

ISSUE 03 / DEC'18 - JAN'19

江苏旅游报

03 EDITOR'S NOTE
编者的话

04 ABOUT JIANGSU
关于江苏
江苏知多少——苏中

06 ENCHANTING JIANGSU
美摄江苏
中国铁路进化论

08 JIANGSU CALENDAR
江苏月历

10 JIANGSU NEWS
旅游情报

14 FOCUS
江苏焦点
冬游江苏 欢乐过年
春节亮点活动大盘点



20 HOTEL
一期一住
艺术与行旅共融
苏州最新轻奢酒店木莲庄酒店

22 SU CUISINE
一期一食
江苏冬令菜 · 食疗进补在冬季

24 CULTURE
文化江苏
永丰诗舍 · 南京中山陵诗意地标



南京无想山观音寺

SNOWY JIANGNAN PROMISES A FRUITFUL YEAR AHEAD 雪妆江南 齐贺丰年

写这篇编者的话时，新加坡正在下着大雨，而江苏却已迎来冬雪了。除了银白雪妆的冬景之美，伴随入冬的还有灯会、温泉、滑雪、养生食疗等。赏完冬景，去泡泡温泉，享受各种滋补的冬天美食，冬游江苏特别迷人！

再过两个月就是农历新年，江苏的过年气氛特别浓：南京牛首山的新年祈福法会、镇江茅山及金华山等庙会、常州天宁禅寺撞钟等，形形色色的活动加上特色过年小吃，想要感受传统的中国春节气氛，一定要来江苏过一个欢乐新年！

今年我们江苏旅游（新加坡）推广中心马不停蹄地在新马两地推广江苏的文化和旅游资源，认识了很多对江苏有兴趣和关心江苏旅游发展的好朋友，大家都给予我们很多支持和宝贵意见。马上就要到圣诞及新年，在此我谨代表江苏文化及旅游厅以及我们江苏旅游（新加坡）推广中心同仁，祝大家圣诞快乐！新年进步！

