

佳果滿枝頭 採吃正合時

港客赴粵採摘遊 邊賞美景邊嚐鮮



小朋友在果園採摘葡萄，無限樂趣。受訪者供圖

粵港澳生活匯

現代人對生活質量頗有追求，就拿吃水果來說，不單單講吃還講玩，所以「採摘遊」這個新玩法逐漸興起。盛夏正是豐收的季節，廣東盛產的火龍果、獼猴桃（奇異果）、仙桃及葡萄等水果掛滿枝頭，各地的果園農莊已經進入採摘期。港人如果還不知道如何打發周末，可約上幾個親朋好友自駕北上，一邊享受山路馳騁的樂趣，一邊欣賞沿途美景；住上一晚，第二天便親手採摘和品嚐最新鮮健康的水果。

■記者 劉子靜、董新凱 廣東報道

一· 繽紛火龍果

★推薦地：從化市大丘園農莊、從化仙居農莊
★採摘時間：6月到12月
盛夏正是火龍果成熟的黃金季節。炎炎夏日，吃上一口火龍果，既補充水分，又能解饑。火龍果又稱「仙蜜果」，營養豐富，常吃有保健功效。
從化有「廣州後花園」的美稱，各式農莊果園、溫泉、漂流，遠離繁華都市，空氣清新宜人。從化火龍果園裡，掛滿紅色火龍果，紅綠相互輝映，鮮艷奪目。
推薦玩法：
從化有很多火龍果採摘農莊，較受歡迎有大丘園和仙居農莊。這裡不僅有常見的紅皮紅肉、紅皮白肉火龍果，還有自主研發的白肉火龍果。
大丘園內山清水秀，記者親手摘了一個紅肉火龍果，刀鋒既下，碩大的火龍果一分为二，鮮艷奪目的紫紅色果汁霎時濺出。紫紅色的果肉，看上去已教人大飽眼福了，嘗之只覺清香撲鼻，滑嫩味甜，確比一般市場上賣的火龍果味美得多。
餘興未盡，港人可到仙居農莊的農家餐廳品嚐一頓「火龍果」宴。據廚師大哥介紹，火龍果全身是寶，從果皮到果肉都能食用。一道鮮炸火龍果，外脆內軟，口感極佳；火龍果皮炒肉絲，香甜可口，非常值得品嚐。



採摘現場的火龍果鮮紅奪目。受訪者提供

二· 碩碩九仙桃

★推薦地：韶關翁源縣李洞村
★採摘時間：7月中旬到8月下旬
韶關翁源縣有「中國九仙桃之鄉」之稱。九仙桃聞之清雅芬芳，入口無澀且有蜜味，爽脆清甜滿口香，帶有水果般的那種絲絲的甜味，洗乾淨不剝皮即可吃，口感非常好。
每年七八月，九仙桃陸續上市。在滿滿的兩個月間，韶關翁源縣江尾鎮到處大片桃樹碩果累累，桃子泛着鮮紅的迷人景色。李洞村是翁源縣採摘九仙桃的勝地，每逢周末，到處可見大批廣州、珠海、佛山、東莞牌照的私家車不請自來，擠得小村道水洩不通。
推薦玩法：
遊客一早到達韶關翁源縣，可先遊覽「南方第一大園」之滿堂客家圍屋。圍屋建於清道光十三年，整體上分為中新圍、上新圍和下新圍三部分，全部由水磨青磚、青石拱門構建，裡外三層的結構。午飯過後等太陽稍退後，可再進入桃園開始採摘和採購，這段時間馬路兩邊的果農會把早上新鮮採摘的桃子包裝準備好，供遊客購買。



韶關翁源九仙桃。受訪者供圖

三· 爽脆甜葡萄

★推薦地：河源市紫金縣瀾江葡萄園
★採摘時間：7月至9月
今年6月20日，瀾江葡萄園隆重開園。來到葡萄園，遊客第一感覺就是舒服，佔地約60畝的果園，排列着一行行結滿碩果的葡萄樹。
推薦玩法：
瀾江葡萄園種植着黑提、紅提、有機葡萄等多個品種的葡萄，遊客只需剪刀輕輕一剪葡萄莖，一串沉甸甸的葡萄就在手中啦。俗稱，最香的水果都帶有青草味。剛採摘下的葡萄都有一股濃濃的新鮮植物味道，僅存在三五個小時。

四· 酸甜獼猴桃

★推薦地：河源市高峰獼猴桃種植基地
★採摘時間：8月1日至10月1日
獼猴桃，就是港人常吃的奇異果中的一種，有着毛茸茸的表皮和柔軟酸甜的果肉，營養價值非常高，可謂是夏季眾多消暑解渴的佳果之一。
與港毗鄰的珠三角，能讓遊客親手採摘大面積的獼猴桃，估計只有河源市和平縣下車鎮的高峰果場，被稱「中國最南端獼猴桃種植基地」。
推薦玩法：
高峰果場的獼猴桃種植面積約2,600畝。站在高處放眼望去，漫山遍野全是獼猴桃，場面十分壯觀。成熟後的獼猴桃沉甸甸的，把粗壯的樹枝都壓彎了，讓遊客看了有趣之餘，更迫不及待地想要把果子都摘下來。值得一提的是，據果場工作人員介紹，剛摘下來的獼猴桃一般不建議遊客馬上食用，需等到果子放軟放熟，口感才會酸澀，維生素C也會隨之增加30%，營養價值更高。
紅陽獼猴桃和黃金奇異果是備受遊客歡迎的兩個品種。紅陽獼猴桃，果皮呈褐綠色，無毛。記者現場試吃，覺得果肉酸甜爽口，果汁特別多，一口咬下去，果汁在齒間流淌；而黃金奇異果則外表光滑呈古銅色，果肉金黃，略比紅陽獼猴桃更香更甜。



