



	郑州	开封	洛阳	焦作
2月18日 星期三	阴 3℃~1℃ 微风	阴 3℃~1℃ 微风	阴 4℃~1℃ 微风	阴 5℃~1℃ 微风
2月19日 星期四	小雨 8℃~1℃ 微风	小雨 8℃~1℃ 微风	小雨 7℃~2℃ 微风	雨夹雪 9℃~2℃ 微风
2月20日 星期五	晴 8℃~1℃ 微风	晴 7℃~1℃ 微风	多云 9℃~2℃ 微风	晴 11℃~-1℃ 微风
2月21日 星期六	晴 11℃~0℃ 微风	晴 10℃~-1℃ 微风	多云 13℃~2℃ 微风	多云 13℃~2℃ 微风
2月22日 星期日	晴 13℃~0℃ 微风	晴 12℃~0℃ 微风	晴 16℃~3℃ 微风	晴 13℃~0℃ 微风
小贴士	缺少阳光的陪伴,较冷天气给出行带来不便,注意增加衣物。	阴天,但降水概率很低,您在出门旅游的时候要注意天气变化。	天气凉,室外旅游活动可能会受些苦,最好选择温暖的室内。	阴天,但仍较适宜旅游,只要稍作准备就可以放心外出。



商都食闻录

中华美食,渊远流长,各式菜系皆成精品。郑州美食更是百家齐聚。“商都食闻录”栏目将带您走进郑州的大街小巷,寻找特色美食。如果您有特色美食线索,也可以推荐给我们。

热线电话:67655507,小马随时恭候您的来电。

本期美食:铜锅牛尾



牛年到,一时间大街小巷全是关于牛的话题。俗话说:黄牛一身都是宝。牛角止痢,牛肚补虚益脾,牛尾则含有丰富蛋白质、脂肪、维生素、胶质等成分,具有补气、养血、强筋骨的功效。今天记者也准备借势带大家“牛”上一把,本期推荐一款关于牛的菜——铜锅牛尾。

主料:精选黄牛尾1000克;
辅料:黄豆200克,花生米200克;
配料:盐,胡椒,陈皮,丁香,茴香,三奈,肉扣等香料;

制作方法

- 1.将黄牛尾洗净切成五厘米长段,然后将剥好的黄牛尾和花生、黄豆一起用开水焯透待用;
- 2.锅中烧油下香料炒香,加入牛尾、花生、黄豆。
- 3.将调料放入锅中,炖制两小时左右,牛尾酥烂即可。

成菜特点:味鲜汁浓,四而不腻,回味无穷。

菜品推介

郑州一景酒楼

地址:郑州市金水路37号(大石桥)



导游关怀

旅游保险早知道(一)

又逢春游时节,您和您的家人、朋友是不是准备好了要出门踏青?然而,无论是长途旅行抑或是省内小游,都还是安全第一才好。可旅游保险是怎么回事?旅游保险究竟包括哪几种?