秦永忠

江苏旅游（新加坡）推广中心
info@travellution.com.sg

ABOUT CENTRAL JIANGSU

江苏知多少——苏中

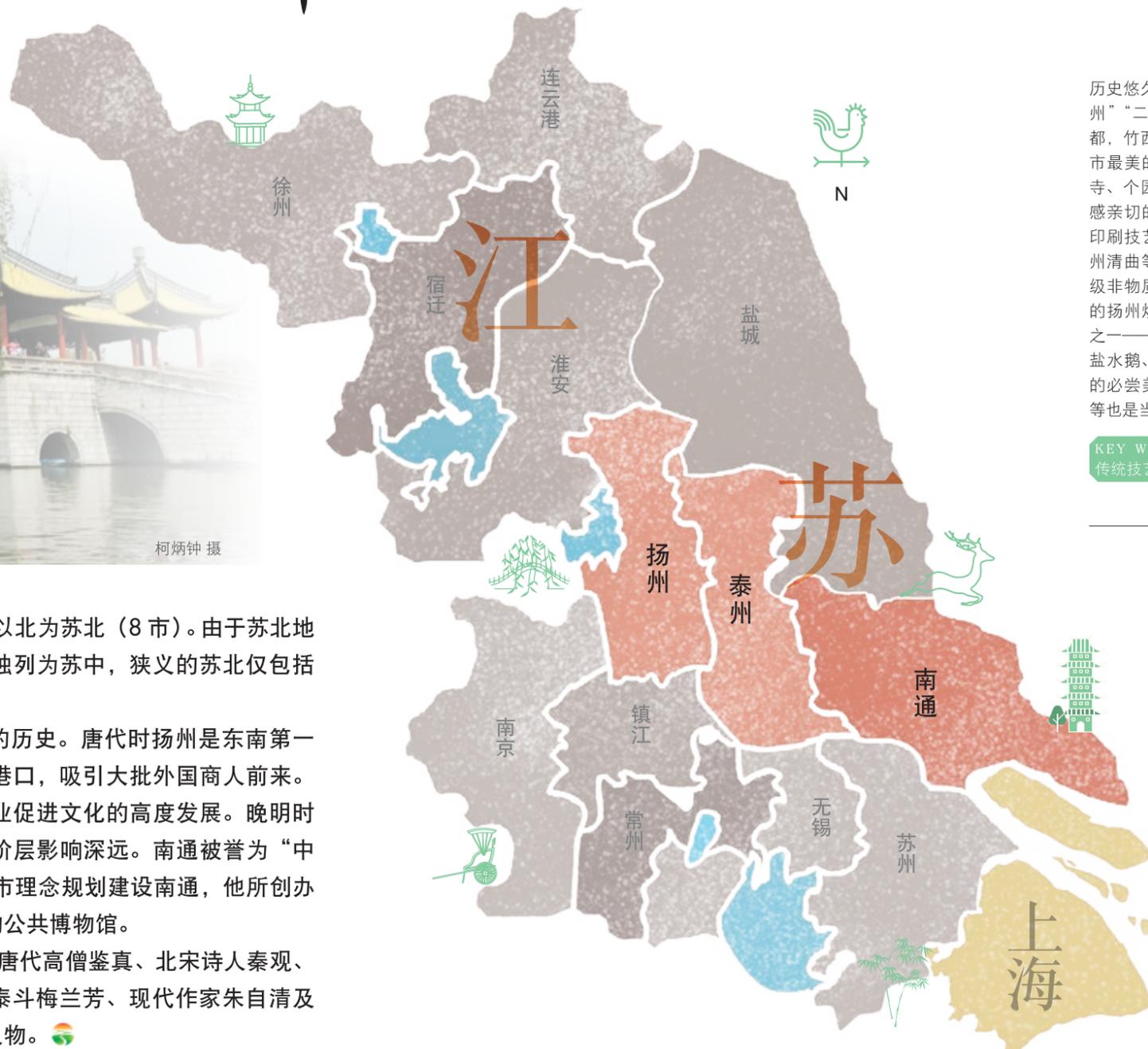


柯炳钟 摄

江苏共有 13 个市，长江以南为苏南（5 市），以北为苏北（8 市）。由于苏北地域辽阔，所以有时又将扬州、泰州及南通 3 市单独列为苏中，狭义的苏北仅包括徐州、连云港、盐城、宿迁及淮安 5 市。

苏中 3 市位于长江下游北岸，都曾有过辉煌的历史。唐代时扬州是东南第一大都会，商业和手工业发达，亦是主要对外贸易港口，吸引大批外国商人前来。明清时扬州是中国最大的官盐集散地，繁荣的商业促进文化的高度发展。晚明时期的泰州学派发扬王阳明的心学思想，对社会各阶层影响深远。南通被誉为“中国近代第一城”，当地实业家张謇率先按照现代城市理念规划建设南通，他所创办的南通博物苑也是中国第一座由中国人独立创办的公共博物馆。

苏中深厚的文化底蕴培育出无数的优秀人才。唐代高僧鉴真、北宋诗人秦观、《水浒传》作者施耐庵、知名画家郑板桥、京剧泰斗梅兰芳、现代作家朱自清及前中国国家领导人江泽民等皆是苏中地区的代表人物。



扬州

YANGZHOU



马志信 摄

历史悠久的文化名城，“烟花三月下扬州”“二十四桥明月夜”及“淮左名都，竹西佳处”等唐诗宋词是这座城市最美的注脚。扬州的瘦西湖、大明寺、个园及东关街等都是中外旅客倍感亲切的名胜古迹，扬派盆景、雕版印刷技艺、扬州玉雕、扬州剪纸及扬州清曲等当地技艺均被列为中国国家级非物质文化遗产。除了享誉海内外的扬州炒饭，扬州也是中国四大菜系之一——淮扬菜的故乡。清炖狮子头、盐水鹅、大煮干丝、文思豆腐是扬州的必尝美食，而翡翠烧卖及三丁包子等也是当地的传统名点。

