5月，去田间地头吃鲜芦笋啦

为丰富山东美食休闲季活动，创新餐饮特色，引领餐饮风尚，不断培育大众健康养生饮食理念，扩大餐饮消费，山东省旅游协会、省旅游饭店协会、省烹饪协会计划于5月1日至31日组织举办以“大众养生、绿色食疗”为主题的“鲜食芦笋月”活动。

5月是品尝新鲜芦笋的最佳时节，现代营养学分析，芦笋含有人体所必需的各种氨基酸、维生素和矿物质，含量比例恰当，热量低，有治疗痛风、预防心脑疾病、防癌抗癌、提高免疫力和抗衰老的特性。

菏泽市盛产优质芦笋，全国1/6的芦笋来自菏泽曹县。为此，菏泽市将策划推出“鲜食芦笋月”系列活动。作为鲜食芦笋主阵地，曹县将重点保障供应商提供芦笋冷链配送业务，确保食材新鲜、质量过关，方便饭店企业采购。5月1日，曹县磐石宾馆、澳洲大酒店、曹县米家十大碗酒店和青堌集镇张三楼村华东绿芦笋种植园、朱老家村白芦笋种植园、华东芦笋茶厂、盛庆芦笋加工厂等将同步启动“芦笋美食节”活动，邀请游客参与鲜芦笋采摘、参观芦笋罐头加工生产、品尝鲜食芦笋及芦笋宴等活动。青岛市将举办“品白葡萄酒尝鲜芦笋”活动，借鉴德国举办芦笋节的经验，突出品尝白葡萄酒、佐食鲜芦笋的绿色食尚特色，研发推出鲜食芦笋各色菜品，供游客现场品尝。

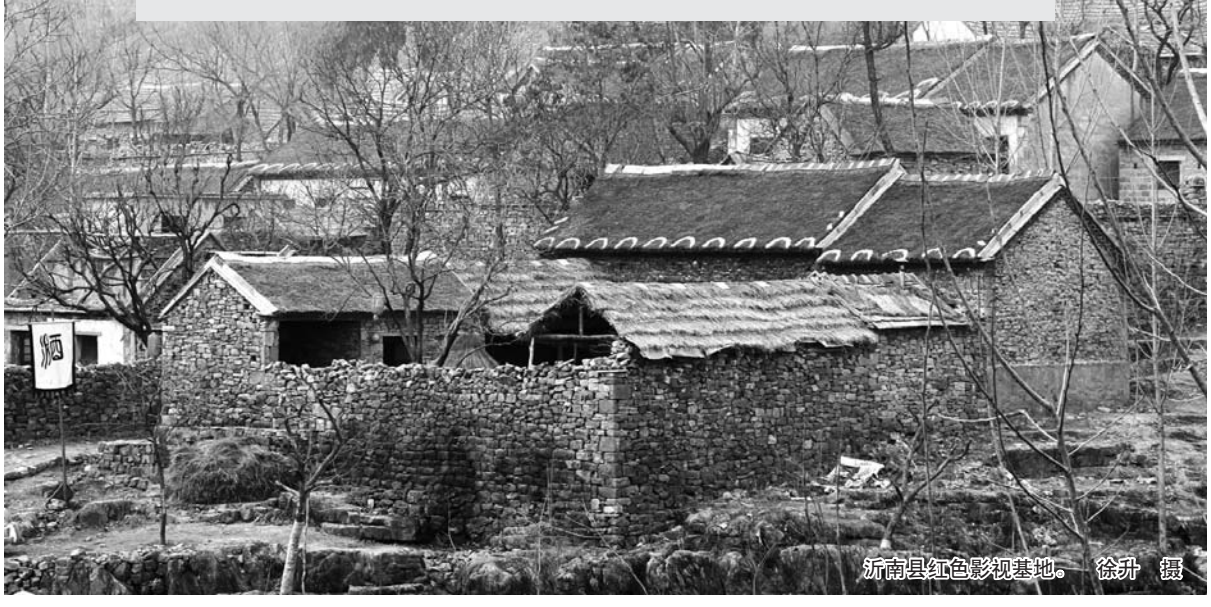
活动期间，济南、青岛、烟台、威海、菏泽等城市各推选5家饭店，其它城市各选1-2家饭店作为定点举办企业策划推出“鲜食芦笋月”活动，同时欢迎饭店餐饮企业踊跃参与，主办方将为饭店企业搭建宣传平台、信息平台、品牌营销平台，带动全省饭店企业拓宽经营思路，转变经营方式，持续繁荣发展。

