

清
江
出
版
社



长江文化旅游

编文 钟清
主武 英仕
彭李 黄

序

长江,祖国的母亲河流,中国的第一大江河,世界第三大河。它从冰山雪岭的青藏高原,蜿蜒曲折,流向波涛滚滚的东海之滨,沿岸山清水秀,美貌丰姿,富丽多彩。

长江物产丰富,具有灿烂多姿的旅游文化资源。随着祖国经济建设的不断发展,她变得越来越年轻貌美。她那丰富多彩、神奇壮丽的自然景观、旅游景点、名胜古迹和珍贵文物,每天都在吸引着成千上万纷至沓来的国内外游客。

祖国河山,无处不美,长江风光,天下为奇。峨眉的天下秀色,三峡的天险雄奇,庐山的雄伟壮丽,黄山的四绝名景,太湖的碧翠风光,苏州的秀丽园林,栖霞的漫山红叶……这里的一城一地,一幕一景,犹如一串闪烁发光的珠宝,镶嵌在碧澄的水银带上,这一切,能不令人神往!

这些年来,随着被称为“无烟工业”的文化旅游业的不断发展,长江流域的自然景观、旅游景点、风味特产、习俗文化等也在不断的开发。有关长江旅游景点介绍的书虽有不少,但它们大都只侧重某些方面或某些内容。《长江文化旅游》一书从文化的角度出发,全面生动和系统地阐述了长江及其流域的

文化旅游资源,特别是那些有名的旅游景点、历史名城、名胜古迹、人文景观、自然资源、风味特产、气候特征、风土民情,以及长江两岸许多神奇的神话传说和美妙的历史故事。

《长江文化旅游》一书,从长江入海口写起直到秀丽的长江源头,各章目独立成体,全书连贯性强,文笔优美流畅,不愧是一本集知识性、趣味性和科学性于一体、全面而系统地介绍长江流域文化旅游资源的教科书。

读完《长江文化旅游》,不仅使人感觉到就像在波涛万里的长江上畅游了一番,让人赏心悦目,而且可以使人更好地了解长江流域各种妙趣横生的旅游文化资源。

我们相信,人们游览长江流域的历史名城、旅游景点和名胜古迹时,如果能带上这本《长江文化旅游》,对于认识和了解祖国美好的自然景观和灿烂多姿的民族文化,将会十分有益,而且也是一件十分有意义的事。

彭英明

1994年3月5日

目 录

序.....	彭英明(1)
上海名胜古迹记略.....	(1)
崇明岛与七宝镇	(12)
花园都市苏州	(17)
无锡胜迹	(23)
南通纪游	(28)
镇江三山	(32)
扬州胜景	(39)
南京胜迹	(45)
金陵第一名秀山——栖霞山	(54)
滁州琅琊山	(57)
千古一秀采石矶	(61)
天门山和李白墓	(65)
芜湖胜迹	(68)
黄山天下奇	(72)
九华揽胜	(80)
贵池揽胜	(88)

迎江寺和振风塔	(92)
龙宫洞	(95)
长江绝岛小孤山	(98)
鄱阳湖口石钟山	(101)
庐山胜景	(105)
九江胜记	(115)
蕲州医圣李时珍墓	(119)
黄冈东坡赤壁	(122)
白云黄鹤江城美——武汉胜迹	(127)
三国赤壁	(138)
洪湖水浪打浪	(141)
洞庭天下水	(147)
岳阳楼	(155)
沙市胜迹	(162)
荆州古城胜迹	(167)
当阳长坂坡	(176)
清江纪游	(179)
宜昌胜景	(196)
滩多水急的西陵峡	(206)
三峡水利枢纽	(212)
香溪昭君村	(219)
屈原故里	(222)
神农架林区	(228)
幽深秀丽的巫峡	(234)
雄伟险峻的瞿塘峡	(243)
奉节白帝城	(252)

云阳张飞庙·····	(256)
川东门户——万县·····	(258)
忠县石宝寨·····	(261)
丰都鬼城·····	(264)
涪陵石鱼·····	(267)
金佛天下富·····	(270)
山城重庆·····	(271)
泸州名产·····	(291)
“甜城”内江·····	(293)
千年盐都·····	(295)
蜀南竹海与石海洞乡·····	(298)
兴文石林·····	(300)
川南重镇宜宾·····	(301)
焚人悬棺·····	(304)
金沙江畔·····	(308)
彝乡风情·····	(322)
纳西拾趣·····	(332)
巨川之源·····	(339)
后 记·····	(342)
主要参考书目·····	(343)

