

# 来尤溪，过一个有意思的周末



越野卡丁车项目。本报记者单露娟摄



滑草



漂流

本报记者单露娟

周末不知道去哪玩?我会向你推荐尤溪。这个位于临海西南部的乡镇,不仅有着清新幽静的山水风光,还开发了许多惊险刺激的游乐项目。动之趣与静之美,在这个小镇里交融。上周六,我起了大早,从临海市区出发来到江南大峡谷景区。许多游客来尤溪,是奔着江南大峡谷而来的。我也不能免俗,决定将这里作为尤溪之行的第一站,玩个尽兴。

## 动之趣

江南欢乐谷景区位于江南大峡谷入口处,占地300多亩,构建了以峡谷漂流、越野卡丁车、山地滑草、峡谷穿越四大主题项目及江南情人谷、江南提子园两个配套项目的全域旅游格局,是台州最大的户外运动休闲旅游基地。在服务区内买了套票后,一天的游玩开始了。我体验的第一个项目是“飞驰人生”越野卡丁车。据介绍,这是浙江省首个场地内全地形越野卡丁车体验场所,总投资近2000万元。服务区门口便是体验点,一整排越野卡丁车整齐地停在路边。经过教练的一番指导,游客们迫不及待地上了车。

越野卡丁车看上去很酷,跑起来更酷。赛道总长3.5公里,一圈下来需要十几分钟。从起点到终点,越野卡丁车会经过急弯、缓坡、炸弹坑、驼峰、泥地坑等10多种地形障碍。这是一种新奇的体验,颠簸、惊险、刺激……让人意犹未尽,忍不住想再玩一次。沿着服务区往南走,穿过一座天桥,便来到哈哈滑草场。这是华东地区首个山地滑草场,被列为浙江省运动休闲优秀项目及精品线路。场地约1万平方米,分山地滑草及七彩滑道两个项目。

滑草是比较适合儿童、青少年体验的项目。夏天的滑草场,绿草如茵,坐在滑草车上,从山坡上飞驰而下,耳边是呼呼的风声,鼻尖萦绕着青草的气息。将套票里的项目都体验了一遍,差不多到了午饭时间。体验了游玩项目,还要吃地道的农家菜,才算不虚此行。我们驱车前往江南大峡谷的腹地——3A级旅游景区下涨村,这里的农家乐十



下涨村位于江南大峡谷中段,三面环山,一面是河流。未署名图片由尤溪镇提供

分有名。从欢乐谷景区到下涨村,开车需要20多分钟,中途会经过彩虹道,这是青山绿水间一道亮丽的风景线。下涨村位于江南大峡谷中段,三面环山,一面是河流。河水虽浅,却非常干净。随意走进一家农家乐,热情好客的老板便迎了上来。在老板的推荐下,我们点了咸肉笋干、柴豆腐、菜干肉圆、蕃薯蛋糕等当地特色菜,味道地道鲜美。吃完饭,可以在村里闲逛一下稍作休息。下午,我们将体验当地最著名的峡谷漂流项目。这里要提醒一下游客,去漂流最好提前准备一套干净的衣服——因为漂流以后,你可能会从头湿到脚。

从下涨村往上走一段路,便来到了漂流的起点。峡谷漂流全长3.5公里,总落差168米,单个最大落差10米,极具刺激性。该项目分为探险漂流和休闲漂流两种,我们选择了较平缓的休闲漂流。头顶是蓝天白云,两岸是青山绿水,在缓流区打打水仗,在激流区放声尖叫,别提多惬意。不知不觉,两个小时过去了,漂流艇带着我们来到了终点。晚上,我们宿于提前订好的竹家山山居生活民宿。这是一家以“山居慢生活”为主题的高端度假民宿,以村中老房子为基础修建而成,古朴别致。

## 静之美

第二天,在清脆的鸡鸣声中醒来。推开窗,发现天空飘起了小雨。细雨绵绵中,远处山峰云雾缭绕,闻着清新的空气,一切都是那么静谧美好。

体验了尤溪的动,今天来感受下尤溪的静吧。从竹家山沿盘山公路驱车往下,不久便可以到达沙衣村,这里有七个折瀑景区,我撑着伞徒步前往。慢悠悠地行走在山间,一路上满目都是绿。路过小村,绕过小寺庙,穿过竹林掩映的小路,遇到了一条山涧。再往前走几步,七折瀑映入眼帘。抬眼望去,两条如白练的瀑布倾泻而下,在水面带起了层层水花。潭的四周是光滑的岩壁,潭水碧绿。七折瀑景区以峡谷戏水为特色,游客