⊙“山东美食休闲季”之临沂篇

奔沂蒙山区吃野味

临沂市“美食休闲季”一日游、二日游活动路线

一首“沂蒙山小调”响遍了华夏大地，唱出了沂蒙山的秀丽风光，也唱出了沂蒙山人艰苦创业的精神。秀美山水、淳朴民风、粗茶淡饭、忆苦思甜……这些临沂山区里特有的旅游资源正是久居都市的人们所需求的。走吧，呼吸着森林中新鲜的空气，在“红色根据地”循着野味自由游走，体验真正的原生态。



沂南县红色影视基地。 徐升 摄

一日游▷▷

◎拜诸葛 品三国一日游

早赴国家AAA级景区——诸葛亮文化旅游区(游览时间约2小时)，然后赴玉树祥石生态园(游览时间约1小时)，参观形态完整、长达52米的世界最长的硅化木和各种宝玉石，购买喜爱的纪念品。午餐设在东方大酒店，品尝三国宴。午餐后游览智圣汤泉旅游度假村，体验温泉。游览结束后返回临沂，结束愉快行程。

推荐菜品：

青梅煮酒、干笋炖老鹅、苦肉计、天下归尽、孔明腊肉、鞭打督邮、香艺表演、桃园三结义

◎登山赏花品健康一日游

早游览蒙山龟蒙(沂蒙山主峰)景区(4月26日至5月5日隆重举行拜寿大典)，中午在沂蒙人家用午餐。下午乘车赴百花峪休闲度假区赏桃花、梨花。晚餐在养心园酒店用餐，餐后返程。

推荐菜品：

沂蒙人家：寿比南山、五谷丰登、蒙山小调、福如东海、年年有余、四季平安、心态平衡、吉祥如意、青春永驻、团团圆圆、延年益寿等

养心园大酒店：蒙山红烧兔子头、蒙山黑山羊、蒙山柴火草鸡

◎泡温泉 吃土菜 享亲情
——智圣汤泉、沂蒙影视基地一日游

早接团赴国家级4A级度假区——【智圣汤泉旅游度假村】(游览时间约2—4小时)准备享用智圣温泉浴，午餐在智圣温泉品尝当地土菜。下午，赴国家3A级旅游区——红嫂家乡旅游区暨沂蒙红色影视基地(游览时间约2小时)，参观沂蒙红嫂明德英的老家所在地，被誉为中国“山村好莱坞”、“中华红色堡垒第一村”的英雄常山庄(沂蒙影视基地景区所在地)，每位游客身心感受到一次浓烈的红色精神的洗礼。

推荐菜品：

智圣烧鸡、智圣熏蹄、冰镇马踏湖藕、早春荠菜丸子、鸿运当头、沂蒙风光、沂蒙小抓鸡

◎游红嫂故里 品诸葛家宴
——沂蒙影视基地、诸葛亮文化旅游区

早接团后赴国家级3A级风景区——孔明文化旅游区(游览时间约1小时)，午餐，在新星商务酒店，中餐后赴国家3A级旅游区——红嫂家乡旅游区暨沂蒙红色影视基地(游览时间约2小时)，轻松结束一天的休闲行程，送团。

推荐菜品：

红嫂家宴、孔明养生宴、家常鲤鱼、红酒雪梨、养生贡鹅、农家四宝、沂蒙山菇鸡、黄豆焖蹄筋、香炸三宝、小豆沫

◎竹泉养生健康休闲游

行程安排：早餐后乘车赴竹泉村旅游度假区(车程约20分钟，游览约3小时)，在竹泉村午餐体验乡村美食。午餐后游览智圣汤泉旅游度假村，度假村按照国家AAAA级旅游景区标准精心打造，集温泉沐浴、休闲养生、生态旅游于一体的，国内一流温泉旅游度假景区。晚餐品尝汤泉土菜，送团。

