



凤凰岭位于北京市海淀区西北部，属太行山余脉，大西山一隅，以自然景观和人文景观相融一体，汇聚奇山、怪石、林海、神泉、古刹之景观，享有“京西小黄山”之美誉。金秋时节，正是登高赏景的好时机，于是欣然前往，去领略那秋日的美丽山色……

凤凰岭 诱人秋色入画来

□户力平 文/图

未到凤凰岭之前，已被这美丽的名字所吸引。而在金秋时节走进这座久闻了的山岭之时，领略的是诱人的景色，银杏渐黄，黄栌变红，五彩缤纷，层林尽染。

凤凰岭不是很高，但山石奇特，远远望去，只见那巨大的山体就像是用无数又圆又滚的山石垒筑起来的，呈月白色，千姿百态，绵延数里，蔚为壮观。走进景区大门，“凤凰岭”三个大字格外耀眼。此时阵阵山风扑面而来，仰望蓝天映衬下的凤凰岭，真是美不胜收。

凤凰岭地处京城西北部，属上风上水，且远离都市，可谓是大自然赐予的一方净土，一块未经人工雕琢的碧玉，人文景观丰富多彩。景区分北、中、南三条风景线。北线景点密集，是山与水的完美结合，以“古、奇、怪、幽”取胜。沿途可欣赏搁衣庵、神泉、玉兔石、峰恋石、曲径洞天、天梯、宫保石寨、倚山口、飞来石塔等景观。中线景区以龙泉寺为起点，沿山而行，可观古代养生修炼场，如仙人洞、修仙椅等。南线景区以自然景观为主，植被茂盛，树木繁多，有黄普院、金刚石塔、关帝庙等景观，适宜修养身心。

由于时间有限，经与同行的朋友商议，选择了南线，因为这条旅游线上有著名的黄普院遗址和金刚石塔。

首先沿着一条较为宽敞的公路行走，穿过一个叫车耳营的村落，来到了核桃谷，随后开始登山，路变得越来越窄，但景色却越来越美。路边是茂密的丛林，随着山势的增高，不同海拔的叶片呈现渐变的色彩，山路时而掩映在林间，显得格外幽静；时而迂回向上，陡峭险峻。

登上一处高坡，极目眺望，眼前如一幅美丽的画卷：整个凤凰岭仿佛披上了红色、黄色和绿色的丝带，五彩缤纷。呼吸着山野里的新鲜空气，顿感心旷神怡。

走下高坡，转入一条幽静的山谷，虽然不是很深，但仍给人一种静谧、莫测之感。喜欢独处和清净的我，有意把同行的朋友甩得远远的，由此独自一人置身幽谷之中，享受一份特有的孤独与寂静。



半个小时之后，终于来到凤凰岭著名的景观——黄普院遗址，并远远地望见那座矗立于山石之上的金刚宝塔，它是凤凰岭的标志性建筑。

进入山门，眼前豁然开朗，想不到深山之中，还有这样一处宽敞的院落，尽管其中的建筑已破败，但古韵犹存。

黄普院是金代西山“八大水院”之一，又名“圣水寺”，原为金章宗完颜璟游历西山时的驻蹕之所。明正统二年（1437年）重修后赐额“妙觉禅寺”，弘治十四年（1501年）改称“明照洞瑞云庵”，相传明代有一位皇姑曾隐居并葬于此地，所以俗称“皇姑院”。此庵坐北朝南，背依崇山，傍临深谷。山门用大块花岗石砌筑，上嵌“明照洞瑞云庵”匾额，古朴凝重。山门右侧兀出一块天然巨石，名曰“金刚石”。山石高约15米，向旁倾斜，悬出深谷之上，石壁陡峭不可攀。石上建有一座高约2米的六角七层密檐式砖塔。须弥座塔身的每面雕刻着一头肥壮的绵羊，昂首环角、威武强悍，构图十分别致。此塔建在拔地而起的巨石之巅，石下是陡峭的悬崖，石上宝塔犹如天外飞来，游人至此，无不称绝，真乃山中奇景！

观赏了金刚宝塔之后，便走进瑞云庵明照洞，它是借助天然石洞开凿而成，有五个拱形洞口。进入石洞，顿觉清凉。洞内复有小洞，小洞之内又复凿小井。洞中虽有几分昏暗，但却平添了几分神

秘之感。

走出石洞，但见旷地上长有一株高大的古银杏树，奇怪的是，它的根上又复生出了一棵新树，时至深秋，树叶已近明黄。徜徉于此，古寺、古塔、古树，古意浓浓。

凭吊禅院古塔之后，便沿山路返回，虽然有些疲倦，而当这满眼的凤凰岭秋色尽在眼底时，倦意顿消。这难得的金秋山色美景怎容错过？于是沿着崎岖的山道，一边欣赏的山色，一边品味着浓浓的秋意。