上海名胜古迹记略

上海市坐落在黄浦江畔，是长江流域的门户，江海的枢纽，是我国最大的综合性工业城市。其面积为 6100 平方公里，人口 1000 多万。作为一个历史悠久和名胜古迹众多的城市，上海很早就是令人神往的游览胜地。

6000 多年前，这里还是淹没在海洋中的一片沙洲，后来随着长江三角洲的发育，大约在 10 世纪中叶逐渐形成一块陆地。春秋时这里是吴国的东境，名叫“华亭”。战国时这里是楚国贵族黄歇（被封为春申君）的封地，因此上海也称春申，简称“申”。

在古代，上海滨海和吴淞江口附近地区，居民多以捕鱼为生，使用一种用绳网编制竹栅制成的捕鱼工具，叫“扈”，当时还没有上海名称，而称此地为沪渎或沪海（江流入海处称渎），后来简称为“沪”，上海这一简称一直用至今日。

13 世纪中叶，吴淞江下游日益淤浅，外来船舶改由吴淞江的一条支流——上海浦登陆，“市舶在今县治处登岸，故称上海”，因此“上海”这一名称是从上海浦而来。1265 年，南宋在此设立市舶提举司，管理进出口贸易，上海逐渐成为我国一

个重要贸易港口，南宋末正式设上海镇，元代置上海县，明朝时黄道婆传来棉纺新技术，上海逐渐成为我国最大的棉纺业中心。1685年，清政府在这里设置了江海关管理内外进出口贸易，从此上海逐渐成为在国内经济生活中有重要地位的繁华都市。

横贯上海十里港区的黄浦江，以一种特有的迷人魅力吸引着中外游客。相传黄浦江是战国时楚相春申君黄歇所浚，故名，又称黄申江或黄歇浦。黄歇任楚国大将后尊贤重士，武能安邦，文能治国，被考烈王任为宰相，封号春申君，统辖吴地。当时有一从金山卫入海的东江，航道淤塞，水患不断，春申君调动上万民工疏浚航道，根除水患，百姓得以安居乐业。当地流传一首民歌：“神皇老爷治东江，治得江龙勿猖狂；五谷丰登民欢乐，吴歌阵阵唱国强。”黄浦江源头为浙江省嘉兴县境秀州塘诸塘之水，流经淀山湖、松江、闵行、上海等地，北合吴淞江，出吴淞口会合长江流入大海，全长114公里。黄浦江流入上海，仿佛进入一个生机勃勃的活动世界，码头林立两岸，船来船往，华夏巨轮，相互交辉。站在江边，看江水滔滔，烟波浩淼，听涛声拍岸，观轮船出没，络绎不绝，令人胸襟为之一爽。宋代一位无名氏写有《夜浦涛声》一诗：“春申浦水碧如秋，万顷淙淙夜更幽。日落江空人唤渡，月明潮上客登楼。”

上海曾是世界第四大都会，其富丽繁荣原足可跟美国纽约、英国伦敦、法国巴黎媲美。近代一个多世纪，上海成了帝国主义对中国进行政治、经济、文化侵略的重要据点，成了“冒险家的乐园”。上海城市建设既融会了具有4000年悠久历史的中国特色，又在近代史上深受欧风美雨的洗礼，形成了她独特的风姿，吸引着无数中外游客。上海的名胜古迹很多，主要有

