

青海旅游手册

青海人民出版社



鸟岛晨曦



孟达天池

塔尔寺的节日



青海旅游手册

祝咸禄等编写

青海人民出版社出版

(西宁市西关大街96号)

青海省新华书店发行 青海新华印刷厂印刷

开本: 787 × 960 毫米 1 / 32 印张: 8.5 插页: 8 字数: 270,000

1988年5月第1版 1988年5月第1次印刷

印数: 0,001 — 5,160

ISBN 7-225-00144-2/G · 49 定 价: 1.98 元



西宁宾馆

西宁火车站





鸟岛宾馆

鸟 岛





西宁体育馆

塔 尔 寺





威远鼓楼

北山寺

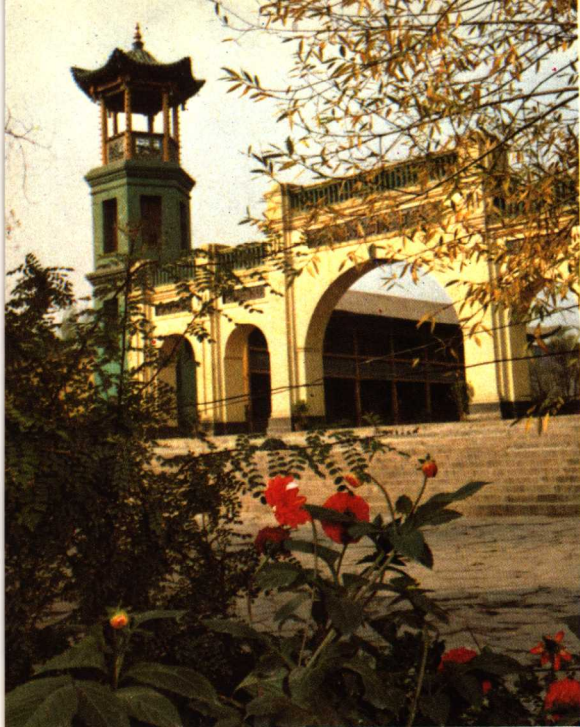




桥头公园

人民公园





东关清真大寺

西宁之晨





格尔木市

热贡艺术之乡





隆 务 寺

可鲁克湖





茶卡盐池

元朔花儿会





孟达天池

黄河源头第一桥



老爷山秋色



互助北山



草地蘑菇



青海湖日出



目 录

青海概况..... (1)

青海风光名胜..... (8)

(一) 西宁游览区参观点..... (8)

西宁简介 (8) 东关清真大寺 (12) 北山
寺 (14) 人民公园 (17) 西宁体育馆 (19) 青
海省博物馆 (20) 桥头公园 (21) 老爷山 (22)
塔尔寺 (23) 上新庄温泉 (28) 瞿昙寺 (29) 西
来寺 (32) 柳湾墓地 (34) 五峰寺 (36) 北山
林区 (38) 街子清真大寺 (40) 骆驼泉 (41) 孟
达林区 (42) 隆务寺 (44) 热贡艺术之乡 (46)
南宗寺 (50) 夏琼寺 (52)

(二) 青海湖游览区参观点..... (54)

青海湖简介 (54) 石堡城 (58) 日月山 (60)
倒淌河 (62) 小北湖 (63) 二郎洞、二郎剑 (65)
海心山 (67) 鸟岛 (69) 龙羊峡水电站 (72) 伏
俟城遗址 (75)

(三) 唐蕃古道游览区参观点..... (76)

唐蕃古道简介 (76) 黄河源头 (79) 鄂陵湖

和扎陵湖(83) 巴颜喀拉山(86) 阿尼玛卿山(88)
通天渡(90) 晒经台(93) 隆宝滩自然保护区(95)
文成公主庙(97)

(四) 格尔木游览区参观点……………(101)

格尔木简介(101) 察尔汗盐湖(103) 万丈
盐桥(105) 风火山“科学城”(107) 昆仑桥(108)
昆仑泉(109) 昆仑山口(111) 长江源头(113)
锡铁山矿区(116) 可鲁克湖和托素湖(118) 茶
卡盐池(121) 热水吐蕃墓葬遗址(122) 诺木洪
文化遗址(123) 都兰县巴隆国际狩猎场(125)

青海少数民族风情……………(126)

(一) 土族风情……………(126)

土族的待客(126) 土族的歌舞与花儿会(128)
土族的婚礼(129) 土族的节日与禁忌(131)

(二) 撒拉族风情……………(133)

幽雅别致的撒拉庭院(134) 吃“油香”与“刮碗
子”(134) 撒拉人的婚俗(135) 撒拉族的节日
与禁忌(137)

(三) 藏族风情……………(139)

帐篷·庄廓·碉房·碉楼(139) 欢乐的草原盛
会(141) 藏族的婚俗(144) 奇特的葬礼(145)
藏族的节日与禁忌(146)

(四) 蒙古族风情……………(149)

蒙古包·霍仁木·马奶酒 (150)	蒙古族的婚嫁 (151)	传统盛会那达慕 (152)	蒙古族的节日与禁忌 (153)
青海土特产品..... (155)			
(一) 畜产品..... (155)			
西宁毛 (155)	地毯 (156)	毛毯 (158)	长毛绒 (158)
绒毛 (159)	黑紫羔皮 (160)	康宁奶粉 (161)	奶皮 (161)
五香牛肉干 (162)	羊筋 (163)	酥油 (164)	
(二) 农副产品..... (165)			
菜籽油 (165)	蚕豆 (166)	马铃薯 (167)	绿豌豆 (168)
花椒 (169)	蜂蜜 (170)	蘑菇 (171)	发菜 (171)
(三) 水产品..... (173)			
湟鱼 (173)	可鲁克湖鲤鱼 (174)		
(四) 果品..... (175)			
三红苹果 (175)	软儿梨 (176)	酥梅梨 (176)	享堂西瓜 (177)
沙果 (178)	接杏 (178)	长把梨 (179)	冬果梨 (180)
人参果 (181)			
(五) 其他..... (183)			
湟源陈醋 (183)	互助大曲 (184)		
青海风味小吃..... (186)			
(一) 地方菜肴..... (186)			