KEY WORDS: 历史文化名城、顶尖传统技艺、扬州美食

泰州

TAIZHOU



于志新 摄

一座水的城市，东市河与西市河环拥城市，中市河与玉带河“十”字相交，同时内环的凤城河与外环的南凤城河相通，构成中国鲜有的“城在水中，水在城中”的复式城河格局。吃早茶是泰州人对慢生活的独有诠释，每天早晨，人们在茶楼里围坐一桌，一边吃着“早茶三宝”——烫干丝、鱼汤面及蟹黄包，一边看书表演，享受生活。舒适悠闲的泰州，也拥有发达的大健康产业。中国医药城是中国首个国家级医药高新区，泰和堂国医馆及泰州华侨城等提供中医药保健养生体验，是康养旅游的好去处。

KEY WORDS: 独特的复式城河、早茶三宝、中国式康养旅游

南通

NANTONG



朱建辉 摄

中国首批对外开放的沿海港口城市之一，与上海分别位于长江两岸。15 公里长的千年濠河环绕老城区，是中国现存的 4 条古护城河之一，沿河两岸有众多名胜古迹和名人故居，乘船夜游，听随船工作人员讲解人文历史，是很独特的体验。南通在中国近代文化科教史上开风气之先，这里所创办的师范学校、民间博物苑、纺织学校、刺绣学校、戏剧学校、中国人办的盲哑学校和气象站等都是中国最早的。此外，南通还是有名的博物馆之城，建有城市、纺织、风筝、蓝印花布、珠算等多个主题博物馆。

KEY WORDS: 千年古护城河、中国现代化先声、博物馆之城



麦翔云 摄

WINTER DISHES OF JIANGSU 江苏冬令菜 食疗进补在冬季

新马两地位处热带，没有冬天进补的概念。如果我们年末去中国旅游，除了可以感受冰凉气温，还能体验当地人说的“不时不食，及时进补”是怎么回事。

中国人擅长根据四时变化调节饮食，多在冬季吃温热性食物以御寒及提高免疫力，民间有“今年冬令补，明年壮如虎”之说。

在江苏，人们有冬天吃饺子的习惯。一般会在夏天时将倭瓜储存在小屋里或窗台上，经长时间糖化后做成饺子馅，在立冬时食用。俗话说“萝卜赛人参”，当地人也爱在冬天时喝上一碗醇厚香浓的萝卜老鸭汤暖身。冬季时，江苏各地的糖炒栗子店总是大排长龙。富含膳食纤维的栗子，不仅绵软香甜，还是补气佳品。此外，江苏人喜欢冬天吃鸡、鸭及鱼肉，温热性的羊肉亦是冬令进补的首选食材。



柯炳钟 摄

MUST-TRY

以下介绍几道江苏冬令菜，展现江苏既丰富，又“很补”的冬令饮食文化：



1. 淮安煨脐门与软兜长鱼

淮安地区擅长制作长鱼（黄鳝），和长鱼有关的菜肴多达上百种。煨脐门是冬令名菜，做法是将长鱼的腹脐门肉切段，加鸡清汤后以旺火烧沸再转小火煨，接着用湿淀粉勾芡，撒胡椒粉而成；软兜长鱼被评为“江苏十大经典名菜”，以长鱼脊背肉制作，软嫩清鲜，蒜香浓郁，且能滋补肝肾，亦是冬令佳肴。

裕丰园

📍 淮安市健康东路中鑫上城 182 室 AL201（永辉超市东侧 100 米）
☎ +86 517 8908 1177
🕒 9:30am-9:30pm
💰 68RMB/13.60SGD



2. 南通海门提汤羊肉

南通海门提汤羊肉一般在冬天制作，当地山羊肉不仅肥嫩鲜美，且有暖中补虚的功能。提汤羊肉有三种吃法：将冷冻后的羊肉切片并拌上甜面酱、蘸上胡椒粉再配上香菜，是为冷吃；以加工的羊肉搭配粉丝或青菜心用原汤烧煮，则是白烧；用酱油、冰糖和少量羊油烧煮，称为红焖。

东方雁大饭店

📍 南通市海门市解放东路 588 号（珠江路口）
☎ +86 513 8222 7888
🕒 9:00am-1:30pm; 4:00-8:30pm
💰 113RMB/22.60SGD