豫园、玉佛寺、龙华寺塔、城隍庙、徐光启墓园、中山故居、周公馆、宋庆龄故居和墓地、鲁迅故居和墓、唐经幢、松江方塔、嘉定孔庙和宋塔、古猗园、明刻照壁、醉白池等等。

龙华寺和龙华塔，坐落在上海市西南郊的龙华镇北，相传是三国时期东吴孙权所建，据可靠文献记载是五代至北宋年间所建。龙华寺是五代吴越王钱俶所建，宋治平三年（1066年），北宋皇帝赐名空相寺，至今寺内花苑里还遗存一块“空相寺西南角界石”的遗物。现今的龙华寺是清末重建的，至今仍保留一组完整的建筑群，在上海地区仅此一处。在一根中轴线上，有弥勒殿、天王殿、大雄宝殿、三圣殿和方丈室，两旁有三层重楼——钟鼓楼和偏殿。龙华塔于北宋兴国二年（977年）建成，距今已有1000年多历史，塔有七级八面，高达40.4米，飞檐高翘，曲栏重重，姿态雄伟美观，砖身部分还是宋代原物，很有古代建筑的风格。国民党统治时期，龙华曾一度是国民党反动派囚禁和杀害革命志士的监狱和刑场，因此有上海雨花台之称，著名的左联作家胡也频、柔石等五烈士就是在这里被杀害的。现在这地区已开辟为龙华公园。龙华是以桃花、宝塔、古刹驰名的名景区，“龙华晚钟”曾是“沪城八景”之一，这里也是上海欣赏桃花的好地方，每到春天，龙华公园一片红霞，美不胜收。

豫园，位于上海市区南面城隍庙商场旁边，是一座具有江南风格的明代园林，为上海著名的游览胜地。郭沫若先生在1961年10月参观豫园后曾题诗一首：“小刀会址忆陈刘，一片红巾起海陬。日月金钱昭日月，风流人物领风流。玲珑玉垒千钧重，曲折楼台万胜游。坐使湖山增彩色，豫园明史气千秋。”

豫园原是一座私人花园，为明代嘉靖三十八年（1559年）尚书潘恩次子潘允端所建，由当时上海著名园艺家张南阳负责设计，前后历时18年，占地70余亩，设景30余处。“豫园”隶书横额，出自明代文学家王稚登手笔。潘允端当时任四川布政使，他建园的目的是取悦双亲，以图安乐，因而取名“豫园”，“豫”和“愉”音同义通，有安乐之意，可惜园子建成后其父潘恩已去世。潘家衰落后，园林荒芜多年。清代乾隆年间一些豪绅富商买下豫园进行修建，现存的楼台山石多是清代重建。鸦片战争时，外国列强入侵上海后，豫园曾遭到三次破坏，一部分演变成商场，留下的景物几致湮没。1853年9月，上海小刀会为响应太平天国革命，在上海举行起义，攻占了上海县城，并在豫园点春堂设立指挥所，主要将领在此商讨大计，研究作战计划。当时流传一首民歌：“东校场，西校场，兵强马又壮；欲投小刀会，来到点春堂。”小刀会坚守上海城达17个月，沉重打击了中外反动势力。现在点春堂已辟为展览馆，陈列有当年小刀会起义时的文物和图片，堂中还悬有清代名画家任伯年画的《观剑图》，据说任伯年早年曾参加小刀会，后专为点春堂画了《观剑图》。

1956年经人民政府3年整修，豫园已成为“万姓游”的胜地。今日豫园可分为3个景区，每个景区又有各个小景，主要景物除点春堂外，还有三穗堂、卷雨楼、大假山、万花楼、玉玲珑、玉华堂等。园内现存最古文物为游廊前那对铁狮子。三穗堂建于清朝乾隆年间，以一稻三穗为名，是豫园中最大最高的厅堂。堂内摆设古色古香，窗格上雕刻有稻穗、黍子、麦苗、瓜果，象征收成有著，堂前桂树飘香。紧邻三穗堂的是水阁式的仰山堂，堂后一带曲槛回廊面临水池，黄石大假山隔池相望，

上层的楼名叫卷雨楼，取唐初四杰之一的王勃“珠帘暮卷西山雨”句意。楼台凸凹参差，建筑别致，像一幅悬挂空中的楼台古画。大假山全部用武康石堆积而成，陡壁幽壑，悬崖峭壁，山路崎岖，瀑布溪流，峰峦起伏，群峰秀丽，气势宏伟。山顶有望江亭，亭台错落，山下鱼戏浅水，重廊回绕，引人入胜。中隔漏窗，左顾山石流水，右顾楼台掩映，情趣盎然。万花楼内置有雕花精工的红木桌椅，两壁镂空雕有梅兰菊竹，楼前有明代种植的银杏树和广玉兰，蓬勃旺盛。