推荐菜品

竹泉村：沂蒙全羊汤、农家院的正宗柴火鸡、庄户鲤鱼、沂蒙山小豆沫、正宗山鸡蛋、煎饼卷大葱

智圣汤泉：智圣烧鸡、智圣熏蹄、冰镇马踏湖藕、早春荠菜丸子、鸿运当头、沂蒙风光、沂蒙小抓鸡

二日游▷▷

◎登山赏花品生态 红色沂蒙忆苦餐

第一天：上午游览蒙山龟蒙(沂蒙山主峰)景区(4月26日至5月5日隆重举行拜寿大典)，中午在沂蒙人家用午餐，下午乘车赴百花峪休闲度假区赏桃花、梨花等。晚餐在养心园酒店，并入住养心园大酒店。

第二天：上午游览蒙山钻石矿景区，畅游世界上最大的钻石主题博物馆。下午游览九间棚景区，感受艰苦创业、自力更生的红色沂蒙精神。欣赏万亩梨花，竞相争艳，体验“忽如一夜春风来，千树万树梨花开”的诗意美景。中午在九间棚景区凤凰苑接待中心用餐，品尝当地特色小吃和山野菜。下午乘车返程，结束愉快行程。

推荐菜品：

平邑九间棚景区凤凰苑接待中心：八发饼、春正好、大团圆、六六顺、松火鸡、银窝窝

休闲快讯

金象山乐园：山谷中的迪士尼

春风花草香，烟柳满全城。在这个浪漫的季节，金象山乐园六大主题园区疯狂来袭，赶快行动起来吧，与亲朋好友一起共享快乐时光！

金象山乐园作为省城唯一一家建在幽谷中的大型综合型游乐场，引进了省内独有的大型电动项目，徜徉山水之间，尽情体验“迪士尼”风情带来的激情和快乐。您可以去水上乐园的碰碰船中肆意碰撞，感受湖水的灵动与激情；去雨林谷中邂逅彩虹，许愿在心池；去逍遥谷中品一口茗茶，赏一曲古筝，听一阵叮咚，清爽惬意！

欢乐剧场绝对是孩子们的天堂，孩子们仿佛置身魔幻城堡中，不仅有趣的、好玩的穿越童话剧轮番上演，更可以参与剧中和剧中人物一起冒险，一起畅游奇幻的童话世界。加菲猫、喜洋洋、海绵宝宝、维尼熊……经典的迪士尼风情展演带你来到美丽的卡通王国。

最热闹、最疯狂的莫过于欢乐谷了。这里时尚、神秘、欢乐、动感，充满速度与活力，时刻冲击你的全身感官。神州冲浪、双人飞椅、疯狂骑士……尽情体验速度带来的疯狂与激情吧！星际巴士左摇右摆，带你体验别样“巴士风情”。海盗船不停晃动，俯冲而下的紧张与刺激让你不禁紧闭双眼，大声尖叫。更有鲨鱼岛的动物们等你挑战，千万不要被他们可爱的外表所迷惑，握好手中水枪，加入到这场人鱼大战中吧！最受欢迎的当属迪斯科大转盘了，在转盘上站也不是，坐也不是，大家被颠簸得横七竖八，最后你只能“听天由命”，任由转盘“翻来覆去”。

园内有风味小吃城和风味餐厅，时令新鲜的野菜、农家饲养的土家鸡，还有山泉水酿制的土豆腐，无污染、无农药，绿色健康，给人一种宁静的扑面而来的乡土气息，让您尽情享受美餐的愉悦。

金象山景区内拥有两座三星标准商务会所，装修典雅、舒适，电话、有线电视、热水等设施配备齐全，套房、标准间、三人间、多人间等充分满足游客的不同需要。住宿环境幽雅，温馨静谧，让您宾至如家。乐园内各商品店东西应有尽有，包括服饰、饼干、饮料、背包、各式礼帽、小象纪念品等等。小象纪念品是金象山独卖，喜欢收藏的粉丝们一定不能错过。