旅游保险一般包括医疗费用、人身意外、紧急医疗运送、运送费用、个人行李、行李延误、取消旅程、旅程延误、缩短旅程、个人钱财及证件还有个人责任等诸多。

医疗费用:在旅游中因感染疾病或是遭遇意外所需支付的医疗费用。

人身意外:若受保人因严重意外导致四肢不全、一目或双目失明、甚至死亡,受保人可根据投保内的赔偿额得到赔偿。

紧急医疗运送:若受保人因意外或重病,有关方面会提供紧急医疗运送。

往返费用:倘若受保人不幸身故,保险公司会提供将尸体返回原居地。

个人行李:受保人的个人行李,若在旅途中被人盗窃、意外遗失或损毁,将受到一定数额的赔偿。

行李延误:若受保人运送行李的航机抵达目的地12小时后仍未送达,可按每12小时得到赔偿。

取消旅程:若受保人在保单生效日至起行日内,因严重疾病或意外不能成行,所有旅费订金、机票等损失由保险公司负责。

旅程延误:若乘搭之交通工具因天气恶劣、机械故障、工业行动或被劫导致延误,受保人可按时间得到赔偿。

缩短旅程:若受保人或家属因遭遇意外、重病或死亡,需要提早结束旅程时,受保人可索偿已支付或是不能享用的费用。

个人钱财及证件:范围包括金钱损失(现金、当地货币、旅行支票)及因遗失护照而造成的损失。

个人责任:若受保人因个人疏忽导致他人身体受损或财物损失而负上法律责任,保险公司可代为赔偿。

“春游”专题之一

牛年早春游

百花争艳次第开

本报记者 王婷

关键词:黄金周

随着2008年小长假替换“五一”黄金周的假日规划的实施,人们告别了长达十年之久的“五一”黄金周。然而仅仅一年,网络上对于“五一”和“十一”两个黄金周人多拥挤的谴责纷纷落幕,随之而来的是“强烈要求恢复‘五一’长假”、“100%赞成恢复‘五一’长假”的投票和评论。不少网友提出,从10多年的黄金周实践看,3天小长假只能算是双休日的“加长版”,而7天长假规模效应明显,一年中应均衡分布,“五一”长假有独特作用。一年要享受下一个7天长假,居然要等8个月,这样安排很不合理。但“五一”黄金周何去何从还将拭目以待。

关键词:台湾游

随着豫台直飞首航通行,许多游客开始关注去台湾的手续如何办理。据了解,台湾游对我省公民个人开放,最快将在3月底4月初,目前去台湾还仅限于商务和探亲。有关人士介绍说,如果夫妻一方是台湾人,而且夫妻在大陆和台湾两方面都已经办妥了结婚登记手续的话,在大陆地区配偶可以立即以“探亲”名义申请进入台湾。因公赴台则需提供国台办的正式批文,并经省国台办登记备案以后,持个人身份证和户口本到出入境管理部门办理“大陆居民往来台湾通行证”。

春天来了,郊外春草冒出了嫩芽,早春的花儿也结满了粉粉的花苞——转眼之间,春暖花开、万物复苏、鸟叫虫鸣,绝对是出门游玩的好季节。身居绿城的大家当然也要抓住这个时机去感受大自然了。你准备好去春游了吗?

3月,即将迎来牛年春节长假后的第一股出游热潮,在这个樱杏桃梨次第开的好时节里,河南旅游也如百花争艳悄然复苏,不少旅行社负责人纷纷表示:“根据节后报名的情况,2009年旅游接待人数增长速度应该有望恢复到2007年水平。”

关键词:短线游

2008年,我省旅游业经历了“两头热,中间冷,总体一般”的局面。春节期间国内游不俗的成绩使得海南、云南、广西、福建等南方城市成为中原游客的热点旅游目的地。河南中州国际旅行社计调经理王春阳认为,根据节后报名的情况,2009年国内短线游会比较热,如省内及周边山西、四川、北京、上海等,一方面是这些线路价格便宜,另一方面,仅有的四个小长假让游客没有更多时间去长线旅游。同时,也有不少省内景区负责人表示根据目前的接待量来看,2009年省内旅游将会稳定增长。

关键词:自助游

多年前,当我们看到街头那些背着硕大的旅行包的外国人时,怎

关键词:出境游

“从春节前后报名整体情况看,今年的出境游市场短线、两万元以上的受影响不大。”河南中原国际旅行社出境部总经理王文胜介绍,而平常价格在1万~1.5万多元的欧洲游,即使这次便宜到万元以下,报名仍不火热。此外,企业的奖励旅游少了,公务旅游的受限,对旅行社也是一个冲击。“下半年市场会好过上半年。”王文胜认为,在股市、油市等全球经济市场转好的大环境下,旅游业也会逐渐好转起来。



美景发现

西峡:恐龙遗迹饱眼福

春天来临,除了踏青郊游,徜徉山水之外,我们有什么别样新鲜的旅游计划吗?答案就是西峡县的恐龙遗迹园。陪远古的恐龙一起,在感受盎然春意的大开眼界,让眼睛与心灵一起收获春天的殷实与喜悦,感受春的美丽与震撼。

