

沿新高铁来场深度游



冬日泰山

近日，日兰高铁日照至曲阜段、汉十高铁、郑阜高铁、郑渝高铁郑襄段等多条高铁相继开通运营。游客不妨通过这些高铁对沿线众多景点名胜来一场说走就走的深度游。

推荐一

环游齐鲁享多重优惠

山东高铁环形线路途经济南、泰安、曲阜、临沂、日照、青岛、潍坊、淄博八个地市，每天开行8趟高铁环形列车。旅客也将能享受“高铁+景区”门票优惠，目前已有曲阜三孔、尼山圣境、日照万平口和日照海洋公园等40余家星级景区分别给予乘坐“高铁环游齐鲁”列车的旅客从门票打折到免费游玩等不同优惠。

沿线城市推荐：泰安，著名景点有泰山、泰山岱庙、徂徕山、东平湖（梁山泊）等。青岛，著名滨海度假旅游城市，著名景点有崂山、五四广场、八大关、栈桥、青岛奥帆中心、金沙湾、大珠山等。

推荐二

沿湖北最美高铁品味历史

湖北汉(武汉)十(十堰)高铁是湖北一条“黄金旅游线”。汉十高铁线路途经孝感、随州、襄阳、十堰4个地市，沿线有武当山、古隆中、炎帝

神农故里、黄鹤楼等风景名胜，还有安陆府河国家湿地公园、襄阳汉江国家湿地公园、岷山国家森林公园、丹江口水库水源保护区、武当山国家级风景名胜等景区，也因此被称为“湖北最美高铁”。

沿线城市推荐：襄阳，是国家历史文化名城，是楚文化、汉文化、三国文化的主要发源地之一，著名景点有古隆中、襄阳城、岷山、鹿门寺、水镜庄、春秋寨等。十堰，是鄂西生态文化旅游圈的核心城市，著名景点有武当山、丹江口水库、太极湖、野人谷、九龙潭、上津古城、楚长城。



黄鹤楼

推荐三

乘郑阜高铁赏剪纸、彩陶

郑阜高铁途经河南郑州、开封、许昌、周口及安徽阜阳、亳州，接入商合杭铁路。

亳州和阜阳历史悠久，旅游资源丰富。亳州是曹操故里、华佗故乡，境内有花戏楼、尉迟寺遗址等。阜阳则有阜阳剪纸、界首彩陶等9项国家级非物质文化遗产，当地民宿也别具一格。

沿线城市推荐：河南许昌历史悠久，是华夏文化的重要发祥地。著名景点有曹丞相府、春秋楼、灈陵桥、花都温泉度假区、神垕古镇等。阜阳，位于安徽西北部。阜阳剪纸、颍上花鼓灯、界首彩陶等列入国家非物质文化遗产名录。著名景点有管仲老街、八里河、颍州西湖、阜阳生态园、迪沟生态旅游风景区等。

推荐四

成贵高铁沿线景点多

成贵高铁近日开通，四川峨眉山、乐山和贵州的织金洞、百里杜鹃等数十个著名旅游景区景点被串联在一起。

沿线城市推荐：贵州毕节有国家5A级景区百里杜鹃、世界地质公园织金洞、国家自然保护区草海等景点。四川宜宾拥有蜀南竹海、夕佳山古民居、老君山等多处景点。

据《快乐老人报》



峨眉山

旅游需知

旅行时需知道的各国奇葩禁忌

每个国家可能都有自己的禁忌，到别的国家旅游遵守当地的规则，就可以轻松避免一些麻烦。世界何其大，奇葩到处有，下面一起来看看各国的禁忌。

埃及：忌食物加盐。虽然埃及人非常好客，但是他们的烹饪却有些自我。在埃及旅行时不要在碗里加盐，因为这被看作是对厨师的侮辱。幸运的是，由于埃及人烹饪时经常使用大蒜、洋葱和其它芳香剂，食物还是很可口的。

加拿大：不允许全用硬币结账。加拿大1985年的货币法案制定了有关硬币的使用规定，其中也包括了什么样的范围内用多少硬币付款才不违法。例如，价值10美元的商品是不允许全用硬币购买的。20美元以上的物品，也不允许全用1元的硬币。

法国和英格兰：禁止人们在火车站接吻。从1910年4月5日起，法国人失去了在火车站卿卿我我的机会。英国维京火车公司也在英格兰西北部的沃灵顿河岸码头火车站贴出了“禁止接吻”的告示。