3. 苏南咸肉菜饭

立冬后天气寒冷，最易伤害肾的阳气。咸味食物入肾，具有补肾的功效，咸肉菜饭因而受到苏南人的青睐。这道菜是当地家常菜，首先以小火煸炒肥瘦兼有的咸肉丁，然后加入切段的矮脚青，将米放入锅中搅拌均匀，接着倒入几勺骨头汤，再放进砂锅里焖 10 分钟，一道香味四溢的咸肉菜饭就完成啦！

小园楼（莫邪路店）

📍 苏州市莫邪路 445 号（葑门横街菜场斜对面）
☎ +86 512 6721 6766
🕒 10:30am-2:00pm; 4:30-9:00pm
💰 67RMB/13.40SGD

YONGFENG POETRY HOMES

永丰诗舍

南京中山陵诗意地标

先锋书店永丰诗舍成立于2014年9月11日，

是南京先锋书店与中山陵携手打造的一家以诗歌为主题的书店。

除了售卖书籍，永丰诗舍也和不少电视台、新媒体携手策划各类文化活动；

北岛、洛夫等重量级诗人的到访，更是大大丰富了中山陵景区的文化氛围，

使之成为访古、寻新两相宜的诗意地标。



永丰诗舍不仅内涵丰富，“颜值”也很高，曾于2016年获选为江苏省第三届最美书店。经过中山陵上的法国梧桐，走进门上写着“人，诗意地栖居”的庭院，一个露天的书籍陈列钢架映入眼帘。钢架呈现出一个“中”字，寓意“中山陵”，也可以理解为“中国”。书架内陈列了古今中外的文史书籍，被誉为浓缩的“世界文化之窗”。

书店外有许多露天桌椅让游客歇脚，经过“中”字钢架，就是永丰诗舍古色古香的主体建筑——永丰社。永丰社得名于孙中山先生曾搭乘的永丰舰，由中央陆军军官学校于上世纪30年代捐建，抗战时期被毁，1993年在原址重建，如今成为永丰诗舍店址。

店内的书柜、展示平台及收银台以原生环保木料打造，陈列现代诗约1,000册，同时有逾1,200种人文类与南京文化等方面的书籍供爱书人挑选。永丰还经营约600种先锋书店自主开发的文创产品，包括明信片、书签、笔记本、牛皮制品、笔类、香水、线香及木质摆件等，同时免费提供明信片邮寄服务。此外，店内也售卖咖啡、茶类饮品及蛋糕曲奇等茶点，让爱书人尽情享受惬意的阅读时光。

主题空间展现诗人风采

永丰诗舍的一大特色是开辟了以聂鲁达、博尔赫斯、兹维塔耶娃及普希金4位诗人为主题的空间。店长张金京介绍：“我们设立这4处私密空间，是为了方便读者在此闲聊、交流或举办活动。主题空间根据诗人传记所描述的书房陈设进行设计，尽可能还原诗人的风采。”诗舍在主题空间举办过诸如诗歌节、红酒会、音乐会、朗诵会及读书会等大大小小的活动，是文艺青年与深度游客的朝圣之地。

4年来，永丰诗舍接待过北岛、郑愁予、洛夫、余秀华及阿多尼斯等著名诗人，孟非、鲁豫也在此录制《鲁豫有约——大咖一日行》访谈节目，足见永丰诗舍的影响力。此外，新加坡一些中学的学生团也曾特地造访永丰诗社，令张先生留下深刻印象。这一隐藏在中山陵的美丽书店，正以其独有的魅力，崛起成为古都南京的文化旅游新目的地。



YONGFENG POETRY HOMES



永丰诗舍

- 📍 南京市中山陵3号
(中山陵墓西、行健亭南面)
- 🚌 从地铁二号线“苜蓿园站”下车，到地面上乘坐中山陵内部“旅游专线”公交车，约5分钟抵达“中山陵西站”，下车即到永丰诗舍。
- ☎ +86 25 8331 0280
- 🕒 (5-10月) 9:00am-9:00pm
(11月-次年4月) 9:00am-6:00pm

