

踏歌行

中国最美高铁
特别报道



南朝·谢朓《晚登三山还望京邑》
杂英满芳甸，
暄鸟覆春洲，
澄江静如练，
余霞散成绮，

去长三角后花园，从江宁开始！

——南京市委常委、江宁区委书记 周谦

T5. 南京南 10分钟 江宁

责编:王磊 美编:沈明 组版:唐龔

春夏秋冬，江宁精彩不停歇

现代快报记者 赵丹丹

宁杭高铁，从南京到杭州共11站，出了南京南站，第一站便是江宁。

江宁，因晋武帝驻驾此地，有感于战乱平息、社会平和、遂感“外江无事，宁静于此”，由此得名。来江宁寻古，南朝石刻、郑和墓、阳山碑材、蒋氏温泉别墅，悠悠历史；踏山、牛首、方山、横山、青龙山，迤迤而行；休闲，去谷里看薰衣草花海，或者到汤山泡温泉。

从南京南上车，不过五六分钟的工夫，停靠江宁站，走下车来，体验一场从古至今的穿越之旅吧。



江宁谷里薰衣草花海 资料图片



6条旅游线路任你挑

为方便游客，本月内，在高铁江宁站的出站处将设立江宁旅游咨询中心，接受旅游咨询和散客组团，先期推出6条线路。

一日游线路：

- 1、上午游汤山翠谷农业观光园，体验“汤家家”温泉浴足、品七坊农家餐，下午游阳山碑材、古猿人洞；
- 2、上午游石塘竹海、下午览中山风景；
- 3、上午游世凹桃源、品谷里鱼圆；下午游莫愁湖、逛瞻园；
- 4、欢乐水魔方动感体验一日游。

二日游线路：

- 1、游国家地质公园方山、泡汤山温泉，参观总统府、游夫子庙；
- 2、游石塘竹海、品世凹桃源美食、泡汤山温泉，游中山陵景区。

谷里：9月薰衣草将再度盛开

“去普罗旺斯太远，来江宁谷里的大塘金村吧。”江宁区旅游局相关负责人介绍，江宁打造的“美丽金花村”各具特色，谷里的大塘金村，种植了400亩梯田式的薰衣草，目前100亩四五月时已盛开过，一片紫色的花海。今年9月，薰衣草还将盛开一次，游客们可以坐高铁来感受浪漫花海。

其他“金花村”也各具特色，横溪的石塘人家，感受千年古村落；汤山七坊，探秘老手工作坊；汤山街道的汤岗村，草根温泉村；淳化街道的白马山村，因还保留着4根历史悠久的拴马桩，成为东吴文化第一村。王健不忘提醒，享受田园之旅的同时，别忘了品一品江宁本土的农家菜。

汤山：夏玩水魔方，冬天泡温泉



江宁与水相关的休闲项目不少，多集中在汤山。夏天来水魔方乐园，这里有激情冲浪区、沙滩休闲区等，还有华东首台翻江倒海的滑道，绝对过瘾。

冬天就不用说了，汤山已成为国际温泉小镇，泡入温泉中，远眺群山，慢生活是如此惬意。汤山的古迹也不少，泡完温泉，不妨去阳山碑材、古猿人洞一探究竟。

牛首山：打造世界佛教圣地

山多，是江宁的另一大特色。牛首山、方山、横山、青龙山……其中牛首山正在打造世界佛教圣地，建成后的牛首山遗址公园，全面保护弘觉寺等历史文化遗存，修复牛首山的自然生态景观，并利用矿坑建地宫，长期供奉佛顶舍利骨。“游山踏青礼佛的同时，山中古迹也不少，周围有南唐二陵、宏觉寺、郑和墓和岳飞抗金故垒等古迹，都值得一看。



