

# 盐城的秋天连“三折叠”都装不下了



□邱晓慧

“三折叠，怎么折，都有面”，最近这句广告词火遍了大街小巷，上口又上头，成为小伙伴们热议的焦点。今天，让我们以“三折叠”的视角，领略盐城的独特魅力。

在东方湿地之都，黄海之滨的璀璨明珠——盐城蕴藏着三样令人心动的瑰宝，丹顶鹤、麋鹿、勺嘴鹬。它们不仅是这片土地的骄傲，更是传递吉祥与美好的使者，它们被称之为“吉祥三宝”。

走进黄海湿地，你仿佛踏入了一个梦幻的世界，在这里，你可以看见鹤舞翩翩，它们身姿优雅、翩翩起舞，如同天空中的精灵；你可以听见鹿鸣声声，它们在这片土地上自由奔跑、欢歌笑语，传递着生命的喜悦；更有那勺嘴鹬埋头“干饭”，憨态可掬，让人忍俊不禁。

盐城三鲜：海鲜之灵、湖鲜之纯、河鲜之韵，每一口都是自然与味蕾的绝美邂逅。盐城以其丰富的海洋资源，吸引着无数食客的目光。

肥美的鱼类、鲜嫩的虾蟹、鲜甜的贝类，每一口都是对大海的深情告白，除了海洋的馈赠，盐城的湖泊同样孕育着无数鲜美。

清蒸大闸蟹的香醇、纵湖白螺蛳的细腻、红烧虎头鲨的醇厚、黑鱼豆腐汤的鲜美、雪菜昂刺鱼的独特风味，每一道菜肴都是对湖泊之美的完美诠释。盐城的河流纵横交错，为河鲜的生长提供了得天独厚的环境。

红烧河鳗的醇香、爆炒河虾的鲜脆、清蒸白条鱼的嫩滑、韭香河蚌的清新、白汤鳝段的滋补，这些河鲜菜肴不仅美味可口，更蕴含着丰富的营养价值。

来盐城，除了“探三宝、品三鲜”，还有美不胜收的“湿地红了”。网友调侃：“连三折叠也装不下了！”你看——

## 湿地红了

观赏地点:条子泥、黄海1号公路

天高云阔，秋色宜人，限定版湿地风光已然到来。远看如红毯接天连地，近看如红珊瑚簇拥。



国民体质监测调查结果公布

## 盐城人体质明显增强

**盐城晚报讯** 近日，盐城市体育局参照国家体育总局开展全国国民体质监测的制度和全民健身活动状况调查的制度，按照体育总局开展体质监测的抽样方法和开展调查的抽样方法进行抽样，报经盐城市统计局批准，在全市范围，对全年龄段的3200个样本量组织开展国民体质监测和全民健身活动状况调查，调查结果显示：

一、国民体质监测合格率：94.67%（其中幼儿合格率：95%、成人合格率：94.68%、老年人合格率：94.31%）。

二、经常参加体育锻炼人数比例：49.08%。

宗合

## 晚霞红了

观赏地点:大纵湖、九龙口

当夕阳缓缓沉入天际，天边渐渐弥漫开一片深邃而温柔的红。日落红了，那是大自然最温柔的告别，也是一天中最令人沉醉的时刻。

## 螃蟹红了

赏味地点:大纵湖、九龙口、马家荡

那一只只饱满肥美的螃蟹，在蒸笼的温柔拥抱下，渐渐由青转红，如同穿上了节日的盛装，鲜艳夺目。

这是成熟与丰饶的象征，是海洋对大地最慷慨的馈赠，每一道缝隙间都藏着鲜美的秘密，等待着食客们去探索、去品味。

三折叠，不仅是一种视觉艺术，更是一种生活态度。怎么折，都有面。这个秋天，一起在盐城感受这片土地的勃勃生机、绚丽多彩吧！