

適逢父親節 北上享雙重親子樂

粵港澳生活匯

「氹氹轉，菊花園，阿媽叫我去睇龍船。」這首廣府民謠相信港人也很熟悉。下周就是吃粽子看龍舟的端午節了，雖然香港每年都會舉行國際龍舟邀請賽，不過原汁原味的珠三角際龍舟賽也頗有看頭。珠三角龍舟競賽文化已有千年之久，趁着假期北上過個傳統端午節，必定讓你大飽眼福，還有各地獨具特色的粽子、龍舟飯等美食，也能讓你「食過翻尋味」。

■記者 劉子靜、蘇微兵，實習記者 龍希 廣東報道

廣州：鹽步老龍 歷史最久

今年廣州端午龍舟活動預計將於本月14日在天河區車陂涌景點開鑼，29日在黃埔區南崗社區景點收鑼，前後歷時16天。屆時，估計將有近660艘龍舟在全市9個區120多個景點舉行活動，其中競賽景點7個，觀眾人數累計可達30多萬人次。

在廣州，有很多關於龍舟的傳統，譬如民諺云「四月八，龍船透底挖」，就是指廣州民間一般在農曆四月初八將深埋在河涌底或池塘裡的龍船挖起來，並選好時間進行起龍儀式。在廣州鹽步村，近日，就有一條距今583年歷史的「鹽步老龍」起龍出水。「鹽步老龍」是珠三角最老的龍舟之一，港人可到廣州鹽步村一睹其真容，村民還會熱情邀遊客參與「搞標」、「食龍船飯」、「洗龍舟水」等民俗。

「洗龍舟水」是廣東傳統民俗之一，據說可洗去晦氣，帶來吉祥；小孩「洗龍舟水」則不生痱子，不生瘡。所謂「洗龍舟水」就是在端午前後江裡、河裡、湖裡洗澡，老廣東人認為這種水是吉祥水。港人也不妨沾沾龍舟水，祈求身體健康。

★美食推薦：

好吃地道的粵菜館都在老城區，如東山區、越秀區、荔灣區，如廣州酒家的滿漢全筵、北園酒家的時果美點、泮溪酒家的點心宴、南園酒家的潮州菜，以及幸運樓酒家、惠愛酒家、陶陶居等老字號的酒家，也值得一去。

★推薦住宿：

龍舟賽事在珠江進行，港人應選擇珠江兩岸的酒店，不僅附近配套設施完善，還可足不出戶眺望珠江龍舟比賽。

順德龍舟：吃龍船飯 看彩龍巡遊

相對於其他龍舟競技，順德龍舟有著更濃郁的嶺南水鄉文化。端午期間，當地除了有龍舟競渡外，還有精彩的民間彩龍巡遊，更有遊客所期待的特色傳統「龍船飯」。

據悉，本月中旬，順德勒流龍眼村會有「龍眼點睛」畫龍舟的民俗文化活動，而且賽完龍舟後，村民更會組織一起吃「龍船飯」。對於村民來說，吃過龍船飯，象徵來年會風調雨順，五穀豐登。到了下旬，順德龍潭村將舉辦一年一度的水鄉文化節——龍母誕。屆時，觀龍舟、飲龍船酒、吃龍船飯、游龍舟水，一條龍玩下來，必讓港人體驗不一樣的熱鬧端午節。

在端午節當日，順德倫教將舉行彩龍巡遊。彩龍巡遊和水上龍舟，數量多，樣式多，港人一定大飽眼福。

★美食推薦：

龍舟飯，是用糯米加上臘肉丁、蝦米、墨魚丁、香菇粒做成。「客家莊」致力創新焗湯。內高2米的大焗爐裡，所有特色靚湯全部用木炭慢焗5個小時，湯味異常鮮美。

地址：佛山市汾江南綜合市場內

★推薦住宿：

順德碧桂園度假村：房間乾淨寬敞，入住還送早餐和康樂活動券，而且周邊就是長隆歡樂世界、長隆水上世界、香江野生動物園、陳村花卉世界、長鹿農莊等旅遊勝地。

地址：佛山市順德區北滘鎮碧江大橋側

東莞：「龍舟之鄉」冠軍隊競賽

每逢端午，東莞水鄉各地輪流競渡，可謂天天都有「龍船景」。東莞萬江龍舟尤為出彩，被稱為「東莞龍舟第一景」，已成功申報為國家非物質文化遺產。除東莞龍舟隊多次在國際大賽中獲冠外，沙田龍舟隊也曾多次代表國家參加國際比賽，奪得世界冠軍，被授予內地第一個「龍舟之鄉」的稱號。