在京郊众多的景观中，凤凰岭并不是特别知名，但这凤凰岭的秋色之美却与众不同。它有着一种回归本原的宁静与朴素之美，奇异的山石与山野的秋叶相映成辉，满眼的秋之浓郁色彩，不愧为“京西小黄山”之美誉，是寻幽探险、野游猎奇、访古问禅之胜地。这里的景致和谐而简洁，安静而从容，朴实而浓重，就像一幅画卷，绚丽多彩，令人赏心悦目……

小贴士

乘车路线：西苑枢纽站乘346路公交车至终点站凤凰岭；

西苑乘地铁16号线至北安河站，换乘专16路公交车至凤凰岭。

驾车路线：京藏高速北三环马甸桥→北安河出口→沿北清路往西按路标行驶即可；

京新高速北五环箭亭桥→小牛坊桥出口→沿北清路往西按路标行驶即可。

■驴友笔记

“三杯鸡”： 吃鸡祭英雄

□钱国宏

踏上江西的土地，不能不尝尝“三杯鸡”。“三杯鸡”是江西十大名菜之一，有着数百年的传承历史，它的奇绝之处在于：烹调时把鸡块放在砂锅内，不添汤水，还是只加一杯香油、一杯酱油、一杯米酒，再佐以一些调料，简单、简易，但味道绝对不一般，于是，便有了“三杯鸡”的美誉。

作为江西宁都的传统名菜，“三杯鸡”的来历与民族英雄文天祥有关。

南宋末年，元军大举南下，文天祥为保卫帝都临安（今浙江杭州），以右丞相兼枢密史的身份赴元营谈判，结果被元军扣留。逃脱后一度转战于浙江、福建、江西等地，最后在广州被俘，被关押于元大都（今北京）。文天祥老家的一位老婆婆出于对文天祥的敬仰，带着一只活鸡、一壶米酒，千辛万苦来到狱中探望文天祥。在一位江西宁都籍老狱卒的帮助下，老婆婆终于见到了文天祥。老婆婆见文天祥没有被害，喜出望外，便把活鸡和米酒交给老狱卒，请他把鸡煮好，给文天祥补补身子。老狱卒得知文天祥明日即将被处死，所以他也想提前为文天祥饯行。但狱中既无炊具又无调料，怎么办呢？他就用配刀将活鸡宰杀，剁成小块儿，放入瓦钵中，同时倒入三杯米酒，用小火煨制。一个时辰后，鸡炖好了。文天祥含泪吃着鸡，吟诵着那首慷慨激昂的《过零丁洋》：“人生自古谁无死？留取丹心照汗青”。公元1283年十二月初九，文天祥在柴市从容就义，终年47岁。

文天祥就义后，那名老狱卒回到了老家江西宁都。此后每逢文天祥的忌日，他都当年狱中犒劳文天祥的那种作法炖鸡来祭奠英雄。后来，经过厨师的改进，最初的三杯酒换成了一杯香油、一杯酱油、一杯米酒，所用的鸡也指定为江西宁都特产的宁都黄鸡，大名鼎鼎的“三杯鸡”就这样流传了下来。2008年，这道菜入选了北京奥运会主菜单。

经过历代的改进，“三杯鸡”虽然做法多样，便基本没有偏离“三杯”的原始做法：将宁都三黄鸡收拾干净后，斩成小块；香油锅烧热后，放入葱、姜、蒜片，炒香后放入鸡块，翻炒；然后放入酱油、料酒、米酒、辣椒等调料。烧开后改用小火炖，同时放入胡椒粉，翻炒均匀后，炖至汤干，“三杯鸡”便可出锅了。做好的“三杯鸡”，色泽酱红，油亮喜人，骨肉酥嫩，口感柔韧，甜中带咸，咸中带鲜，咀嚼感强，可谓色香味兼具。尤为可贵的是，它原汁原味，保留了食材的全部营养和味道，因而味道醇香，吃起来滋味十足，可谓既有“看头”，又有“嚼头”，同时还富有营养。鸡肉蛋白质含量高，有增强体力、强身壮体的作用。同时鸡肉中含有较多的磷脂类、不饱和脂肪酸和亚油酸，对人体生长发育有重要作用，还可降低对人体健康不利的低密度蛋白胆固醇。

现在，“三杯鸡”已经成了江西宁都的一道名菜，走在宁都的大街上，大小餐馆里都可以吃到这道菜，八方游客来宁都甚至来江西旅游的，也都喜欢点上这道招牌菜，不独为了尝鲜，也是为了表达对民族英雄文天祥的一种景仰！