中国西峡恐龙遗迹园是一个大型恐龙主题公园,位于河南省西峡县丹水镇三里庙村。西峡恐龙遗迹园主

要由地质科普广场、恐龙蛋化石博物馆、恐龙蛋遗址和仿真恐龙园四部分组成。漫步恐龙遗迹园,古老原始的恐龙化石、百态各异的恐龙雕塑、动感刺激的4D影院,一草一木都那样亲切,一手一足都那样逼真,令人感叹不已。

西峡恐龙遗迹园被联合国教科文组织誉为“世界第九大奇迹”。在西峡恐龙遗迹园恐龙蛋化石博物馆内,您

可以见识到沉睡了6000多万年的恐龙蛋化石;漫步时空隧道,您可以在历史长河中了解地球生物演变过程,感受沧海桑田的变化;仿生恐龙园内,您可以看到各类栩栩如生的恐龙,引颈长鸣,俯首树丛,逼真生动;中原第一座4D影院内,您不仅可以身临其境感受下雪、闪电、喷气、喷雾、震动、扫腿等效果,惊险刺激。

王婷



旅游游记

导游初体验

18岁那年,我站在了导游的岗位上,清楚地记得,第一次和其他12名导游一起,背着简单的行李,带着1500多名游客奔赴日照,第一次觉得从事导游这个职业的自豪。

晚上7:20,火车准时启动。看着窗外茫茫的夜色,看着车厢中100多位游客,我有些紧张,但我告诉自己,我有我的优势:我年轻,我热情,我细心,我专业。

来到日照,这里一切都那么安静,也很干净。无论天,海,陆地,绿草……一切都是新的,在这里,我第一次看到彩虹,这个突然出现的景观让游客们激动了好久。对我而言,又何尝不是呢。

我负责的游客分别被安排住到四个地方,游客上到四辆大巴车上,虽说每车都有地陪,但我依然害怕照顾不周。

下午,我们游览的第一个景点是日照森林公园,没有很多树木,我

看更像一个海滨公园。游客们都到海边去了,我却静静地坐着。我从小就向往大海,想象着有一天光着脚丫,快乐地在海边奔跑着,欢笑着。终于来到海边,我却多了几分担心,虽说游客们有领队、有领导、有地陪,可我想让自己做得更圆满些。

日照的海没有我想象中的大气与辽阔,也没有书中所描写的水天相接的美感。两天的游览中,我无数次地接触大海,在离开日照前的最后一个活动——海滩拾贝中,看着满沙滩都是光着脚丫、提着水桶、弯腰捡贝壳与螃蟹的游客,突然觉得,海也有平静的时候,这种平和会让我们抛弃城市中的喧闹,找到自己的童真。

记得我和一名游客聊天的时候,他告诉我他在北京上的大学,回来后做过编辑,后来到了现在这个小小的发行站。我问他为什么,

他说和这些人在一起舒心,只是要做好自己的工作。

两天的日程安排得很紧张。为了看日出,早晨三点多就起床了,到处都是灰蒙蒙、静悄悄的。陪着游客赶往海边的路上,风吹得我浑身冰凉。想来,这正是满天繁星的时候,我就要工作,难道这就是我以后生活吗?

面向大海,我郑重地承诺:我要充实自己,做一名优秀的旅游从业人员。

早晨8:00,我们安全地回到了郑州。和游客们告别后,我感觉到了一种从未有过的疲惫,回家睡了好久,被一阵短信铃声惊醒:“首先,谢谢你在旅行中对我们的关心与照顾。旅游结束了,但我们的时刻在留恋着你,不知何时才能相逢,不要放弃这份有前途的职业,你是胜利者。”这是游客的祝福。

婷子



旅游资讯



尽管近日天气寒冷,可依然挡不住市民的出游热情。日前,郑州金鹭鸵鸟园对周边村民推出免费游园优惠活动,吸引数万村民前来游玩。据悉,今后,该景区还将不定期推出门票折扣、赠品等优惠活动。