在龍舟競渡前，不少鄉鎮還會安排花船文藝表演，為現場觀眾獻上一場場極具嶺南風情、水鄉韻味的文藝表演，以及開展水鄉美食活動。

★美食推薦：

新福苑：食肆內有水景小橋，環境略帶情調。招牌菜有滴水魚頭、水晶雞、牛仔骨等。另外，香蕉燉蛋、椰菜馬蹄糕、手撻炒米渣、燒鵝粥、粘米角等，是當地極具水鄉特色的美食。

地址：萬江區環城路萬江官橋客路（翰林學校對面）

★推薦住宿：

東莞長安蓮花山莊酒店，酒店佔地300餘畝，其中85%為森林覆蓋，前門為三座天然湖泊，後連長安郊野公園，是東莞市五星級酒店中難得一見的庭園山水式酒店。

地址：東莞長安蓮花山莊



■東莞各村的龍舟競賽。 資料圖片



■順德舉辦村際龍舟競賽。 資料圖片



■東莞龍舟隊多次在國際賽事中奪冠。 資料圖片

■記者 劉子靜

體驗千年龍舟文化



■廣州往年國際龍舟邀請賽現場。 資料圖片

周邊景區拾遺

除了上述端午「應景」地外，港人也可順路遊覽附近美不勝收的風景區，或有更豐富收穫。

1. 佛山三水荷花世界

六月正是觀賞荷花的好時候。三水荷花世界裡有480多個珍稀觀賞荷花品種，其中有太空培育的「太空蓮」、遼寧省出土的「古代蓮」、可承重40公斤的「王蓮」等。

港人徒步遊覽，欣賞完岸上荷花後，可泛舟荷塘，聞陣陣荷香；還可採摘蓮蓬、蓮藕，別有一番情趣。到了飯時，可到園內「荷花美食村」品嚐特色「荷花宴」，推薦菜式有「佛照蓮池」、「流蓮忘返」、「母子連心」等。

地址：佛山市三水區南豐大道

2. 順德清暉園

清暉園是一座集明清文化、嶺南古園林建築、江南園林藝術及珠江三角洲水鄉特色於一體的嶺南園林。主要景點有船廳、碧溪草堂、六角亭、惜陰書屋、八角池等，造型建築各具情態、古樸精美。

在花木配置方面，除了嶺南園林常用的果樹，還有銀杏、沙柳、紫藤、龍眼等古木樹齡。一年四季，蔥蘢滿目，與古色古香之樓閣亭榭交相掩映，令人流連忘返。

地址：廣東順德大良清暉路

3. 海珠小洲村

小洲村至今仍保留着嶺南水鄉最後的小橋流水人家。民居沿河而建，居民枕河而居，隨處可見的百年古榕濃蔭蔽日，五六百年高齡的蠔殼屋見證着嶺南的曾經滄海，阡陌交錯間隨便跨過的一口古井，都有幾百年的沉澱。在綠樹婆娑的掩映下，小洲村仿如一幅嶺南水墨畫。

地址：廣州市海珠區東南端（瀛洲生態公園附近）

■記者 劉子靜



■孩童應節沐浴龍舟水。 資料圖片



■廣東村民愛在端午期間佩戴香囊，傳說有避邪驅瘟之意。 資料圖片



■遊客在挑選香囊作為手信。 資料圖片

交通指引

■記者 劉子靜

1.廣州天河區：最便利方式是從香港坐城際直通車，從紅磡火車站上車，終點站是廣州東站（全程約1小時50分）。

自駕：往深圳灣方向進入廣深沿江高速公路，隨後向廣州城區方向直行至廣園快速路輔路到天河區目的地。

2.順德：往深圳灣方向進入廣深沿江高速公路，在朝虎門大橋/中山/湛江方向靠左進入莞佛高速公路，隨後插入廣州繞城高速公路（高明/三水/肇慶/湛江方向），在廣珠城軌/倫敦/勒流/龍江出口離開至順德市區。

3.東莞：朝深圳/皇崗方向，進入新深路朝機荷高速/梅觀高速/北環大道/深南大道(東)方向，隨後駛進珠三角環線高速公路（東部快線/東莞市中心區/東莞生態園/上屯）方向，靠右進入東部快速幹線，在環城路/東莞市區出口下高速，朝八一大道方向駕至東莞市區。

跟蹤走 有着數

順德水鄉私房菜優惠

廣東順德逢簡水鄉人家私房菜館推出特惠活動，讀者憑以下印花，可享受免茶位費外全單9.5折，優惠活動至2015年12月30日止。

地址：廣州佛山順德區杏壇鎮逢簡水鄉逢源路(旅遊驛站旁)
美食熱線：+86 (757) 29818908

印花

城事特搜

- 廣州國際龍舟邀請賽：邀請賽已逐漸成為內地規模最大、影響最廣的國際龍舟邀請賽之一，現場有彩龍等民俗表演。
比賽時間：6月25日至27日 地點：中大北門廣場至廣州大橋之間的珠江河段
- 「迷人小梅沙 濃情端午節」青啤浪漫歌舞晚會
演出時間：6月20、21、22日 每晚7:30時—9:30時
地點：廣東深圳小梅沙度假村
- 廣州小巨人親子繪本館第二季「傳聞·傳愛」父親節愛心公益行動派
時間：6月10日至21日
地點：廣州派潭鎮七境村留守兒童服務中心、中信地產廣州香樟墅