

# 碛溪村：静卧山岬藏美食

## 1972年的老车站

碛溪，又称“潘溪”“老潘溪”，村民大多姓裴。进村后，首先映入眼帘的是村口的老汽车站。据村里的人介绍，车站是1972年建的，那时村里的交通全靠这个汽车站。如今这个车站已经废弃，成了村里的一个标志性建筑。

被群山包围的村子，海拔有600多米，空气十分清新。一眼望去，村子的规模并不小，依山建房错落有序，极目可见青砖黛瓦、古木幽溪。老房子虽然破败，但一点

也不显凌乱，村子当年的规划，想必十分严谨。据说村子里有最醒目的四间木结构大房子，分别叫春房、夏房、秋房、冬房。

一直往里走，有一座红墙乌瓦的古庙，十分醒目，这就是灵威庙。灵威庙坐北朝南，为鄞州区文保点。“以前每年春节，灵威庙内都会演三天戏。”村民说，在旧时，久居深山的山民们只有到了这几天，才会聚集在一起，尽情欢乐。如今，戏台虽已10余年没有演戏，可这里依然是村民心中永远抹不去的精神遗存。

## “农家乐”味道超赞

不过，最后还是要提一下朋友推荐的那个“农家乐”，就在老汽车站旁边，名叫“老潘溪农家乐”，老板同样姓裴。老板告诉记者，他们主要就是做一些山间野味：山泉里的小鱼、竹林里抓到的野兔。另外还有散养的鸡和自己种植的蔬菜。

可能去的不太是时候，山上的野味这段时间并没有多少，店里最多的就是泥鳅、黄鳝等。记者随便点了两个菜，西红柿炒鸡蛋和红烧小鱼，只能说，味道棒极了。

记者 朱锦华 文/摄

得知碛溪村其实纯属意外，本来是听了朋友的建议，说那里有个农家乐，绝对会让我这种喜欢野味的吃货大饱口福，于是驱车前往。

经鄞江镇和龙观乡桓村之后进入盘山公路，经过外牌楼水库和章圣寺水库，再经过一个名叫“玄坛殿”的小村，不久后，在四周青山掩映中出现了又一个古村落，这里就是碛溪村。

## 交通

**自驾线：**从宁波市区出发，走雅戈尔大道—34省道（五洲星）右拐至鄞江方向，直入龙观，走日月路—新潮路—龙兴路，再走“厂跟至观顶线”即至碛溪村。

**公交线：**从宁波市区乘坐638路、637路等公交车，鄞州新城区乘坐661-1路，至乌头门站下车，换乘616-1路至碛溪村。



碛溪村一角。



记者带您乡村游



关注微信



宁波旅游

那曲产地直销 砍掉所有中间商 省去中间环节 挤干价格水分

# 国庆中秋双节狂欢

## 西藏那曲马外外冬虫夏草送上厚礼



迎风街直销店销售人员

西藏那曲冬虫夏草：历代医书记载的冬虫夏草真正的冬虫夏草均为野生，生长在海拔3500米至6000米的高山雪线附近的

草坡上。夏季，虫卵产于地面，孵化成幼虫后钻入潮湿松软的土层。土里的一种霉菌侵袭幼虫，并在幼虫体内生长。第二年春天来临时，霉菌的菌丝开始生长，到夏天时长出地面，外观像一棵小草。这样，幼虫的躯壳与霉菌菌丝就组成了一个完整的冬虫夏草。冬虫夏草被列入中药材时代较晚，始见于清代医家吴仪洛的《本草从新》（1757年）：“补肺肾，甘平保肺，益肾止血，化痰已劳嗽。”此后的几十部医书均有记载。《中药大辞典》：“百药之王，治诸虚百损。”《本草纲目拾遗》：“能治百虚百损。”

### 用虫草滋补要有效 足量、持久是法宝

中医理论认为，冬虫夏草是一种能同时平衡、调节阴阳的补品，是秋季进补的上选，名贵稀有。

不少人都忙着给亲友送一份表达深情厚意的礼物，随着现代人物质生活的提高，大家都很注重养生，健康是我们追求高品质生活的重要保证。自古以来冬虫夏草都是公认的滋补佳品。

这么好的虫草究竟怎么吃才能真正收到应有的效果？中医理论认为很简单：足量、持久。

### 西藏虫草数那曲 源头直供品质高

世界上已统计的虫草有上百种，但却不是每一种都能被称作冬虫夏草，很多普通虫草不仅没有药效，甚至服用后还可能中毒。冬虫夏草分布在海拔4500—6000米的西藏那曲、海拔3000—4000米的青海玉树以及海拔2000—3000米左右的四川甘孜阿坝一带，人们通常按产地称之为那曲虫草、玉树虫草或川草。

其中，西藏那曲美塘草原平均海拔4500米以上，土壤中矿物质金属物质含量丰富，昼夜温差大，日照充足，加上适宜的空气温度，使得那曲出产的冬虫夏草以色正、体满、营养价值高而闻名。许多至尊一级虫草，都产自那曲。

而我们活动现场销售的冬虫夏草都是正宗的西藏那曲冬虫夏草。

### 鉴别那曲优质虫草 闻闻它特有的腥香

如何识别西藏那曲虫草和青海玉树虫草？业内人士认为：

1、看颜色。那曲虫草颜色略黄于玉树虫草。那曲虫草虫体表面色泽更为黄净，玉树虫草相对呈黄褐色。那曲虫草的眼睛为棕色，玉树虫草的眼睛则为黄色。

2、看比重。相同个头大小的虫草那曲的要轻一点，因此，同一规格的虫草玉树虫草更紧实，那曲虫草虫体更肥大一些。

3、闻香味。那曲虫草虫体和尾部透亮油润，有一股浓郁的香味，而玉树虫草则是一种浓郁的如香菇味。

而在那曲产地，长期从事虫草行业的人，则会比较自豪地告诉你：只有真正产自那曲的好虫草，才能闻到特有的腥香味，而这个才是鉴别那曲虫草区别于其他虫草的诀窍！



马外外冬虫夏草，我们只卖自己的冬虫夏草，用好的品质，呼唤真诚的新老客户

为感谢新老顾客四年来的信任与支持，即日起至2018年9月，凡购买马外外冬虫夏草累计满五万元以上，免费送西藏游【布达拉宫，大昭寺，纳木措湖】马外外亲自陪同过去。气候不适客户，送其他省景点游。

预约电话 13908968577

马外外冬虫夏草直销地址：海曙区迎风街130号 公交：14、52、238、812、819、820路到迎风街站 2、3、12、14、15、19、50、52路到鼓楼站

原宁波老年大学