

冬春之交，与天台山来一场美丽邂逅

走进铁皮石斛原产地看道地药材真容

自驾从宁波出发，不到2小时的车程，便可到达位于国家5A景区内的天台温泉山庄。日前，奥迪车主周先生带家人去天台山旅游，入住的就是这家酒店，他说这样路途适宜的自驾养生游感觉非常好，更让人惊讶的是天台温泉山庄的美味菜肴竟是道地的铁皮石斛养生药膳。周先生一家在游览天台山秀美景色的同时，还有幸参观了创下吉尼斯纪录(中国之最)的天皇药业“立钻”铁皮石斛种植基地，对用铁皮石斛鲜花这一新的“营养伴侣”烹调而成的系列美味佳肴有了更深的了解。“当然天台温泉山庄附近的国清寺也是非常值得一看的。”周先生意犹未尽地说。

冬春时节，气候多变，养生健体格外重要。泡温泉，探仙草，品药膳，来一次说走就走的养生之旅，与天台山来一场美丽的邂逅，是这个季节的浪漫选择。



①



②



③



④



⑤



⑥

①-⑥铁皮石斛养生药膳。

A 铁皮石斛养生美食一饱口福

无独有偶，开英菲尼迪的虞先生一家最近也选择了去天台山、国清寺休闲养生两日游，同样下榻在天台温泉山庄，他说现在自驾出省去远方游玩不是一个明智的选择，而到宁波附近像天台这样山清水秀的地方看美景、泡温泉、品仙草佳肴、学心灵禅修，是一件十分愉悦的事情。据说开奥迪和英菲尼迪的车主大多低调内敛，他们对养生的讲究也是一致的，尤其是对铁皮石斛的了解很专业。虞先生还是泰康人寿的高端客户，对保健养生有独到的见解和方法，他说参加人寿保险的不少人也是铁皮石斛的“忠粉”。

两位车主及其家人下榻的天台温泉山庄，不仅有露天温泉和室内温泉，

而且主打特色佳肴是铁皮石斛养生药膳。仙草干贝竹荪羹、石斛焖土鸡、仙草花烤虾、西洋参石斛筒骨油泡……大家对养生佳肴赞不绝口。

铁皮石斛被道家尊为“仙草”。《本草纲目》称其“强阴益精，厚肠胃，补内绝不足轻身延年”。现代药理学研究发现其具有抗衰老、延年益寿、扩张血管等作用。所谓甘淡味清，春夏相宜，秋冬亦佳，是一种四季均可进补的药材。如今这种药材华丽转身成了“食材”。席间，服务员还为客人奉上铁皮石斛花茶，茶色清透，香味四溢。品着珍稀的铁皮石斛花茶，食客们都啧啧称赞，也不枉这温泉山庄的“仙草私房菜”了。

B 优质正宗铁皮石斛种在石头上

根据需求，天台温泉山庄可安排客人前往创下大世界吉尼斯纪录的3000多亩仿野生符合国家药材生产GAP标准的铁皮石斛栽培基地参观。

现场专家介绍：药材品质，“道地”是基本的衡量标准。无论是史料记载还是现存的野生品，都证明天台山是铁皮石斛唐宋贡品的道地产区。在自然界，野生铁皮石斛都附生在石头上。附生石头的叫石斛，附生木头的叫木斛，两者的生物属性、药用价值有

很大差别，因此有“石斛有效难寻，木斛无功易得”之说。业内专家最推崇把药材种在石头上，原因有二：

一来，种在石头上，根不入土，能让仿野生的铁皮石斛无限接近野生原生态，最大限度地保持它的药性；二来，石头栽培的药材病虫害少，几乎不需要施农药化肥，客观上规避了农药激素等有害物质。这个基地被国家列为“现代中药高技术产业化示范工程”。家喻户晓的“立钻”牌铁皮枫斗颗粒的主要原料就产自这个基地。

C 药材好，药才好，原产地道地药更好

“以前只知道市场上冠名‘铁皮石斛’的产品琳琅满目，谁知道还有这么多讲究，普通消费者怎么分得清石斛和木斛的区别啊。”专程到天台山养生休闲游的虞先生现场听了介绍后感慨，如今才晓得“立钻”牌铁皮枫斗口碑为什么这么好了。

“立钻”牌系列产品，贵在一直坚持在天台山原产地栽培铁皮石斛，从源头上保证药效，是“国药准字”号石斛产品。20多年来，“立钻”牌铁皮枫斗颗粒系列以确切效果赢得消费者极高的忠诚度与美誉度，是目前市场炙手可热的健康畅销品。

专家提醒，消费者在购买时，一定要辨明产地、种植方式以及

基地的认证情况，这样才能选购到正宗有效的好药材。有条件的消费者，也不妨到原产地去看看，旅游和养生是相辅相成的。

记者 顾嘉懿 通讯员 董栋
本版供图 肖霞



种在石头上的铁皮石斛。



天台温泉山庄。