



黔江，北纬30度重庆市东南部、武陵山腹地，这里环境优美、民风古朴，民族特色浓郁，旅游资源丰富，是天赐的武陵胜景。

在黔江，可以领略峡谷的恢弘气势，感悟怀江的蜿蜒柔美；可以漫步古镇回溯千年时光，穿行暗河探寻地心秘密；可以登高山大盖享夏日清凉，伴田园阡陌鸟语花香……这里有山有水，更有情怀和温度。泡一杯“鱼籽兰”，品一餐黔江鸡杂，酌一口“泉孔酒”，听一段后河古戏，跳一曲土家摆手舞，跳一蹿南溪号子。

近年来，黔江按照“一城主导、一江拉动、一点引爆、全域发展”思路，将全区2402平方公里作为一个开放式的大景区来规划打造，以旅游景区方阵构筑全域旅游四梁八柱。全区建成国家4A级景区8个，正在创建濯水景区、芭拉胡景区等国家5A级景区，2017年-2019年连续3年接待游客人数和旅游综合收入实现40%以上增长，书写了“行千里·致广大”的黔江篇章。



小南海



摆手舞

生态原乡 清新黔江

风光映色成



物不再深藏。

云上三塘 清新清凉

黔江三塘盖，人称“盖上天塘、云上夏都”，其日出、云海、雪景，堪称三绝。徒步4小时登盖顶，可观日出，看云海聚散。住农家乐，吃农家菜，清晨可揽胜，还可去“九曲回肠一线天”兰河谷观奇峰妙景……

如今，三塘盖国际旅游康养度假区呼之欲出，正在构建以“山地生态观光环、盖上天河休闲廊、白云之麓康养核、坝上人间度假核、运动乐活区、云海休闲区、文化体验区、山旅野奢区”等为主体的休闲康养地。

海泊明珠 深山放歌

黔江小南海是1856年因地震山崩堵塞溪流而形成的堰塞湖，面积约30平方公里，是目前国内保存最完好的古地震遗址，也是纯天然生态湖泊。她恰似深山明珠，湖面静溢，碧绿如镜，群山环绕、山水相映，在了解地质科普知识之余，拿起手机、相机随手一拍，每框每帧，都会定格成湖光精品。

沿环湖公路进山约10公里，便到了自然与人文交融的“土家十三寨”。这里由十三个土家族原住民寨子组成，是中国最大、最美的土家原生态聚居带。“土家山寨寨门”开，恭迎贵客进寨来；喝下三碗拦门酒，不喝你就莫想走……“走进”寨门，你得先喝一碗“拦门酒”，然后到何家寨对山歌，到“摆手堂”跳摆手舞，抑或参演土家人的民俗节目，都能体验土家山寨的“原乡”魅力。

岁月淘宝成



民俗依然清醇

黔江是多民族聚居地，土家族、苗族等少数民族人口占总人口的74.6%。各民族风俗相染、语言相习，产生了独特的地域文化。走进土家山寨，身着西兰卡普的主人会迎你进屋，端上油茶，烧旺火塘，现煮鼎罐饭，再炒上一份香辣酸爽的鸡杂，在推杯换盏间与你结为知己，这份热情好客的秉性，在岁月的淘洗中历久弥新。

廊桥风景独好

廊桥，是黔江地域文明中最浪漫的符号。濯水风雨廊桥、白石风雨廊桥、小南海风雨廊桥、桥梁村风雨廊桥、武陵水岸风雨廊桥……廊桥为人们遮风避雨，也为人们提供休憩、谈天、歌舞方便。特别是濯水风雨廊桥，桥梁全木卯榫，飞檐翘角，横跨阿蓬江，再跨蒲花河，全长658米，有濯河怀远、金钟飞韵、长虹卧波、蒲花龙吟四铁，亭阁衔接其间，楹联辉映其里，号称“世界第一风雨廊桥”“中国楹联文化名桥”。

演艺承续传统

歌舞，是黔江人与生俱来的爱好。土家摆手舞、土家山歌、铜铃舞与苗族民歌、芦笙、木鼓舞等驰名遐迩。“赶年”“摸秋”“三月三”“四月八”“六月六”等节庆仍承古风。国家级非物质文化遗产《南溪号子》以其粗犷嘹亮的腔调，喊出了土家人的勤劳和坚韧；婉约动人的《濯水谣》演绎了土家人的情爱……迄今，黔江有33项市级非物质文化遗产，这里正在演绎《么妹住十三寨》《向往黔江》等“网红”传说。

非遗渐成产业

“毕兹卡”的森林沉淀了悠久的历史，更多非遗成就了土家人的事业。西兰卡普的美丽图案织进围巾、手帕、鞋垫，让更多人爱之钟情；手工土陶技艺越发精湛，系列制品走进千家万户；栽染养蚕、抽丝剥茧，入企成品、进市成链，精制的蚕丝系列产品远销四方；土家传统技艺制作的美食风味独特，受人追捧。

爱莉丝庄园

濯水古镇

蒲花暗河

水市水车坪

山韵煮雨成



生态成就物华

与山共语，与水为邻；山水相依，有情有味。黔江气候温和宜人，四季分明。全区森林覆盖率68%，空气质量优良天数348天，PM₁₀浓度为38μg/m³。极佳的生态环境滋养了无数的优质特产，高差明显的地形造就了多样的物产品类。猕猴桃、脆红李、羊肚菌、鱼籽兰、马嘯贡米、茭豆、地牯牛、绿壳蛋……原生态、无污染，营养丰富、口感上乘，每一种都是大自然的珍品馈赠。

美食成为名片

“品尽武陵物华，味在黔江鸡杂”。黔江鸡杂是黔江最具影响的美食产品，以速食、袋装、现煮、连锁等多种形式流行于市场。黔江人善于抓住食材的不同特点烹制美食，青菜牛肉、羊肚菌炖鸡、干豇豆地腊肉、锅巴洋芋饭、土家鼎罐饭、蜂蜜芥菜、油炸南瓜、油渣合渣饭、凉拌神豆腐、绿豆粉、马打滚、米豆腐……每一种美食的背后，都昭示着这方水土的和谐与食缘。黔江美食寻常可见，大块朵颐，令人心身愉悦、酣畅淋漓。

土货走出深山

土家山货令人向往。2017年12月，黔江发布“山韵黔江”区域山货品牌，“山韵黔江”旗下的每一份产品，都是黔江人的倾心之作。它们早已走出深山，以山货为主的电商风生水起，土家幺妹、土家小哥的直播营销天天上演，真是“藏不住的土家山货，卖不完的武陵珍品。”

来黔江旅游，一定要惦记着品尝美食哟。

黔江鸡杂：传统土家方式烹制，以鸡心、鸡胗、鸡肠、鸡肝等为主原料，辅以尖头泡椒、泡萝卜丝、土豆、葱姜蒜，色鲜味美、酸爽香辣。



牛肉脯：优质黄牛为材，经科学配方精制而成，呈透明薄片，玫瑰色泽，酥软香脆，回味无穷。



绿豆粉：由黄豆、绿豆、大米按比例混合成浆，大锅高温烙熟而成，口感绵软溜滑，老少皆宜。



神豆腐：是一种名为臭叶黄荆的植物叶汁碱制而成，色绿、爽滑、脆嫩、清香盈口，滋味上佳。

