

享温泉、品羊肉、赏梅花、寻年味——

“暖在通城”带您畅享冬季游

面朝大海，四季花开。昨天是冬至，“暖在通城”南通冬季游启动仪式在南黄海畔的林克斯温泉酒店举行。享温泉、品羊肉、赏梅花、寻年味，南通冬季游四大系列主题的推介，尽显江海文化的特色与魅力。记者采访了本市相关专业人士，来解读冬季游四个板块的文化背景和畅游攻略。

享温泉：三处宝藏温泉展南黄海风情

在南通206公里的南黄海海岸线上，海洋温泉如璀璨的珍珠般分布，其中，如东林克斯温泉、海上威尼斯五国温泉城、启东洲颐温泉最负盛名，已经成为南通三大“宝藏温泉”，成为长三角冬季旅游的又一片火热“打卡地”。

小洋口，三万年前曾是古长江入海口，这里从地下1000多米深处涌出的汩汩热流，成为林克斯温泉不停歇的源泉。

林克斯温泉属于珍稀海洋温泉，以此为依托，小洋口打造出华东区屈指可数的国际品质综合性康浴温泉小镇。2021年4月，与林克斯温泉酒店毗邻的林克斯温泉乐园正式开园。这一项目总投资3亿元，集中了小洋口优质天然黄金温泉和多项德国进口水上娱乐设施，乐园内娱乐项目的水源四季恒温，游客可全年365天体验。

在万里长江入海口的圆陀角旅游度假区，一座崛起的五国温泉城令游客耳目一新。五国温泉城是江苏沿海地区规模最大的室内温泉场馆。建设有泰国、日本、土耳其、芬兰、意大利等五个国家不同风格的温泉场馆和室外温泉泡池。利用地下3000多米天然温泉，使游客不出国门，可一站式体验典型的国际五大温泉沐浴文化。

启东的洲颐温泉是一处令人神往的温泉胜地，坐落于元龙湾国际旅游度假区内，毗邻中国四大渔场之一吕四港，在这里可以尽享独特的滨海生活，其唐风设计风格可以让人体验东方文化。洲颐温泉之水，来自2500米深处的天然深海温泉，是国内难得一见的高品质深海温泉水。

在昨天的冬季游启动仪式上，三大“宝藏温泉”给市民游客们带来了暖心的“大礼包”，分别推出了多种家庭、亲子套餐，优惠的幅度也较大。这样的温泉之旅，是否已让你怦然心动？

品羊肉：四大流派烹调南通羊肉之美

通城的暖，暖在胃里。每当西风刮起，

气温骤降，城市的大街小巷、乡镇的集市店铺，一家家羊肉店人气暴涨。

“南通人吃羊肉是有传统的，生活在江海平原的人们，自古养羊的传统，又擅长烹羊，形成了自成体系的羊肉文化。其中，海门红烧羊肉已经成为南通江海菜的招牌之一。”中国烹饪大师、市级非遗南通“八碗八”制作技艺项目传承人张继华介绍。

餐饮界人士认为，南通羊肉从地域上分，可粗略划分为通派羊肉、海派羊肉、如派羊肉、海安羊肉四大流派。每个流派皆有分支，都拥有一批深受食客追捧的羊肉名店，共同组成了南通羊肉美食谱系。

通派羊肉的范围包括市区的芦泾港、唐闸、高店，通州区的兴仁、观音山、东社等。在烹饪风格上，市区及周边羊肉店以白切、白煨为主，以炒为辅，尤以羊杂汤著名。张继华介绍，冷切羊肉是南通本地特色。天寒地冻，北风呼号，一盆白切羊肉端上，配一碟秘制麻辣酱，温一壶家酿老白酒，是南通民众悠闲生活的写照。

海派羊肉覆盖海门、启东，其中海门羊肉尤为著名。因为一道菜，爱上一座城，说的就是海门红烧羊肉的魅力。千年海门，一品山羊，海门白山羊又被称作“小耳朵羊”，在长三角地带有上千年的养殖历史。海门山羊肉质细嫩，脂肪分布均匀，辅以千百年来精益求精的烹饪技术，烧制好的羊肉鲜嫩可口，肥而不腻，红烧海门羊肉由此成为冬令美食之一绝。海门吃羊肉的名店很多，东方雁、玫瑰园都是不错的选择。启东与海门相邻，饮食习俗相近，启东的羊肉也归于这一流派。

如派羊肉则以如皋吴窑为代表。吴窑镇素有“山羊之乡”的称号，山羊养殖历史悠久。1978年，吴窑人开始创办山羊交易市场，广大农民转型养羊，家家户户发“羊”财，“牵着羊子奔小康”成为当地百姓致富的真实写照。吴窑镇羊肉加工企业迅猛发展，形成全羊宴系列，羊美食香飘，每年吸引10多万游客前来观赏、品尝。如东羊肉风格与如皋接近，大体上也可归为一派。

海安则是产羊大市，当地山羊久负盛名，大公羊肉、曲塘羊肉、丁所羊肉都是口碑极好的羊肉品牌。

在冬季游启动仪式上，组织者发布的一张“南通冬季品羊地图”，带着它到江海大地去寻找到你钟爱的舌尖美味，绝对是冬日出游的赏心乐事。

赏梅花：三块寻梅胜地感受先贤遗韵

“无限含春意，朔风吹未开。不知残雪里，已有暗香来。”