可在此体验瀑、潭、涧等多种形式的水体景观。七折瀑旧名赤颊潭。据当地村民介绍,它的易名源于一个民间传说。

一年夏天,台州大旱,庄稼缺水。当地一些村民信此为“龙”潭,来此处祈雨。仪式完毕后,水潭中果真浮起了一条乌黑的大鳗鱼。村民大喜,立即将鳗鱼带回养在家里,等待天降甘露。谁知三天过后,滴雨未下。村民气急之下将这条鳗鱼切成七段放进锅里,准备煮熟吃掉。神奇的是,锅里的鱼段合成了一条鳗鱼,然后消失了。村民相信这是真的龙,带着祭品再次来到赤颊潭祈雨。之后,天上下起了倾盆大雨,旱情终于解除。赤颊潭因此易名为七折瀑。许是因为这个传说,凝望这口潭时,总觉得多了一丝神秘。

在七折瀑静静地放空了一上午,感觉身心的压力都得到了释放。中午,在梦溪园烧烤场品尝了烧烤以后,我们前往此行最后一站——尤溪老街。

老街位于尤溪镇花联村,东西走向,起于黄港(王广)桥,止于天主堂,街长约500米。老街为晚清民国风格,保留着木器社、书店、戏台等古建筑。尤溪深厚的历史文化,都凝结在这条老街上。

探寻老街从黄港桥开始。这座桥始建于清代,为伸臂式抬梁石桥,总长35.5米,宽2.4米,四墩五洞,包含28个各式柱头和两端抱鼓石。古桥历经风雨沧桑,但仔细观察,还是能在建桥旧残碑和桥梁上看到题刻“王广桥”的字样。因方言讹传,当地人称黄港桥。在老街信步,一座被青苔砖墙包围着的两层建筑,白色墙面,大面积的玻璃窗,显得格外醒目。这是早几年新建成的临海市图书馆尤溪分馆“老街三寻”。

“老街三寻”的前身是尤溪老新华书店,承载了许多老尤溪人难忘的记忆。早年,一场大火将书店烧毁,只留下了四周的青砖墙。为了最大程度地还原当年的记忆,尤溪镇采取活化修复的方法进行原址重修,保留了四周的青砖墙,墙内则采用钢结构重建。改造工程历时两年多,如今展现在眼前的“老街三寻”,能看出历史与现代的交融。

推门走进图书馆,大厅长长的阶梯设计十分独特,约6米宽的台阶两侧摆满了书籍,应了那句“书山有路勤为径”。读者可以坐在台阶上看书,随意闲适。“老街三寻”开放以后,成了许多年轻人喜爱的网红打卡点。

章氏民居,位于尤溪老街中部。这是老街上一座保存完整的四合院,大院的门头、中堂的木柱、二楼的窗户和木床,都维持着清朝初建时的模样。

章氏祖辈从黄岩迁来,在尤溪的土地上开枝散叶。过去,单这一个宅院,就被单独划了区块起了名字,叫做章家里。如今,章氏民居里还住着章姓后人。院中老人回忆,最热闹的时候,章家里的住户有14家,一院子满满当当的人。

闲逛老街,尤溪镇人文展示馆也是不可错过的一站。该馆陈列了从民间收集的反映尤溪人文历史的老物件、老照片、老技艺等,是全方位展示尤溪历史风貌、风土人情、民俗文化、非遗文创等的综合性场馆,是领略山乡小镇风情的一个窗口。

走走停停,不知不觉就到了离开的时候。带着满满的好心情,我期待下一次和尤溪的相遇。



## 一周听听看

### ●台州市图书馆

》云水展览

### 秘境生灵——安吉小鲵科研图片展

【时间】7月23日-8月22日  
【地点】台州市图书馆中庭  
【主办单位】浙江自然博物馆、台州市图书馆

》线下图书推荐

### 海纳百川,家纳幸福

家的舒适与幸福,来自于闲聊时余光一瞥的客厅一角;来自于爱人在厨房有条不紊的烹饪……收纳,是整理物品、梳理内心,更是打开美好生活的一把钥匙。本月主题图书推荐家居收纳类图书,欢迎借阅品读。  
【时间】8月  
【地点】市图书馆二楼普通文献阅览室(一)

