到锅包肉的香气。逢年过节的家宴上、招待亲朋好友的饭桌上、款待远道来客的席面上，总少不了一道锅包肉。红火鲜亮的模样，寄寓着“日子红红火火”的美好期许，慢慢成为黑龙江文旅一张鲜活的金字招牌。

如今老厨家这道锅包肉早已不仅是一道吃食，它更记录了时代的变迁，像一件可尝、可感的活态艺术品，裹着酸甜香气，让属于中国的味道走向世界。



图为锅包肉。 受访者供图

■ 中国文化传媒集团主办 中国文化报社出版 社址：北京市朝阳区东土城路15号 邮政编码：100013 传真：(010)64208704 电话：编辑中心(010)64294608 新闻热线(010)64285598 发行热线(010)64298584
本报所付稿酬包括作品数字化和信息网络传播的报酬 广告经营管理(010)64293890 订阅：各地邮局 零售每份1.50元