玉玲珑是一个平地拔起的山石，石身空隙很多，精巧别致，婀娜多姿，周身透着灵气。若从石下熏烟，则烟从四周石孔中出；若把一盆水浇在石顶，则每个孔都流出泉水，颇为有趣。玉玲珑相传原是隋唐旧物，宋徽宗时赵佶在开封城东北隅大兴土木，建造“艮岳”，奸相蔡京授意朱冲、朱劭父子，搜罗各地珍奇花石进献，称为“花石纲”，玉玲珑被巧取豪夺编入“花石纲”后，在运送途中流失。明朝时为乌泥泾朱尚书所得，放于其花园中，后被移至浦东三林庄南园，南园为明人储昱的别墅，储昱的女儿嫁给潘恩儿子允亮，因储昱死后没有子嗣，于是将玉玲珑赠与允亮，移至豫园。运石船过黄浦江时，被大风吹翻，石沉江底，于是雇人打捞，在江底还发现另外一石，一起打捞上岸，就是现在玉玲珑的石座。玉玲珑景区是豫园中心，有会景楼和九狮轩，南面有王华堂和得月楼，得月楼庭院里以花木盆景见长，还有一块精巧的三星石玲珑，东廊壁上有一块砖雕“广寒宫”，是江南砖雕中的精品，砖雕深达七八个层次，立体感强。

古猗园，位于上海市西北郊南翔镇，始建于明代嘉靖年间（1522—1566年），清乾隆十一年（1746年）重修。国民党统治

时曾遭严重破坏，1959年人民政府对它进行整修重建。这里环境幽雅，建筑别致，绿树碧水，美不胜收。从正门西侧往前，便到白鹤亭。相传梁代天监年间（502—519年），有人在此挖土时得到一块大白石，从此常有一对白鹤飞于其上。后来白鹤南飞，一去不返，石上却留下一首诗：“白鹤南翔去不归，惟留真迹在台基。可怜天下空王子，不绝重修亭二时。”人们感到奇怪，于是在此修建庙宇，建筑白鹤亭，连市镇之名也改为“南翔”。白鹤亭东临戏鹅池，西与“鸢飞鱼跃轩”相对，亭中有几根柱子和石凳，亭顶塑有一只鹤，看上去像是振翅欲向南飞。顺着东向小路往前，便到建于清代的梅花厅，绕过梅花厅，拾级而上，便可到山丘顶上的“缺角亭”（又名补阙亭），1931年“九一八”事变，日帝侵占东北三省，南翔百姓为了纪念这一国耻，特集资兴建，亭子东北角故意少造一角，以示东北沦陷；其余三角均塑握拳振臂，以表示反抗侵略收复失地之决心。园内还有唐代经幢两座，原在南翔寺山门口，于1959年移入园内。两幢建于唐咸通八年至乾符二年（867—875年），幢身六角，刻陀罗尼经，是元代元统年重刻。

玉佛寺，是上海古刹，位于江宁路和安远路口，初建于清末光绪八年（1882年）。当时慧根和尚从西藏出国到缅甸求经，运回了大小玉佛五尊，路经上海时，当地和尚要求留下坐佛和卧佛各一尊，建寺于江湾供奉。辛亥革命后，可成法师发愿化缘募资，于1918年在市区买地十二亩建成玉佛寺，从此名声日著。玉佛寺建筑宏伟，主要建筑有天王殿、大雄宝殿、藏经楼、卧佛堂、玉佛楼等。玉佛楼供奉一尊镶嵌珠宝的玉质坐佛，卧佛堂供奉一尊白玉卧佛，其他建筑有四大金刚、天神天将、观音菩萨、释迦牟尼等塑像。玉佛寺藏有经典及绘画，经典

中有唐人写经,五代刻经,宋刻大藏经,明代金字妙法莲华经等古本珍本;绘画中有唐人十二宫众神画像。

在上海市区西南 39 公里的古城松江,有著名的唐经幢、松江方塔和醉白池。唐经幢建于唐代大中十三年(859 年),是上海地区最古老的建筑物,高 9.30 米,现存 21 级,幢身居中,八角形古柱,上段刻有陀罗尼经全文,下段刻题记和捐款者姓名,其他各级是装饰性的,雕刻有海水纹、公纹、莲瓣、蹲狮、盘龙、力士、郡主礼佛图,是精美的石刻艺术品。松江方塔原名兴圣教寺塔,建于宋朝熙宁至元祐年间(1068—1094 年),九级方形,俗称方塔,高 48.50 米,砖木结构,各层飞檐高耸,造形美观,姿态雄伟,被誉为江南造形最美的塔。在松江方塔旁有明刻照壁,为明朝洪武三年(1370 年)所造,高约 3 公尺,长约 5 公尺。内容是说从前有一只名叫“獐”的动物,在人间享尽富贵荣华,但贪心不足,想吃太阳,结果没有吃上太阳,自己却淹死于东海。故事宣扬佛教中“劝人为善”的教义,照壁是一组优美的砖雕艺术和制砖技术,属罕见的珍贵文物。