格林纳达：不允许穿泳衣在街上逛。游轮上某些游客的做法常常引起格林纳达警方的不快，不少游客会把泳衣从海滩一直穿到街头，这样的做法让警察们大伤脑筋。警方希望通过罚款来制止此类现象。

澳大利亚：周日下午穿穿粉色热裤。在澳大利亚的维多利亚州，法律规定女性在周日下午是不可以穿粉色短裤的。所以，如果你恰好在周日下午来到墨尔本，那么不管你多么钟爱粉色热裤，还是暂时把它放一边吧。

新加坡：禁止吃口香糖。

在新加坡，嚼口香糖、在广场上喂鸟、随地吐痰、不冲厕所都会让你受到处罚。上述法规源于政府维护国家清洁的考虑。2004年以来，吃口香糖的规定已经有所松动，但是目前放开口香糖的销售和消费还是不现实的。

西班牙：女人上街必须戴耳环。一个女人上街若是不带耳环，对西班牙人来讲简直像是正常人没穿衣服一样，要被人笑话，这对于没打耳洞的女性来说应该是很难接受的。

乌克兰：忌送偶数花。在乌克兰，如果你打算送花，一定要确保花束是奇数，因为偶数的花束是送在葬礼上的。如果你要给女主人送花，或为庆祝生日或其它特殊节日，不要送黄花或复活节百合，因为这些花也只为葬礼准备。

据《银川晚报》

图片新闻



1月5日，为迎接新年的到来，漯河市赖氏实木家具旗舰店在四楼展厅举办了名家书画展暨迎春笔会。图为活动现场。

本报记者 吴艳敏 摄

润肺止咳棒棒糖

□文/图 本报记者 姚晓晓

家住泰山路吴女士制作的润肺止咳棒棒糖不仅受孩子的喜欢，还受到家长的一致好评。1月5日下午，记者采访了吴女士，看她如何制作这款润肺止咳棒棒糖。

“很多人都反应棒棒糖不好做，要么粘牙，要么就是糖熬糊了，都是因为各种材料没有按照比例配放。”吴女士边说边将准备好的雪梨切块，鲜柠檬切片后去籽备用。

吴女士将雪梨和切好的柠檬分别放在原汁机里榨汁，没有原汁机也可以用其他榨汁机，但要过滤渣子。将榨好的梨汁和柠檬汁倒入奶锅中（此时不要加水），又放入陈皮、枇杷叶、罗汉果、川贝粉、金桔对半切开也放入锅中，小火炖煮10分钟，感觉屋内开始飘散柠檬的香味时就可以。

然后将煮好的汁水倒入网筛过滤，将过滤好的梨汁倒回锅内，加入黄冰糖喝麦芽糖。“这个锅要用深一点的，否则糖浆煮开后会长很高的泡，很容易扑锅。”吴女士说。

开小火煮糖浆，期间吴女士用勺子不停搅拌，以防糊锅。如果温度达不到，制作出的棒棒糖会粘牙，所以可以准

备一个厨房温度计，待熬到138度左右时才可以关火。这个熬糖浆的过程大约需要一个小时，所以一定要耐住性子，温度达到后立即关火，否则会造成糖粘牙或者把糖熬糊。

关火后立刻将锅坐到一块湿布上，这样是为了让糖浆能尽快消泡，然后用勺子不停的搅拌，直到只剩下绵密的小泡。然后将糖浆灌入模具，静置20分钟就可以脱模了。“自己制作的棒棒糖没有任何添加剂，所以最大只能保存60天。”吴女士提醒。



我家私房菜

侃出你的菜: 15139550001

健康美食

秋冬养肺吃“冬梨膏”



冬梨膏也叫雪梨膏，是一道传统的汉族药膳，相传始于唐朝，曾是宫廷专用药品。冬梨膏有止咳润肺的功效。

原料：鸭梨6个、干红枣

80克、冰糖150克、老姜20克、蜂蜜80毫升。

步骤：1.将干红枣洗净后对切去核，生姜去皮后切成细丝，梨削去外皮，擦成梨蓉和梨汁。2.将去核后的红枣和姜丝、冰糖放入锅内和梨蓉梨汁一起。3.盖上锅盖，用小火煮约30分钟，然后捞起梨蓉。4.将红枣和姜丝捞起，锅内只留梨汁，继续用最小火熬煮至梨浆浓稠后熄火放凉。5.在放凉的梨浆里调入蜂蜜拌匀，放入密封罐保存即可。

晚综