



8月13日,阜康市“瑶池之约”文化旅游美食节“瑶池盛宴”美食品鉴大赛在阜康市特纳格尔街举行。阜康市树军餐饮旗舰店带来了一大盘重约200公斤的特色黄面,供游客免费品尝。



## 蒸煮煎炒炸烤,特纳格尔街升腾浓浓烟火气 阜康市举办文化旅游美食节

**本报讯** 记者许乐报道:色泽鲜亮的大盘黄面、软糯美味的大锅抓饭、香气扑鼻的大锅椒蒿炖鱼……8月13日,阜康市“瑶池之约”文化旅游美食节“瑶池盛宴”美食品鉴大赛在阜康市特纳格尔街举办。

当日上午,大盘鸡、烤全羊、激情椒麻鱼、黄面、抓饭等特色美食在特纳格尔街两旁一字摆开,供游客免费品尝。游客穿梭其间,在一众美食面前或嘴里含着一块、或手里端着一碗,或站着吃、或边走边吃,享受着舌尖上的美味。远远望去,蒸的、煮的、煎的、炒的、炸的、烤的,整条街冒着腾腾热气,人群熙熙攘攘,一幅“人间烟火气”画卷徐徐展开。

阜康市民祖拉·赛力江一家四口坐在摆满了美食的桌前,对美食节赞不绝口,“这次活动太棒了,能免费品尝美食,价格也非常优惠,我们4个人都能找到各自喜欢的食物,希望这样的活动多办几次。”

据了解,本届美食节由中共阜康市委员会、阜康市人民政府主办,阜康市商务和工业信息化局承办。美食节共设置了77个摊位,包括老字号展示区、名店展示区、名菜品鉴区,以及具有当地特色的干果系列、冷粮系列、美酒系列等企业展位。主办方还为“瑶池盛宴”美食品鉴大赛评选出的有影响力、有代表性、群众认可的5家老字号餐饮店、10家名店、10道名菜小炒、10位名厨颁发了荣誉证书。

“名厨”荣誉称号获得者、阜康市王厨子土帮菜餐厅负责人王宗远专门为美食节准备了满满一大锅椒蒿炖鱼。诱人的香气引得数十位食客在摊位前排队等候。阜康市民马文芳品尝后评价说:“汤汁鲜香浓郁,鱼肉入口即化,让人回味无穷。”

王宗远说:“这道菜我们采用野生椒蒿、淡水鱼五道黑等食材,炖了5个小时才出锅。美食节的举办为各参与商家提供了交流学习的机会,有助于我们提升菜品质量。”

阜康市商务和工业信息化局副局长李强介绍说:“‘瑶池之约’文化旅游美食节的举办,将进一步宣传天池旅游、西王母民俗文化和阜康特色美食,提升阜康的知名度和美誉度。在丰富群众精神文化生活的同时,推动本地文化事业和旅游产业深度融合。欢迎各地游客来阜康欣赏美景、品鉴美食,共同感受‘有一种境界叫天池,有一种生活叫阜康’。”



◀8月13日,阜康市“瑶池之约”文化旅游美食节吸引了众多游客前来打卡游玩。

▶众多游客前往阜康市特纳格尔街游玩品美食。



▶阜康市王厨子土帮菜餐厅总经理王宗远精心制作了一大锅本店招牌菜——椒蒿炖鱼,诱人的菜香味令人垂涎欲滴。



图片摄影 本报记者 许乐



## 新疆户外运动专家 教你如何安心玩

新疆,是户外爱好者心中的理想目的地。

户外徒步穿越是新疆探险旅游中的一大热门项目。目前,新疆每周参与徒步穿越活动的有两三万人。徒步热的同时,也引起大家对安全问题的关注。

户外线路千万条,安全是第一条。

记者邀请中国登山协会户外运动事故新疆信息员王宝珍(网名:脚脚我我)和新疆山友救援队队长王建疆(网名:獬豸),从户外角度来谈谈,在新疆户外怎样更安全地玩儿?

**安全注意事项一:**

**徒步涉水需格外谨慎**

新疆干旱少雨,但是面对水时不能掉以轻心。

王建疆说:“新疆山区的河流水流急、水温低,许多河流水浅乱石多,落水后容易碰撞昏迷,加上失温,失去自救机会。”

王宝珍说:“一天之间,因为冰川融化汇流、降水等因素影响,水流流量和流速就可能产生较大的差异变化,致使线路难度级别也随之有所增加。”

他们建议,在新疆户外徒步尽量别下水,如果确需涉水过河,要注意选好下水位置,要结伴做好保护,注意下水时间尽量在中午前过河,遇到下雨等天气,看着河水颜色发浑时尽量不要过河。

**安全注意事项二:**

**尽量不要单人出行**

“一定不能带侥幸心理去冒险,户外出行不管去山区还是沙漠,哪怕仅是沙漠边缘,都最好不要单人出行。”王宝珍说。

她建议,户外运动时不要单人出行,要跟有资质的专业团队。同时,准备好相应的装备和补给,提前了解报警求助的方式,比如没有信号区域可以携带卫星电话或北斗盒子,提前给家人或紧急联系人留好自己前往的线路计划时间。

**安全注意事项三:**

**在景区内不要擅自进入未开发区**

游客在景区内不要偏离景区正常游览线路,进入未开发山区去寻找更“原生态”的风景。往往在不知不觉中越走越深,在山区或峡谷里手机可能没信号,遇上天气变化更容易慌张做出错误判断。

和户外爱好者相比,可能普通游客的体力、对外形、天气等判断能力都会弱一点。王建疆建议在成熟景区游览也不要掉以轻心,不要贸然去未开发区域探险,要遵守景区规定,安全游览。

**安全注意事项四:**

**不能擅自改路线**

在山区徒步或游览时,有时户外领队或队员在线路设计上不够完善,或者因为天气变化、被景色吸引等原因,临时更改路线,想当然地以为某条路应该可以到哪里,可以节省多少时间,缩短多少距离。

**安全注意事项五:**

**小心失温**

“虽然现在白天炎热,但夜间山区温度低,特别是遇到天气变化时,失温依然是户外要注意的问题。”王建疆说。

什么情况会失温?王宝珍说:“下雨身上淋湿没有及时处理湿透的衣服,没有及时补充热量容易引起失温;新疆河水温度偏低,过河时,水流会把身上的热量快速带走,也容易失温;山地昼夜温差大,进山不带防风保暖衣物过夜也有可能失温。”

石榴云/新疆日报记者 张小宓