

三峡七百里,唯言巫峡长。巫山,三峡库区腹心所在。巫峡,长江三峡醉美之地。

因江而美的巫山,拥有“一江碧水、两岸青山、三峡红叶、四季云雨”颜值,千年古镇气质。

因江而兴的巫山,荣登“中国旅游胜地四十佳”“首批国家全域旅游示范区”“全国最佳深呼吸小城”“中国天然氧吧”等榜单。

因江而盛的巫山,正加快建设国际知名现代化旅游城市,书写着“江山红叶醉,巫山云而飞”的时代新篇。

汉代庖厨俑 一条香飘千年的“巫山烤鱼”

人未到,已闻烤鱼香。烤鱼,已成为巫山地标性美食。

巫山烤鱼,由来久远。

20年前,文物专家在巫山麦沱古墓群发掘出一具双手握鱼伏案操作的陶俑,随后又相继发掘出人鱼纹条形砖、铜鱼钩、陶网坠和大量鱼骨雕、鱼形骨制品等文物。据此证明,早在东汉时期,巫山人便掌握了“巫山烤鱼”的烹饪制作技术,由此揭开了巫山最古老鱼文化的神秘面纱。

东汉庖厨俑,已成为巫山博物馆的“镇馆之宝”。

巫山烤鱼有考究,更有讲究。地道的巫山烤鱼不仅选材讲究,每一条鱼都要经过精挑细选,保证口感鲜美;还注重配料,采取“先腌后烤”独特做法,融合腌、烤两种烹饪工艺,研发出泡椒、麻辣、庙堂烤鱼等十余种口味,让人回味无穷。



庖厨俑(东汉)

江山红叶 一张美丽中国的靓丽名片

“巫山十二峰,神女下降。”从宋玉到元稹,从陆游到舒婷……浪漫神话,历久弥新。这座多情的高峰,衍生出多个版本的传说,寄托着人们对爱情和美好的所有想象。

满山红叶似彩霞,彩霞年年映三峡。峡江两岸绵延不断的红叶,是神女秋季最华贵的盛装。

神女非凡。闻一多先生认为,巫山神女是造福农耕文明的精灵,是兼管男女婚恋的爱神,是峡江人民的守护神。

红叶不俗。上世纪八十年代的经典电影《等到满山红叶时》,说的就是巫山红叶。红叶捧红了电影,电影叫响了红叶。

非凡的神女遇上不俗的红叶,注定是一场美妙无比的邂逅。

“十二巫山见九峰,船头彩翠满秋空。”每到秋冬时节,红叶漫山遍野,名气与日俱增。“北有香山红叶、南有巫山红叶”渐成定势。

有红叶烘托,神女更精神,旅游更来到。

巫山依托红叶这一“生态宝

小三峡猕猴 一群自然回归的“生态宝贝”

在首批国家5A级景区的巫山小三峡,有一群吃“皇粮”的猕猴。它们在悬崖峭壁攀爬,在河边饮水,在枝头嬉戏,其乐融融。

这些猕猴,曾经出走,几近消失。以前,小三峡属于穷乡僻壤,当地村民没有资金买煤炭,只能进峡砍伐柴禾,年长日久,峡谷植被遭到破坏,无处栖身的猕猴消失得无影无踪。

上世纪八十年代初,小三峡被开发为旅游景区,当地政府开始实施植树造林,聘请护林员对植被进行管护。并给当地村民发放煤炭补贴,不再上山砍柴。

小三峡猕猴,已成为山清水秀美丽巫山良好生态的最好见证。

环境的持续改善,经过多年的繁衍和保护,越来越多的猕猴回归山林,目前已达4000多只,成群结队的猕猴成为峡谷里一道独特的风景。

为避免猕猴与村民“争粮”,巫山把居住在山上的村民搬迁到山下。还聘请了专职“猴保姆”,在小三峡沿岸设置10多个猴粮投放点,让猕猴定时“就餐”,风雨无阻。

“两岸猿声啼不住,轻舟已过万重山。”如今,“衣食无忧”的猕猴,活跃在小三峡岸边,任由游人拍照、呼叫,一点也不怯场。

小三峡猕猴,已成为山清水秀美丽巫山良好生态的最好见证。

巫山脆李 一颗脱贫致富的“中华名果”

巫山是“中国脆李之乡”,已有上千年种植历史。

进入夏季,水果应市。漫步巫山街头,脆李随处可见。其果形端庄、质地脆嫩、酸甜适中,富含多种氨基酸和维生素,有养颜美容、润滑肌肤等功效,被誉为“可吃的化妆品”。

巫山脆李口感出众,与其所处的神奇的纬度、充沛雨量、独特的地理、适宜的土壤有关。

巫山脆李,“李”行天下。为延长产业链,解决脆李鲜果保存难题,巫山还推出了脆李酒、脆李酥、脆李月饼等,通过团队研发、政府推进、企业运营,巫山脆李组合产品愈发丰富。

作为全国名特优新产品、国家区域优势公用品牌、“中国气候好产品”,2020年巫山脆李区域公用品牌价值超过19亿元,蝉联全国李类品牌第一。被授予“中华名果”称号。

现在,巫山脆李搭上精准扶贫的快车,发展迅速,全县种植面积已达28万亩,被授予“2020果业扶贫优秀品牌”。

“山上层层桃李花,云间烟火是人家。”在巫山脆李原产地曲尺乡柑园村,一年四季都是景。每到早春时节,万亩李花竞相开放,秋冬季节,万亩恋橙香浓浓郁,成为休闲、采摘、观光的打卡地,今年还上榜“中国美丽休闲乡村”。

