

港人偷閒好去處 捕魚種菜心舒暢

遠離繁囂 享人生 山青水秀 農家樂

粵港澳生活匯



農家樂是內地熱門的旅遊玩意，是農民向城市人提供的一種回歸自然從而獲得身心放鬆、愉悅精神的休閒旅遊方式。在緊靠香港的廣深兩地，有着許多美麗的自然或田園風光，山水景色宜人的農莊。生活緊張的香港人來此度假，只花數小時的路程，就能遠離城市繁囂，舒緩現代人的精神壓力，親近大自然。走進農莊捕魚種菜，你會感受到空氣清新，興趣妙然，還可親自下廚做農家菜，品嚐天然放養的野生魚、雞、鴨、野菜等鮮味，與親朋摯友一同感受源自大自然的生態清靜，使人彷彿置身於世外桃源，不禁讓人有感而發：這才是真正的享受人生！

香港文匯報記者 劉子靜 廣東報道

綠怡島假日農場 自己種出來的菜好吃

好玩指數：★★★★ 人氣指數：★★★★

提到農家樂，廣州番禺海島上的綠怡島假日農場，可說是無人不曉。這裡遠離都市喧鬧，一派天然綠色，保留着「芭蕉可叉魚蝦，小橋流水人家」的原始風貌，一進去就讓人有種來到了世外桃源的感覺。記者看到，有遊客在農場河道撐船划艇、垂釣、捕魚為樂；有認耕菜地，親自採摘各種蔬菜、水果、休閒愜意；亦有三五知己，燒烤聚會。



綠怡島假日農場供應的農家菜。受訪者供圖

記者現場體驗農耕，過了一把「地主」癮。農場提供菜地、蔬菜種子、鋤頭和澆水工具。據工作人員劉小姐介紹：「一到周末，就會看到許多家庭、男女們開車前來，扛着鋤頭、挽起褲腳，下田種菜，許多遊客說，菜始終還是自己種出來的好吃。」

美食推介：紅樹林餐廳
海島上的紅樹林餐廳很抵食，而且就在珠江邊上，風景很好。招牌的「一元一斤蝦」和「一元一隻乳鴿」很有噱頭。推薦港人順便嚐一下這裡現蒸的蘿蔔糕，蘿蔔絲很多，非常軟熟，蘿蔔味十足。
地址：廣州市番禺區石樓鎮海島島（近珠江邊）

茂德公草堂 首家耕讀文化體驗園

好玩指數：★★★★ 人氣指數：★★★★

擺設處處瀰漫着一股復古的味道，溫暖的橘色光線照着房間內擺放的陶製品上，有的是嶄新的成品、有的是半成品、有的精緻美麗、有的粗糙笨拙、有的積了灰塵，但不論擺放得如何隨意，這裡都散發著一種獨特的藝術氣質。

在陶藝館外邊，就是供遊客DIY陶藝的地方，老師現場指導拉坯、修坯、上釉、彩繪、泥塑、軟陶製作過程，遊客可根據個人喜好製作心頭好。現場有遊客製作出可愛的小玩意、小掛件、小擺設等，也有遊客製作實用的器皿，如杯子、碗、花瓶等。

美食推介：草堂內的菜品以廣東創意雷州菜為主，招牌菜是阿公塢雞、吃香鴨、辣、五香土豬肉、大豐收、羊肚菌燉水鴨、草堂金豬等。



茂德公草堂提供遊客DIY陶藝的地方，老師現場指導，遊客可根據個人喜好製作心頭好。網上圖片



遊客們正在體驗石磨豆腐。受訪者供圖

如果說，多數農莊都以「土」為賣點，那麼廣州市番禺茂德公草堂就更像一個隱世的私家雅園。在這裡，你除了可以體驗農耕、垂釣之樂、食原味農家菜、玩一把「歸隱」田園的生活外，這裡也是中國首家耕讀文化體驗園，園內傳統耕讀文化元素隨時呈現眼前，讓人頓時玩性大發，野趣盎然。

記者根據門口的索引，發現了低調隱藏在草堂內的陶藝館。走入陶藝館，裝修和

順德長鹿農莊 農家特色親子樂園

好玩指數：★★★★ 人氣指數：★★★★

如果你覺得去農莊太單調的話，那麼佛山順德長鹿農莊也許可以讓你眼前一亮。這裡除了充滿農家休閒的元素外，還有遊樂場、動物園，完全就是一個以農家生活情趣為特色的親子主題公園。

長鹿農莊公園裡經常會有精彩的農家特色表演，像小豬跳水、賽豬、賽鴨、鬥雞、鬥羊、大笨豬花式高台跳水等。對於港人來說，這無疑是新鮮的玩意。若有小朋友同行，不妨帶他去體驗農耕，如收玉米、種蘑菇、採摘蔬菜水果、製作豆腐，還可以參觀農家釀酒坊學習釀酒，細味農家樂。

