

舌尖上的沥江果园 品味纯正农家菜



央视播出的纪录片《舌尖上的中国》，让人们不断感受到中国美食文化的博大精深，体验到舌尖上美丽纯正的食品。在上海郊区众多的农家乐，每逢节假日，都成为城乡游客体验舌尖上的农家菜的美味聚焦点。那么，到底什么是真正的农家乐呢？嘉定区娄塘镇沥江果园（前朱桥镇沥江村），是上海游客一致公认的纯正农家乐。

文/图 丁翔

到了很大改善，土质松软，肥沃润土，果实长势一直很好。品质一流的沥江果实，名不虚传，游客最爱品尝。

沥江农家菜 食料自家产

经过改建而成的沥江果园农家乐饭店，保持了原有的农家风味。古色古香的农家菜，是沥江果园的一张“王牌”。它更体现在所有食料都产自沥江果园的“本土基地”上。沥江果园总经理韩吉涛说，沥江果园的所有菜品食材，不但产自自家田园，而且乡村记忆的情调极浓，也很有时尚创意。那盘冒着小气孔的鸡鸭血块汤，都是沥江饲养的鸡鸭，在当天屠宰后，特制加工留存的。新鲜又可口，在中心城区是难觅踪影的。

最令人信服的是，在沥江游玩品尝纯正的农家菜，食材百分之百由自家的食物供应链提供，而新鲜可口的农家菜肴，却是有一位由沥江老板在浙江宁波慈溪请来的农家大嫂烧的。这位手艺高超的“女厨师”，没有进行过专门的厨艺培训，却烧得一手好菜，让众多游客百吃不厌。这位叫张琴的“农家大嫂”有四十来岁，她坦言“烧农家菜，其实没有什么诀窍。主要是食材要货真价实，来自自家。还有就靠一颗纯正的农家心，用过去妈妈烧家常菜的手法，烧出地道的农家菜来。有好手艺，没有好食材，也烧不出好菜品”。有位在吃过了沥江白斩鸡后的女游客无不感慨地说：在沥江又吃到了过去妈妈手中的农家菜，真正有品质，有格调，难得可贵。而那位吃了沥江自制的酸奶后，意犹未尽的中学生说得更真切，这种酸奶，比起那些大品牌，更有奶味。

沥江果园，上海市郊纯正农家菜的发源地，现在正成为市民追寻的胜地。正如旅游专家张建华教授说的那样，沥江果园从种植到养殖，又到制作烹饪，甚至到酿造，追求的都是纯正农家模样。什么叫农家乐农家菜，我认为这才是农家乐的本意和本质。因为，百分之百的自产食料，城里游客才感受到纯正的农家乐趣。否则，从外面采购食料，农家乐肯定会变味的。

因为，在沥江果园烹饪的农家菜，食料百分之百都是自己的农田、土坡、河塘、棚舍、草地上所养殖和种植的鸡、鸭、鹅、牛、猪、羊以及各类蔬菜、水果、牛奶、豆浆等提取的，这在一般的农家乐内很难做到。舌尖上的沥江果园，让游客真正体验到野趣和风味的乐趣。

田野边的玻璃休闲屋

在秧苗青青的田野边，沥江果园有几幢建在田岸上的休闲玻璃屋。这些用钢化玻璃作围墙的休闲屋，除了有空调、风扇调节室内空气外，最令人叫绝的是，这些玻璃屋的顶部隔热层功能十分显著。特别在夏季，隔热池中种上了秧苗，还放养了小金鱼，这鱼、水和秧苗共同遮阳，使得玻璃房内更加阴凉

凉爽。而在春、秋、冬季，清除了顶部的植物，真正成了玻璃阳光房。

坐在玻璃屋里，喝着地道的沥江果茶，欣赏着眼前的田野风光，这度假休闲的心情真的很舒坦。因为，“农耕文化”在这里体现得淋漓尽致。

品尝由农家肥长出的果实

如今，又到了吃桃子、梨子的季节了，沥江的水果都是在露天里生长的。这里又是沙碱土质，种植水果很适宜。再加上沥江果园给各种水果树施的都是由鸡、鸭、猪粪搅拌而成的，肥效很浓，又纯正，结合雨露滋润的缘故。因此，沥江果园的各种水果，水质充沛，个头丰满，甜味纯，皮薄肉脆，一口咬下去，味道就是不一样。

在沥江果园进行采摘游，走在路边，随手采一只在路边树上的梨子品尝，口味清香，水渍浓口，有人说：这几年很少吃到如此纯正的梨子了。

走着走着，就闻到一阵阵浓浓的桃香，原来已经到了桃林了。桃园里一大片一大片的桃树上挂满已经成熟的蟠桃。它们有的青里透黄，有的黄里透红，就像孙悟空在天上当齐天大圣时看守的蟠桃园里的桃子，看上去吃了之后也会长生不老。摘下一个成熟的蟠桃，咬上一口，桃汁都溢出了嘴了，好甜。

据沥江果园开发商，董事长沈维高介绍，沥江果园有300多亩各类果林，因为大多采用了原始的种植方法，特别是几年来坚持施用农家肥培土，使得沥江果园的土质得



浦东农家菜特色展区 国家 AAA 级旅游景区

东方美园 乡情驿站

景区观光旅游
特色农家餐饮
传统民居住宿



地址：浦东新区书院镇东大公路 4677 号 电话：68190777(餐饮部) 58190088(客房部)

仙居杨梅 申仙“贡品”

上海申仙贸易有限公司向沪郊居民直销仙居“杨百利”杨梅系列饮品



- 仙人居住的地方
- 健康养生一流
- 出产的杨梅及杨梅制品具有别样的品质和“仙气”

没有之一 中国最好的杨梅 仙居杨梅是



联系电话：杨先生 13816999573
郭先生 18221581114