醉白池是一座 17 世纪的古园,在松江城西门外,为清朝顺治年间画家顾大申所建。唐代著名诗人白居易晚年称病回到洛阳,筑堂于池上,饮酒赋诗,一醉为乐;北宋宰相韩琦晚年在京城开封建一园林,辟池筑堂,因钦佩白居易而取名醉白堂。顾大申十分景慕白居易,利用这一典故凿池筑堂,在一泓池水周围建造小厅、水榭、亭轩和廊,以“醉白”为池名,并以池为主,扩建成园林,以“醉白池”为园名。园中有峰石、古树,风景优美,池南廊间壁上有《云间邦彦图》石刻,刻有明清两代松江府名人画像百余幅。

嘉定孔庙、宋塔和汇龙潭。孔庙位于上海西北郊嘉定县南

大街，建于宋朝嘉定十二年(1219)，至今保存完整。庙分内外两部分，庙前有仰高、育才、兴贤三座牌坊，坊前石栏的望柱头上雕有 72 只小石狮，庙内有樞星门、泮池、石桥、大成门、两庑、大成殿、明伦堂等，是一组巍峨宏伟的建筑群。嘉定旧城中心有法华塔，又名金沙塔，方形，高 7 层，建于宋朝开禧元年(1205 年)，明朝万历年间重建。塔下有石桥、小河，富有江南古城风光。汇龙潭在孔庙前面，由 5 条水流聚于池中，有“五龙抢珠”之势，故名汇龙潭。潭中有应奎山，潭畔有奎星亭，潭东南有一双重楼阁，名叫魁星阁，另外还有龙门桥、百鸟朝凤(又名打唱台)、古井亭等园林建筑，现已辟为“汇龙潭”园林。

青浦曲水园和放生桥。从上海市区到春浦城厢 37 公里，有一座曲水园，建于清朝乾隆十年(1745)，现名中山公园。园中有 24 景，园中心有大荷花池，池畔有石桥、小亭、水榭，池北有假山，山上有四层的景周阁，登阁可观看青浦全城，远望天马、佘山等“松郡九峰”，美不胜收。园南有凝和堂和花神祠，前有庭院，古木参差，幽雅别致。距青浦 7 公里的朱家角，是水乡中的一个热闹古镇。镇东有一座五孔联拱大石桥，名叫放生桥。桥长 70.8 米，宽 5.8 米，是上海地区最大的一座石拱桥，造形精巧，古朴美观，人称“井带长虹”，是朱家角十景之一。有一首诗云：“长桥驾彩虹，往来便市井。日中交易还，斜阳乱人影。”这里原有慈门寺，附近有井亭，明朝隆庆五年(1571 年)，寺僧性潮见两岸来往人多，用船过渡不便，于是募款建造放生桥。当时规定只准在桥下放生鱼鳖，不许撒网捕鱼，由官府下令相告。清朝嘉庆十九年(1814 年)进行了重修。

城隍庙，建于明朝永乐年间。相传，城隍神是有名有姓的秦裕伯，他在元朝当官，明朝取代元朝后，他就不再出来当官

了，张士诚踞苏州时招他出来做官，他不肯；朱元璋当皇帝后令他当官，他也不受。朱元璋对此很有感触，在秦裕伯死后感叹道：“生不为我臣，死当卫吾士”。于是敕封他为上海土城隍神，兴建城隍庙。嘉靖年间知县冯彬专题“海隅保障”匾额悬于大殿。

上海市有众多的革命遗址和革命纪念建筑物，其中比较著名的有中国共产党第一次代表大会会址、周公馆、孙中山先生故居、鲁迅先生墓、宋庆龄墓、中国社会主义青年团中央机关旧址等，多被列为全国重点文物保护单位。

1921年7月1日，中国共产党第一次全国代表大会在上海召开，宣布了中国共产党的正式成立，选举了中央领导机关，制定了第一个党章。市内兴业路76号（原望志路106号），就是党的一大会址，它原是上海一大代表李汉俊的哥哥李书城的住宅（李书城解放后曾任中央农业部长），这是一座石库门楼房，室内陈列朴素简单，有一张长方形的会议桌，一些椅子和茶几，并展出了许多珍贵实物和照片。