獼猴桃是港人常吃的奇異果中的一種，吸引遊客瘋狂地採摘。記者劉子靜攝

採摘水果注意事項

「水果採摘遊」越來越受港人的追捧，但每年都傳有遊客在採摘時發生事故，破壞摘果的樂趣，故採摘時需注意以下事項：
1. 小心蚊蟲。野外環境蚊、蟲較多，旅遊外出時應準備蚊香或藥油。
2. 注意防曬。八九月份，太陽猛，氣溫高。避免在上午10時到下午2時曝曬，該段時間的紫外線最強，殺傷力也最大，故需準備帽子和塗防曬油。
3. 防曬霜和防蚊液不能同時塗抹，容易引起過敏。需等乳液乾了再塗另一層。
4. 警惕過敏。許多過敏性的疾病，呼吸道的疾病，皆源於鮮花的花粉混加在空氣中，從鼻子進入體內後可導致疾病。為防「鮮花殺手」的攻擊，便不要胡亂採摘不明的果類或野花。此外，從野外採摘回家後，應馬上脫下外衣進行消毒清洗乾淨，鞋也要洗乾淨，最後再仔細沖涼。

■記者 劉子靜

望天湖摘水果農家樂

走進藍城區白塔鎮望天湖鄉村休閒旅遊區，只見景區內林木茂盛，茶樹翠綠，水庫碧波蕩漾，共種有焦柑、金桔、臍橙、紅肉柚、三稜橄欖、甜脆桃、枇杷、葡萄、火龍果等20多個品種。其中火龍果已上市，紅肉柚則下月上市。
除了3,000多畝珍稀果園、珍稀林木園、中藥材種植園外，景區還建成內地最大的娃娃魚養殖基地，養殖規模達到3萬條。作為一個鄉村休閒旅遊項目，景區為遊客提供果園觀光、水果採摘等旅遊休閒活動，仿野生環境養殖的娃娃魚，也是觀光和科普教育的重要題材。同時，遊客也可體驗採茶和烘焙茶葉、品味潮汕功夫茶的樂趣。
和家人前來遊玩的吳小姐說：「來這走一走，體驗特有的自然生態風光，既能放鬆心情，又可捎些新鮮水果送給親友。」
地址：揭東區藍城區白塔鎮老兩亭望天湖景區
電話：+86 (663) 3135888
■記者 劉子靜、吳彥英

交通指引

- 從化大丘園（廣州市從化市城郊街光輝村）：出深圳灣口岸後，駕車上深圳灣公路大橋進入廣深沿江高速公路，朝沙田/洪梅/麻涌/廣州方向行駛，隨後入京港澳高速公路，朝棋桿/從化/S355方向，進入城鰲大道，沿花卉大道、星康路進入鄉道Y600即達。
- 從化仙居農莊（廣州市從化市西鰲頭鎮旗桿小坑村）：農莊位於大丘園附近。駕車經過大丘園後只需進入城鰲大道東，沿鎮中路、中華路，隨後進入鄉道X937即達。
- 韶關翁源縣李洞村：出深圳灣口岸後，駕車上深圳灣公路大橋進入廣深沿江高速公路，朝廣清高速/清遠高速/清遠/佛山方向，隨後從佛岡/英德南/G106出口離開靠右進入振興南路，再經S224、Y740到達李洞。
- 瀾江葡萄莊：從深圳皇崗口岸出發，朝龍崗/紅崗路/平湖/惠州方向，靠右進入清平高速公路，後依次進入水官高速公路，瀾海高速公路，長深高速公路，經G205、東環路、X168、BS120、S242、橋西街，即可到達廣東省河源市紫金縣龍窩鎮。
- 高峰獼猴桃種植基地：從深圳皇崗口岸出發，朝龍崗/紅崗路/平湖/惠州方向，靠右進入清平高速公路，後依次進入水官高速公路，瀾海高速公路，長深高速公路，龍河高速公路，從上陵出口離開，經X167、S230、S229、下車街後即可到達下車鎮。

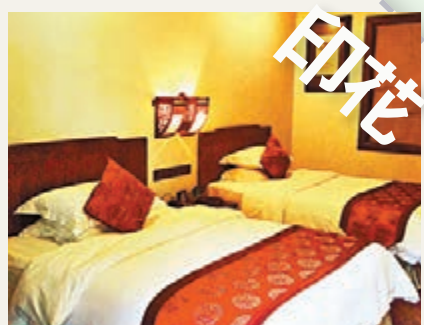
跟線走 有着數



水果盛產期，「採摘遊」最適宜任吃任摘。受訪者供圖

廣東梅州酒店住房優惠

香港文匯報 WEN WEI PO
讀者可憑此印花，到廣東梅州客天下國際大酒店享受以下住房優惠：入住客房：平時RMB488元/周末RMB538元；高級/別墅房：平時RMB658元/周末RMB788元。房費包含：入住一晚、雙人自助早餐、雙人坐車遊覽景區、淨桑體驗、體育中心運動健身、餐飲消費券RMB 50元、購物券RMB 30元。
預訂請電：+ (86) 4008 142 888
優惠有效期至：2015年12月30日 地址：廣東梅州客天下旅遊產業園



印花

1. 2015 南國書香節暨羊城書展
主題：南國書香節 閱讀嘉年華
時間：8月14日至20日
地點：中國進出口商品交易會展館B區 9.2-13.2號館

2. 積健為雄——院藏關山月繪畫精品展
時間：2015年7月21日至2016年1月3日
地點：廣州藝術博物院