扶秀丽 摄

巩义石窟寺 引来著名艺人参观

本报讯(通讯员 刘正杰)2月15日上午,著名喜剧演员陈佩斯等6人到巩义石窟寺参观游览。

巩义石窟寺为国家AAA级景区、国家级重点文物保护单位,具有很高的科学、历史、艺术价值,在海内外拥有很高知名度。参观游览中,陈佩斯等人向导游详细了解石窟寺的历史文化背景。据导游介绍,该寺创建于北魏孝文帝时期,是北魏皇家开凿的大型石窟之一,为北魏皇帝、皇后举办礼佛活动的重要场所。后来,唐太宗李世民及北宋皇室曾在此多次举行佛事活动。其中,帝后礼佛图堪称国宝艺术之孤品,令人叹为观止。听完导游的介绍,大家对石窟寺的石窟造像艺术赞不绝口,表现出浓厚的兴趣,他们还在石窟寺围绕中心佛像行走三圈虔诚祈福。

鸡冠洞 高山牡丹反季节开放

本报讯(通讯员 张文文)原来只在四五月份绽放的高山牡丹,近日却在鸡冠洞景区娇艳绽放,数十个品种的高山牡丹竞相开放,飘溢阵阵芬芳,让一些慕名而来的赏花者啧啧称奇。

据了解,鸡冠洞高山牡丹盛花期通常在四五月份。2007年鸡冠洞景区成立了高山牡丹培育科研小组,致力于高山牡丹反季节开放的技术攻关和品种培育。这些反季节盛开牡丹都是催化牡丹,是技术娴熟的园艺师利用温度和光线培育技术,控制花开时间,让高山牡丹在反季节绽放。在适宜的温度条件下,牡丹花期有20天左右。高山牡丹反季节开放,成为溶洞景致之外的别样景观。

花开良机难得。鸡冠洞景区有关负责人透露,景区将在2009年5月份隆重推出“名花有主”活动。届时,名花得主可以在鸡冠洞高山牡丹园内拥有一株自己命名的牡丹,并可以在任何季节预定盛开的牡丹。

全省“春满中原”庙会活动落幕 吸引游客30万人次

本报讯(记者 成燕)昨日,历时近一个月的“春满中原”全省大联动暨牛年商都民俗庙会活动正式落下帷幕。该活动共吸引游客近30万人次,仅省内外自驾游游客就占到40%左右。

据了解,此次庙会活动采取108县大联动形式,全省举办相关活动近3000场次,成千上万名游客在庙会中感受到春节旅游的独特魅力。作为主会场的郑州商都民俗庙会更是受到主流媒体的广泛关注。

省、市旅游局有关负责人分析说,“春满中原”系列文化活动暨商都民俗庙会已成为郑州乃至我省游客重要的春节旅游大餐,不断追求创新是该庙会的最大亮点。比如,今年春节庙会的打春牛、春节拜典、龙狮会、鼓舞中原、相亲会等活动突出中原民俗特色,让人印象深刻。云台山、龙门石窟、清明上河园、少林寺四大景区联动庙会推出优惠活动,也开创了春节庙会游的全新篇章。据统计,庙会举办期间,共有近10万市民来到庙会活动现场,在“中国牛”造型前合影留念,并饶有兴趣地参与到“打牛”、“摸牛”等春节民俗活动中。

峨眉山 迎来早春好时节

本报讯(通讯员 张文文)如果您不满足于省内的山水春色,那么,踏出双脚,到外地尽情享受一下无限春光吧。近日,峨眉山的平均气温都在12度以上,可让游客尽情“春”了一下。

春到峨眉,正是欣赏春色、吐故纳新的好时节。群山叠翠,谷壑幽深,清泉漱石,百花争艳,到处一派万物复苏的景象。这里是琼花瑶草的王国,全山有5000多种植物,其中,杜鹃与珙桐、兰花、报春花并称为峨眉山四大名花。除此之外,山脚的油菜花、桃花、报春花,中山的樱花,还有山顶残存的冰花,好一个“花”样的年华。花香怡人,鸟声啾啾,一定令你心旷神怡,流连忘返。另外,峨眉山的温泉欢乐谷绝对是个放松身心、享受冬装的好地方。脱下厚厚的冬装,在春水中,秀一把春光,用富含多种矿物质的氡水为肌肤制定一个春光计划。卸去疲惫,尽享休闲,一定不虚此行。