



“国际湿地城市”盘锦红滩绿苇，壮丽神奇。

本报特约记者 林松 摄



辽河口“湿地三宝”之丹顶鹤。宗树兴 摄

游 YOU



辽河口“湿地三宝”之西太平洋斑海豹。本报特约记者 刘奕菲 摄



辽河口“湿地三宝”之黑嘴鸥。谷洪旺 摄

线路一

湿地之旅。大美湿地，观斑海豹慵懒休憩、丹顶鹤闲庭信步、黑嘴鸥自由翱翔；红海滩风景廊道迎风向海，如梦如幻；在鼎翔生态旅游区的鸟乐园，感受“漠漠水田飞白鹭”的诗意画境。

线路二

乡村之旅。北旅田园黑风关古镇内欣赏唐风古韵，在荣兴稻作人家民俗村解读盘锦“百年稻作文化”的沧桑厚重感。

线路三

文化之旅。在省级旅游休闲街区广厦艺术街赏画、鉴宝、品茶、听琴；在辽河碑林欣赏上启新石器时代的陶文符号，下至当代书法精品。

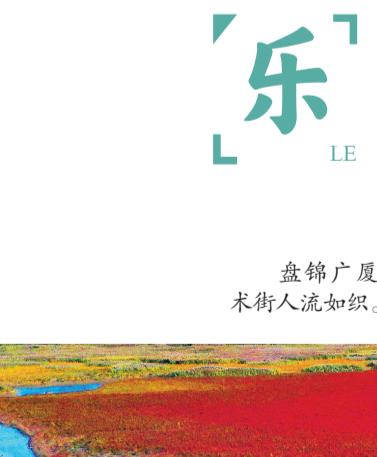


盘锦大米



盘锦碱地柿子

盘锦是鱼米之乡，盘锦大米、盘锦河蟹、盘锦碱地柿子等国家地理标志保护产品享誉全国，“红海滩1号”盘锦大米、田庄台非遗小吃等让您不虚此行。



盘锦广厦艺术街人流如织。



“最美赛道”红海滩国际马拉松赛吸引万人参赛。

本报特约记者 虞伟 摄

购 GOU



盘锦河蟹



盘锦碱地柿子

盘锦是鱼米之乡，盘锦大米、盘锦河蟹、盘锦碱地柿子等国家地理标志保护产品享誉全国，“红海滩1号”盘锦大米、田庄台非遗小吃等让您不虚此行。

盘锦是全季全域旅游城市，传统与时尚交融，人文与自然共生。红马赛、冰凌穿越挑战赛等国字号赛事活动及四季主题精品旅游线路等串联河海之韵，让“盘锦故事”传播四海八方。



盘锦

食 SHI

2025
06/12
星期四

T14



河蟹豆腐



蒲笋炖肉



湿地稻香鸭

看见盘锦

本报记者 王刚

更多精彩
扫码观看

美食一

河蟹豆腐：萃取蟹黄及蟹肉，采用民间制作豆腐的工艺制作而成，文火慢煮，蛋白质迅速凝结，成型过程只在数秒间，蟹味浓厚，深受大众喜爱。

美食二

蒲笋炖肉：蒲笋选自蒲草根部的嫩芯，粗纤维丰富，肉香中透着清爽味道，一筷入口尽是辽河口的春意，曾入选《舌尖上的中国第二季》美食节目。

美食三

湿地稻香鸭：食材选自盘锦湿地吃小鱼小虾自然生长而成的稻香鸭，经5小时文火慢煲，其肉质香嫩软烂，营养丰富。