### ●台州市博物馆

》小玩童

### 夏日清新小麻布

麻布是以亚麻、苎麻、黄麻、剑麻、蕉麻等各种麻类植物纤维制成的一种布料。麻布制品具有清爽透气、柔软舒适、耐洗耐晒、防腐抑菌等特点。跟着老师,做一款手绘麻布包吧!  
【时间】8月21日(周六)9:30-11:00  
【地点】线上微信群  
【参加对象】15名9-12周岁学员

### 手工拼图涂色DIY

今年是中国共产党成立100周年,也是“两个一百年”奋斗目标的重要历史交汇点。以一百周年为主题,一起完成手工拼图涂色DIY吧!  
【时间】8月21日(周六)14:30-16:00  
【地点】线上微信群  
【参加对象】10名7-12周岁学员

### 听海

台州海洋渔业资源丰富,是中国重要的渔区,盛产大黄鱼、鳓鱼等数十种经济鱼类。自有一款海洋主题风铃,聆听海的声音,留住悠长的美好的回忆。  
【时间】8月22日(周日)9:30-11:00  
【地点】线上微信群  
【参加对象】15名6-8周岁学员,需自备颜料。

### 剪纸映初心

剪纸是一种用剪刀或刻刀在纸上剪刻花纹,用于装点生活或配合其他民俗活动的民间艺术。本次线上活动结合浙江省非物质文化遗产——台州剪纸,让小朋友体验剪纸的乐趣。  
【时间】8月22日(周日)14:30-16:00  
【地点】线上微信群  
【参加对象】15名9周岁以上学员  
“小玩童”活动可通过“台州市博物馆”微信公众号报名。



## 诗与远方的邂逅

文旅惠民 共建共享

# 碧青三黄鸡：传统菜玩出新花样



陈淑颖

本报记者诸葛晨晨

在“百县千碗·寻味仙居”美食大比拼的现场,仙居各大饭店都派出了主厨团队,秀出看家绝活。90后仙居姑娘陈淑颖也带着自己研发的冷菜“碧青三黄鸡”参赛。

这道创意料理将仙居两大名产三黄鸡、仙居碧绿(又称仙居碧青)巧妙地结合在一起,收获了评委的高度评价。这匹“黑马”一路晋级,入选了“百县千碗·鲜在台州”16道“山珍”。近日,记者采访了这位年轻的主厨,了解“碧青三黄鸡”是如何诞生的。

## 旧瓶新酒

在山水清秀的仙居,与山水相媲美的是仙居人培育的“仙居鸡”——以羽黄、爪黄、喙黄“三黄”得名的三黄鸡。

据介绍,仙居三黄鸡核心生产基地位于仙居西北部的埠头镇。这里丘陵绵延,河道纵横,滩地广阔,拥有良好的地理条件和生态环境。仙居三黄鸡长年放养于山坡、溪滩、丛林之中,每天三五成群悠闲踱步,走累了就低头从泥地中啄食嫩草和昆虫。

因为运动量充足,吃的又是天然无公害食材,仙居三黄鸡堪称“模特鸡种”,体态轻盈、肉质细腻、油脂适中,在家禽市场中人气颇高,当地的“仙黄牌”三黄鸡被评为省级农业名牌产品。

三黄鸡是仙居人餐桌上常见的食材,一般清炖或做成白斩鸡。鸡肉温中益气、营养丰富,炖成的鸡汤对人体有滋补养生的作用。此外,三黄鸡还常被加工成熟食,以真空包装出售。

作为土生土长的仙居人,陈淑颖一直认为,三黄鸡的烹饪方式需要创新。“寻常的做法,吃起来不够惊艳,已经不能满足年轻群体多样化的口味需求。”

碧青三黄鸡是陈淑颖于2019年开发的新菜品。当时,她从泰国培训归来,从东南亚料理中受到启发,“我可以把家乡的好食材,融合异域风情的烹饪方式,说不定能做出不一样的风味”。