景區內的動物園雖然不大，但動物的品種還真不小。沿着棧道向前走，你可以看到老虎、黑熊、豹子、

火烈鳥等珍稀動物，還有人見人愛的萌物「草泥馬」。

記者覺得，最瘋狂的莫過於這裡有一個小型的遊樂場，尤其是32米高的過山車，90度垂直帶翻轉。除此之外，還有挑戰極限的「彈射飛人」、「流星錘」，恐怖驚悚的鬼船「哥德堡號」，小朋友最愛的卡丁車、碰碰車。一輪遊玩下來，就快快樂樂地度過了大半天的時間，這時你會大開眼界，原來農莊是咁好玩的。

美食推薦：景區內有水上浮排餐廳、水底餐廳以及順德農家風味的中餐廳。招牌菜有農莊第一嘴（魚嘴）、魚腩焗南瓜、鹽焗豬肚、農莊蒸肉餅、煎釀豆腐、鐵板釀茄瓜、白灼節瓜和銅盆蒸走地雞等。



長鹿農莊裡的動物飼養區。受訪者供圖



長鹿農莊的親子遊樂場。受訪者供圖

尋味廣州最「土」農家菜

農家樂旅遊越來越受人青睞，農家菜當然一定要品嚐。「菜有菜味，肉有肉香」是農家菜的最大特色。這裡推介幾家廣州最「土」的風味農家菜，港人不妨在享受田園風光之餘，順道尋找大自然的美味。廣州人氣農家菜推介：

番禺祈福農莊菜館

菜館依山傍水，沿河涌一字排開的是用樹皮和竹子搭的棚架，竹棚底下是簡樸的餐桌。這裡走清純路線，以食材新鮮、做法簡單的菜餚為主，招牌菜有脆皮乳鴿、雞煲蟹、焗鵝等。
地址：廣州市番禺區市廣路8號祈福新村舊會所（近祈福車站）

天河筲箕山莊

這家店性價比很高，菜餚多以柴火燒製，這賣點非常有吸引力。食材多數就地取材，比如野生蕨菜，自家種的菜心或瓜果，水庫魚，還有活禽。做法以生焗和清蒸為主，菜式很入味，焗得連雞和鵝的骨頭也很回味，充滿了濃濃的鄉土味。
地址：廣州市天河區漁東路（近筲箕窩水庫）

白雲深記燒雞場

招牌菜有燒排骨和手抓骨，看上去普通，但味道確是超乎想像般好。古銅色的燒排骨表面香脆，裡面的肉汁非常豐富，細嚼會發現香甜肉汁中帶有荔枝柴特有的木香，而且鹹香得宜，肉質嫩滑。另外，燒鵝、燒雞也不錯，讓人垂涎欲滴。
地址：廣州白雲區鍾落潭鎮良田村良沙路

永樂農莊

地道的南沙特色農家菜，魚和雞都是自家農莊養的，屬於港人所謂的「綠色放心食品」。用餐與自然生態共冶一爐，餐廳是在水塘上搭竹棚，四面有荔枝樹、龍眼樹、木瓜樹和石榴樹。看着清幽淡雅的湖光山色，吹來陣陣帶有木瓜和番石榴香的清風，很舒爽。其特色菜木瓜雞（用木瓜餵養的雞）、木瓜魚（用木瓜餵養的羅非魚），南瓜烙和番石榴葉茶，都是農莊自產的。
地址：廣州南沙區萬頃沙鎮12-13涌生態大道（靈新公路東側）

自駕遊交通指南 跟從走 有着數

- 綠怡島假日農場（海島島）：駕車從深圳灣出發進入廣深沿江高速，朝虎門大橋/中山/珠海/湛江方向進入莞佛高速公路，隨後朝黃埔/韶關/G4W/S2方向進入廣州繞城高速公路，在市橋/亞運大道/亞運城/蓮花山出口離開，行駛約1.1公里後朝亞運大道（東）/亞運城/蓮花山/廣珠北段管理中心方向依次駛入亞運大道、蓮花大道、海島公路即可到達。
- 茂德公草堂：駕車從深圳灣出發進入廣深沿江高速，朝虎門大橋/中山/珠海/湛江方向進入莞佛高速公路，隨後朝黃埔/韶關/G4W/S2方向進入廣州繞城高速公路，在新化快速/廣州大學城出口離開駛入金山大道東即可到達。
- 長鹿農莊：駕車從深圳灣出發進入廣深沿江高速，朝虎門大橋/中山/珠海/湛江方向進入莞佛高速公路，隨後朝黃埔/韶關/G4W/S2方向進入廣州繞城高速公路，在鍾村/廣州南站（北行）/S39方向進入東新高速公路，在沙灣/大良/寶墨園/S362出口離開駛入建設南路，隨後到達建設東路即可到達。

廣州餃樂坊贈小菜

香港文匯報 WEN WEI PO

被譽為「史上最美的餃子館」餃樂坊正式登陸廣州！在餃樂坊，全部原料當天採購、當天製作，不添加味精，搭配時令蔬菜做出各式新鮮美味餃子，可謂「皮薄餡靚味道鮮」。讀者現憑以下印花到店消費，即可免費獲得可口小菜一份，歡迎蒞臨品嚐。

地址：廣州大道中187號之一餃樂坊（廣州地鐵五羊新城地鐵A出口東側）

微信號：jiaolefang2015



印花