这首《早梅》，是张謇先生多首咏梅诗中最脍炙人口的一首。

张謇先生一生爱植树种花，对梅花更是情有独钟。南通市区最负盛名的三个赏梅佳处，都与张謇有密切关联。此次冬季游设计的“踏江·探幽”赏梅寻香三条旅游线路也由此展开。

位于狼山国家森林公园内的梅林春晓景区，面朝长江，山水相依，这里的梅林久负盛名。整整百年前的1921年，张謇在黄泥山西侧原镶山建造“梅垞”，其址在现在的龙爪岩一带。张謇在这里广植梅花，不仅有寄情山水、超然凡尘之意，同时也是为纪念与梅兰芳先生的交游之谊。当年梅兰芳应张謇所约，欣然写下“千五百本梅花馆”的匾额。张謇将他和梅兰芳的合影，悬挂梅垞之中。

1982年，为纪念张謇先生及所建梅垞，依据当年画中“梅林春晓”的题匾，狼山风景区在马鞍山顶修建了观江景点梅林春晓。它临江而立，依山势而建，在此品茗畅叙、观江听涛，别有一番诗情画意。山下梅林种植了大量的梅花，梅林春晓如今已渐成为一片滨江“香雪海”。据景区工作人员介绍，目前梅林内种植了十多种千余株梅花。每年春节前后，这里已成为南通人赏梅打卡的人气景点。

同样位于狼山风景区的啬园内有张謇先生墓园，这里是通城赏梅的又一佳处。啬园成片的梅林有三片，一片在啬园的核心园区，这里有不少百年梅树，常相伴于先贤的墓畔。另两片梅花林位于啬园南侧，作为南通市的义务植树基地，每年植树节的时候，来啬园种植梅花的市民游客络绎不绝。

由张謇先生创办的中国第一座公共博物馆——南通博物苑，同样为市民赏梅的好去处。南通博物苑里的梅花，原先主要分布在濠南别业和中馆周边，以传统的蜡梅为主。2008年，南通博物苑从南京梅花研究所引进梅花22种，集中栽种于藤东水榭南侧的梅花园与北草坪南侧，总占地面积约400平方米。

寻年味：舌尖指尖溢出浓浓江海味道

年味何处寻？在江海大地，从腊八节开

始拉开过年的序幕，而浓郁的年味此时已经飘满大街小巷。本次冬季游的“民俗·年味”迎新祈福线，意在唤醒人们对年味的那种记忆。

民以食为天，要说南通的年味，必须从舌尖上的美味说起。市民间文艺家协会名誉主席、民俗专家王宇明谈起南通的年俗，认为其开场戏为风鸡、风鱼、腌咸肉、灌香肠，高潮部分是蒸馒头、蒸糕，压轴戏是准备年夜饭。

冬日里的南通民居，阳光下那一排排色泽诱人的香肠，晒的就是一份份乡愁。蒸糕、蒸馒头，都是南通民间过年前富有仪式感的事，那热气腾腾、忙忙碌碌的场面，是多少人记忆中过年该有的样子。南通老百姓蒸糕、蒸馒头的风俗，还预示着新年的好兆头。“糕”的谐音是“高”，馒头象征“满”“发”“圆”，寓意步步高、年年发。

除了这些与年节相关的传统美食外，舌尖上的南通还有更丰富的选择。南通滨江临海，海鲜食材远近闻名；作为世界长寿之乡，如皋等地的长寿食品也备受青睐。市饭店与餐饮业商会秘书长顾建华告诉记者，近年来，南通的海鲜大礼包、如皋系列长寿食品，都是淘年货的热门品种。

要说另一种年味，就要说到指尖上的南通，千百年来的流传，让过年有了更迷人的韵味。南通木版年画，表吉祥，志喜庆，过去临近年关时在民间销售红火。南通木版年画受到苏州桃花坞年画的影响，但构图和着色更具乡土气息。目前南通木版年画加工作坊，主要集中在通州兴仁镇。

南通灯彩是一项经过历代发展传承、独具地方特点的传统民间工艺，其中，南通“包灯”的创始人明代南通进士包壮行。他工于书画，所制彩灯精美绝伦。南通周边地区的艺人纷纷仿制“包灯”，使这种绝技流传民间。兔儿灯则是孩子们的最爱，元宵佳节拖着走街串巷，这是许多人童年记忆中的一部分。

如皋香袋又称香囊、锦囊，相传与冒辟疆、董小宛的爱情有关。如皋香袋选用上好的真丝彩缎为面料精工细作而成。作为长寿之乡的特产，如皋香袋内装对人体有益的



享温泉



品羊肉



赏梅花



寻年味

中草药细末，有一种清新的药香，同时还满足了人们逢年过节辟邪的愿望。

对于传统的工艺礼品如何传承创新，市文化馆馆长、非物质文化遗产保护中心主任曹锦扬透露，目前，我市正在组织以“南通手信·非遗有礼”为主题的非遗文创设计大赛，依托南通非遗资源，设计制作旅游纪念品、工艺美术品、生活创意品等。据悉，获奖作品将在新春佳节对外展示，将为寻觅“南通礼物”的人们带来更多的惊喜。

本报记者 张坚 杨镇潇



民营企业的银行 敏捷开放的银行 用心服务的银行

中国民生银行南通分行热烈祝贺南通日报创刊 80 周年！

