

西山岛绝佳避暑地 “六月雪”爽口舒心果

富言道:热在三伏,冷在三九。三伏是一年内气温最高、湿度最大的季节,分为初伏、中伏和末伏,其中初伏和末伏均固定为10天,中伏有的年份10天,有的年份20天。

2018年三伏时间如下:

初伏时间:7月17日

中伏时间:7月27日

末伏时间:8月16日

时下,没点勇气还真的出不了家门,离开空调就感觉自己会化掉。但空调虽然舒服,也不能长时间吹,会导致人体的不舒适,更有甚者会患上空调病,老年人尤其要留意。

这个时候不仅热不可耐,胃口也变差了,什么也不想吃。

这时候能找个合适的避暑地,又能增加胃口的地方就好了。有呀,到西山岛去,是个不错的选择!

古樟园内纳凉赏荷

众所周知,苏州唯一的溶洞——林屋洞,就是一个难得的避暑胜地。

林屋洞的介绍想必大家都耳熟能详了,夏季是游逛林屋洞最佳时节,因为洞内温度只有二十几度!堪称最舒适的天然空调房!

正值三伏天,又是暑假,不少游客带着孩子前去游玩,避暑的同时欣赏这古洞里的奇风异景,过去也是多次介绍,这里不再赘述,大家去清凉避暑就是了。



纳凉胜地林屋洞

除了林屋洞,大家也可以到石公山、禹王庙、罗汉寺去喝茶纳凉。

今天特意给大家推荐一下古樟园景区纳凉赏荷。

古樟园位于大毛山和马山交界处的东麓,马村附近,双观音山下。园内有千年古樟树而得名。古樟园内有:荷花池、咸德庙、放生池等。

夏天,古樟园内的荷花都开了,同时也可以坐在古樟树下纳凉小憩。古樟园内的两棵古樟树不是同一年代种下的,一棵是无代的,一棵是年代的。两棵古樟树还有各自的名字,“争雄”与“逊败”。



古樟树纳凉

七月的风刚刚的,云也变热热的。踏上古樟桥,看着下盘荷花,好不惬意。池水波涌不停,光滑如镜,一片翠绿盎然,只见那小鱼在水中自在嬉戏。

然而她穿梭在荷花池里,湖水在耳边呢喃,微风拂过水面,抬头看云卷云舒,内心怀了十里春风……但终究到行的早一步,目光所及之处,总是那



累了就歇下来,拾级而上,在古樟树下休憩,放空自己。千年古樟,挺拔参天,浓阴覆地,蔚成大观。它们交错枝叶,遮天蔽地,给人以气势恢宏,丰姿不凡的观感。

古樟树苍翠繁华,绿的透彻,绿的静谧。一抬头,那绿得发亮的树叶,层层密密,随风舞动,掩映着游人的心扉凉意。

“六月雪”给你送清凉

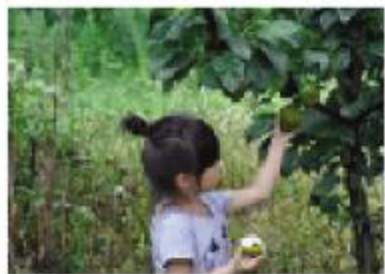


翠冠梨属沙梨系,果形近圆形,果形黄绿色,果肉白色,肉质细嫩,柔软多汁,化渣,味浓甜,果实扁圆,果面洁净,果肉呈白色,果核小,有“百果之皇”的美誉。

期如其名,“六月雪”的名号可不是白叫的,炎热的夏天吃上一口清爽甘甜的翠冠梨,真是爽到了心里。

苏州西山岛的翠冠梨,果皮细薄,肉脆汁多,味浓鲜美,汁丰味甜,色泽鲜润,香气诱人,清甜可口,口感润甜,核小无渣,最大可达一斤左右,真是堪称是“梨中极品”!

西山岛本就是一块沃土,风景秀美宜人,时令水



果也是层出不穷,令人垂涎欲滴,翠冠梨就是西山岛中苏州人的心头好之一。

目前正是西山岛上翠冠梨采摘季,不管是自家品尝还是送礼宴客,都是很有情调的!

中医认为翠冠梨味甘寒,据《本草纲目》记载有润肺安心,消痰降火,解便秘,解毒的功用,可用于感冒、支气管炎、咳嗽、咽喉失音、便秘、解酒等。

是的,翠冠梨除了好吃好看,它更有着丰富的营养价值,具有清心、润肺、降火、生津、润燥、清热、化痰等功效,含有多种营养成分,如蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素B1、B2、C等有机成分、尚含钾、钠、钙、磷、铁、锰等无机成分及膳食纤维,好处多多!采摘后可存放10-15天,冷藏可达40-60天。

翠冠梨有很好的清热化痰作用,常吃翠冠梨可以治疗风热,同时也可以润肺,翠冠梨有很好的凉心作用,也可以清痰,降火作用很显,也可以解暑。

翠冠梨可以生吃,有清大腑之热的作用,翠冠梨也可以熟食,可以很好地润五脏之阴。翠冠梨的主宰止痛作用很好,可以润燥去燥,特别是对于口干,眼干的人好生多。

翠冠梨可以化痰止咳,还可以除燥解热,可以让人们的呼吸更加畅通舒适。同时翠冠梨也可以去脂降压,可以控制血压,有很好的利尿消肿的作用。翠冠梨除了直接吃,还有其他好多吃法:脆梨沙拉、冰糖梨汁、冰糖雪梨、凉拌翠冠梨、梨酱……每一种都能深深味蕾!

翠冠梨采摘路线

街+里梨园 金庭镇离十里村(过大湖大特后古樟,沿香环公路朝西开,见到无名里路牌后朝前开200米即可到达)

绿光开心农场 金庭镇大特站8号

金湖庭农业园 金庭镇林屋村东例

消夏湾果树苗木基地 金庭镇消夏湾跑马场路自驾路线:

上海出发:沪宁高速—苏州绕城高速东往 直

方西—西山出口下东—大湖大特—西山

南京出发:沪宁高速—苏州—苏州绕城高速—西山出口下东—大湖大特—西山

杭州出发:宁嘉杭高速—苏州绕城高速—阜丰

西山出口下东—大湖大特—西山

苏州市民可通过自驾或乘坐西山岛游船,69路、83路公

交车直达西山岛。

自驾路线示意图