云端康养 一座情系三峡的“神女恋城”

“汉水波浪远,巫山云雨飞。”巫山之云,飘逸如仙;巫山之雨,滴翠如玉。云雨之间,孕育了巫山得天独厚的生态环境。

“行到巫山必有诗。”神奇的北纬30°、适宜的气候条件,成就了巫山的四季,难怪历代文人墨客们留下6000余首脍炙人口的华彩篇章。

位于三峡云端的摩天岭,山下有脆李恋橙,山上有茂林修竹,是天生康养福地。

这里,群山环抱,景色清幽,春赏百花秋望月,夏观云海冬听雪,真是一幅美不胜收的画轴。

这里,群山环抱,景色清幽,春赏百花秋望月,夏观云海冬听雪,真是一幅美不胜收的画轴。

这里,交通便利,离巫山机场仅8公里,离即将建成的巫山高铁站25公里。

这里,平均海拔1400米,森林覆盖率90%以上,夏天平均气温23℃,年空气质量优良天数350天,负氧离子含量最高可达每立方厘米4万余个,是“全国森林康养基地试点建设单位”“中国(重庆)气候旅游目的地”,是康养度假的“世外桃源”。

在三峡云端生态康养度假区置房产度假的北京人、上海人越来越多……

爱上一座城,就恋神女恋城;恋上度假地,就恋云端康养。理由很简单也很充分——巫山很美。生态好,颜值佳,在“一带一路”国际旅游新商机论坛上,被评为“海外游客最想去旅游目的地”。

巫山很近。水陆空铁综合交通“呼之欲出”,乘飞机、坐高铁、搞自驾、坐游轮,畅通新巫山,立体游三峡。行到巫山,风景正好!



旅游精品线路

峡谷风光游

线路:小三峡·小小三峡—大昌古镇—岳阳大峡谷。

恋城浪漫游

线路1:神女景区南环线:三峡院子—神女天路—黄岩索道—神女天梯—九龙索道—神女溪景区—长江三峡(巫峡)。

线路2:神女景区北环线:文峰景区—神女峰景区。

乡村体验游

线路1:县城—曲尺柑园中国美丽休闲乡村—摩天岭三峡云端生态康养度假区。

线路2:县城—骡坪茶园乡村旅游景点—大堰云中花谷—梨子坪森林公园。

人文历史游

线路:巫山博物馆—滨江美型一条街—神女原艺术馆—下庄精神陈列室。



本版文图由巫山县委宣传部、巫山县文化旅游委、巫山县融媒体中心提供

巫山好礼



红叶叶雕
通过选叶、清洗、描画、雕刻等工序,将一片片巫山红叶,雕刻成农耕文化、三峡风光、动植物小品、十二生肖等系列产品,极具巫山地方特色。



清百寿屏风
上面刻有百个“寿”字,字体各异,错落有致,“龙文”“凤书”表达了中国传统文化中百寿安康、丰衣足食的美好愿望。目前已开发出百寿牌拓拓、百寿屏风等产品,极具收藏价值。



宁河刺绣
发源于宁河流域大昌古镇的一种民间刺绣工艺,有细腻逼真、正反如一、美观耐用等特点,现已成为非遗扶贫产品,深受游客喜爱。



巫山脆李
种植始于唐宋年间,其果形端庄、质地脆嫩、汁多味香,富含多种氨基酸和维生素,有养颜美容、润滑肌肤等功效,被誉为“可以吃的化妆品”。已开发出脆李酒、脆李酥、脆李月饼等系列产品。



巫山恋橙
生长在三峡库区长江沿岸,有庄、质地脆嫩、汁多味香,富含多种氨基酸和维生素,有养颜美容、润滑肌肤等功效,被誉为“可以吃的化妆品”。已开发出脆李酒、脆李酥、脆李月饼等系列产品。



巫山庙党
生长于巫山县庙宇镇海拔1500米的深山中,其味甘性平,具有健脾益肺、补气生津、果色橙红、果肉光滑、肉质细嫩而脆、多汁汁浓,是国家地理标志注册商标保护产品。



巫山烤鱼
是巫山地标性美食,具有2000多年的历史,有泡椒、麻辣、庙党等口味,干香醇厚、外酥内嫩,深得食客追捧。列入市级非物质文化遗产名录,被评为“中华名小吃”。已开发出翡翠面条、象泡茶、面膜等系列产品。



巫山翡翠凉粉
由高山植物“豆腐柴”(又名臭黄荆)叶子制作而成,因颜色碧绿如翡翠,口感细腻爽滑而得名。列入市非物质文化遗产名录,被评为“中华名小吃”。已开发出翡翠面条、象泡茶、面膜等系列产品。



巫山梨膏
制作历史悠久,在传统工艺基础上,加入中医配方,挑选上好梨梨精心制作而成,有止咳、润喉、清肺等食疗效果。列入市级非物质文化遗产名录。