扫描二维码，
观看江宁美景美食攻略



东山老鹅，不“老”的鹅



东山老鹅

说到江宁美食，很多人会脱口而出：东山老鹅。

曹雪芹《红楼梦》里，多次提到贾家吃鹅的情形。尽管叫做老鹅，可是选的都是六个月左右大的鹅，肉质最细嫩。江宁做老鹅最好吃的是新东新，为何远近闻名？原来东山老鹅选的一般都是六斤半到七斤左右的鹅，一份儿都是三斤半，是有严格标准的，熬的时候特别注意火候，过了没有嚼劲口感不好，不烂的话会塞牙吃不动。

制作过程也很讲究。剁成块状的鹅肉放进高压锅内，还要在上面满满铺上一层土豆块儿，然后浇上浓浓的秘制酱料，由于土豆是用水浸泡过的，所以很容易烂。

此外，湖熟的板鸭，汤山的板鸡也别具风味。

美食推荐

南京新东新餐饮有限公司

江宁区东山街道金箔路298号
025-52189777

陆郎茶干

025-86140242

小厨娘

东山上元大街549号
025-52289777

汤山人家饭店

汤山旅游度假区迎宾大道288号
025-84105338

特色酒店

汤山御豪温泉国际酒店

汤山街道汤泉东路288号
025-84109999

湖滨金陵饭店

江宁开发区金陵饭店路1号
025-52107666

水秀苑大酒店

江宁开发区百家湖佳湖西路11号
025-52105588

南京东山宾馆

江宁区东山街道竹山路159号
025-86833111

七坊豆腐，陆郎茶干



七坊豆腐

江宁发展乡村游，不少民间的美食也浮出了水面。汤山七坊，因豆腐坊、粉丝坊、面坊、酱坊、油坊、炒米坊、茶坊等七个特色农坊而闻名，不少南京人开车来此，就为吃一碗七坊的豆腐，喝一口豆浆，豆味很浓，回味无穷。

而陆郎的茶干主要集中在江宁街道陆郎桥西一带，一共有四家，据说各家茶干配料从不外传，吃起来特别有嚼劲。

高铁站外可免费停车

江宁站座落在江宁高新园，周围被大学城包围，往西南方向大约4公里，就是著名的方山风景区。为了通车便利，站前新修了1.9公里长的站前路。

江宁站的开通也将带动大学城的活跃，未来站点周边将成为区域级的商贸中心，配套2万平方米的商业区域，站前大平台下就有1200平方米，不论是旅客，还是市民都可以在此享受餐饮、休闲、住宿的一条龙服务。

为了吸引人气，江宁站的右侧还建3500平方米的停车场，免费提供78个车位。

金陵科技学院的老师徐伟，住在附近的陶苑小区。“过去坐趟火车还得跑到南京火车站，进趟城太不容易了，后来有了南京南站，觉得距离拉近了点，现在在江宁直接迈入高铁时代了，几乎是零距离。”他憧憬着，早上乘高铁去杭州品龙井，中午返回天目湖吃鱼头，下午回到南京。他说，除了杭州，家门口坐火车，能到达北京、上海、合肥、厦门、宁波等城市，这在过去想都不敢想。

宁杭高铁的飞驰而来，将为江宁这座内涵深厚且富青春活力的新城发展带来新机遇。

江宁正加快建设创新型国际化高科技产业新城区和幸福乐居生态品质新城区。随着高铁江宁站的如期运营，江宁将无缝对接宁杭及长三角都市圈，江宁人在享受“铁三角”畅游生活同时，区内的智能电网、生命科学等新兴产业将汇聚更多高端人才和科技成果，催生创新创业的新热潮；万达广场等商业综合体的陆续完工，为江宁人以及各方游客提供更为完备的配套服务；美丽乡村、魅力新城也将迎来四方游客和各地来宾，共享幸福乐居品质生活……

出站三条公交与地铁对接

区22路：从高铁江宁站到机场村。在城东路下车，步行150米左右可到龙眼大道地铁站。

区29路：从高铁江宁站到河定桥客运站。沿途可在竹山路、小龙湾换乘地铁。

区31路：从高铁江宁站到上坊保障房。在南京义乌小商品城站下，可步行到龙眼大道地铁站。