研发新菜不能单靠“拿来主义”,而要进行本土化改良,陈淑颖希望,让本地食客能尝出家乡的味道。

正在为新菜绞尽脑汁时,她突然看到家里桌上摆着茶叶罐,里面装的是爸爸常喝的仙居碧绿,是仙居人熟悉的一种绿茶。

这时,脑海中一道灵光闪过,她很快有了新主意。

## 一鸡多吃

陈淑颖介绍,碧青三黄鸡是一道注重食材原味的冷盘菜,借鉴了海南鸡饭烫煮的烹饪技法。

鸡肉处理干净后,放入冷水中,加入葱姜等调料去腥,撒入适量的仙居碧青茶叶;开大火煮沸,保持5分钟,将清水面上浮起的浮沫撇去,再焖上15分钟后,将整鸡迅速捞出,放进冰水里浸泡片刻。陈淑颖介绍,若追求鸡肉鲜嫩口感,这个步骤在制作过程中起到较为关键的作用——冰水会迅速将鸡肉中的水分锁住,鸡肉的质地会变得紧致。

这道菜不到半小时就能出餐。放凉后的熟鸡随吃随斩,鸡皮与鸡肉之间会

形成一层透明的凝脂,加上三黄鸡独有的清亮色泽,让人食指大动。

切开的鸡肉块,看上去皮滑肉嫩,有时鸡骨会带一丝血水。拈一块入口,鸡肉鲜美多汁,不油不腻,不柴不硬,舌尖还能感受到茶汤带来的清爽,下筷速度不知不觉加快,大半碟鸡肉下肚,饱腹的食客都记住了平实的味道中透着鸡肉本真的清淡醇香。特别是在酷暑天,口感温热、口味淡雅的碧青三黄鸡,是食客不错的选择。

这时候,碳水爱好者会意犹未尽地咂咂嘴,“得配碗米饭才过瘾啊”。别急,碧青三黄鸡有“一鸡多吃”的妙处。除了鸡肉,会配一份焗过鸡油的米饭,入口喷香,得先干一碗,以示敬意。另外,为了满足重口味的食客,陈淑颖还准备了甜辣酱、咸酱油、葱蒜酱三道秘制蘸酱,甜、辣、咸口味都能满足,也让菜品风味层次更加丰富。

## “吃”心不改

这位创作出“碧青三黄鸡”的年轻主厨,是怎么走上做餐饮这条路的?

陈淑颖笑着回忆,她从小就对做菜感兴趣,最喜欢看的动画片是美食番《中华小当家》。“初中时候,我就能独立做一桌子菜。”高考以后,她对自己未来职业的其中一个规划就是当厨师,还多方斟酌挑选了远在新疆、东北的两所职院,虽然最终未能成行,“中国有八大菜系,各个地域有各自的特色美食,我都想去学习体验一下。”

2014年毕业进入社会,陈淑颖成了一名普通白领。业余时间去各个城市觅食,回家以后复制出美味,是她的日常爱好。

2018年,她经朋友介绍,跟随上海一家米其林餐厅的主厨学西餐,陆续坚持了一年多,从事餐饮行业的梦想又重新被点燃。

2019年初,陈淑颖辞去工作,与人合伙在仙居城区盘下两家店面,开了人生的第一家餐厅,名叫“南墙”。因为设计风格、菜式开发都符合年轻消费群体的需求,“南墙”很快成为当地的一家网红店。

彼时,陈淑颖还不知道人气也是一把“双刃剑”。后厨最初靠她一人支撑,到了用餐高峰期,源源不断递到后厨的点菜单让她手忙脚乱,同时,她又不想向半成品低头来保证出餐效率,“我把开店想得理所当然,要学习的东西很多”。

短暂经营三个月,“南墙”关门休整。陈淑颖前往泰国待了近两个月,一门心思学习东南亚料理,提升烹饪技艺,回国后,又前往杭州西餐厅当学徒,同时学习后厨管理技能。

在外面漂泊了大半年,陈淑颖回到仙居,在县城新开了一家“奇食·创意餐厅”。

二度创业,她把更多的心思放在菜单开发上。“开发新菜就是做实验,能做出家乡特色的创意料理,是一件有意义、有价值的事。”

陈淑颖告诉记者,这两年,借助“百县千碗”等美食品牌的推广,碧青三黄鸡这道新菜已经俘获了一大批食客。“接下来,我会积极参与到‘百县千碗’进机关活动中,希望让更多食客品尝这道有家乡风味的创意料理。”



碧青三黄鸡