周公馆坐落在市内思南路73号，是中共中央驻上海办事处旧址。1946年5月，根据“双十协定”，周恩来同志率中国共产党代表团赴南京与国民党代表谈判，在上海设立了办事处，因国民党阻挠，办事处门牌仅用“周公馆”字样，英文为“周恩来将军寓”。这是一座四层的花园洋房，一楼没有桌子，仅有凳子，是办事处接待各界人士和开会的地方，周恩来当时住在二楼东面一间，室内陈设简朴，仅有一张床、一套办公桌椅、衣架和书架。

复兴公园以西、淮海中路以北，有一条幽静的香山路，7号是幢深灰色的两层小楼，这就是孙中山先生的故居。在中国

大陆，被作为纪念地的孙中山故居有两处：一处在这里，一处
在广东中山县翠亨村。孙中山为革命奔波一生，历任国民政府
总理、南京临时政府大总统和广东革命政府大元帅，但一生清
贫，至死没有积蓄，甚至连一固定住所都没有。老同盟会员、后
任讨袁总司令兼第二军军长许崇智，见孙中山时常为革命奔
走于上海，但无落脚安身之地，于是买下这幢房送给他。事后
不久，孙中山因革命缺乏经费而将房契抵给银行，国民党海外
支部得知后便发动美洲华桥募资，将它赎回。1920年1月，孙
中山及夫人宋庆龄搬进这幢小楼，直至1924年底。现在楼房
内的陈设，是1956年宋庆龄夫人按原样布置的，楼上楼下共
5间房，楼下是会客厅和餐厅，楼上是办公室和卧室，室内保
存有孙中山先生任临时大总统时的实物和图片以及其保存的
中外书籍。楼前草坪绿茵，绿树成荫，苍松翠柏，格外幽静。

鲁迅故居在上海市虹口区山阴路大陆新村9号，是鲁迅
先生1933年4月至1936年10月19日逝世前居住的地方。
这是一幢红色砖墙的三层楼房，房内的物品、家具和图书等陈
设是解放后按鲁迅夫人许广平女士布置照原样恢复的，其中
多是鲁迅生前所用原物。鲁迅墓原在上海西郊万国公墓，1956
年10月纪念鲁迅逝世20周年时迁到虹口公园中部，同时建
立鲁迅纪念馆。这里是鲁迅生前常来休息散步的地方，墓基约
1600多平方米，墓台用花岗石铺成，上面立有巨大墓碑，刻有
毛泽东主席题写的“鲁迅先生之墓”6个大字，墓前有鲁迅先
生的铜像，是1960年纪念鲁迅诞辰80周年时铸成的。鲁迅纪
念馆陈列展品有珍贵的鲁迅手稿、遗物和有关文献资料，还有
图片、模型和美术作品，以及鲁迅作品的各种版本和所编校辑
录的书刊，共1200余件。

上海的风味特产主要有上海水蜜桃、黄狼南瓜、猪血扁、辣根、朝鲜蓟、枫泾蹄子、三林塘酱瓜、浦东鸡、南桥腐乳等。上海水蜜桃以肉质柔软、皮薄色艳、汁多味甜、入口即化、香气浓郁而著称。它有红芝、白芝、簪簪红圆桃和鹅毛管印等品种，其中以白芝为最佳，现在美国的黄桃、日本的白桃和我国无锡水蜜桃均为上海水蜜桃后代。黄狼南瓜含有丰富的蛋白质、淀粉、脂肪、糖、钙、磷、铁、维生素 A 和 C 以及抗坏血酸，营养价值高。猪血扁为扁豆中之佼佼者，被誉为“扁豆元勋”，它质地脆嫩，味香，煮而易酥。朝鲜蓟是一种营养丰富的食、药兼用的蔬菜，含有淀粉、糖、多种维生素和矿物质。枫泾蹄子相传是 100 多年前由枫泾镇丁义兴菜馆首创并独家经营，又称枫泾丁蹄，它选用新鲜枫泾肉猪的带皮肘子，加以丁香、冰糖等佐料，色泽鲜艳，皮厚松软，香气浓郁，味美可口，对人体有滋补作用。