旅人网
www.lvren.cn

乌鲁木齐：西域风情

©旅人攻略
WWW.LVREN.CN

乌鲁木齐：西域风情

汗腾格里清真寺，陕西大寺，自治区博物馆，塔塔尔寺，水磨沟，南山，天山

封面 1
一、乌鲁木齐概况 3
二、在乌鲁木齐最棒的四种体验 9
三、交通 10
四、主要景点 12
五、推荐线路 23
六、购物 24
七、住宿 28
八、餐饮 30
1、17号抓饭王 35
九、行前准备、预算 36
十、旅人提醒 37
热门旅游攻略推荐 39
封底 40

©旅人攻略 WWW.LVREN.CN

一、乌鲁木齐概况

城市概况

(图片由网友@王脆面你怎么了提供)

乌鲁木齐是中国新疆维吾尔自治区的首府，地处亚洲大陆地理中心城区面积83平方公里，全市总面积12000多平方公里。人口208万左右，主要有维、汉、回、哈萨克、蒙古、锡伯、满等43个民族。

乌鲁木齐地区三面环山，北部平缓开阔的平原，东部天山山脉分布着高山冰雪景观、山地森林景观，为游客观光、探险提供了丰富的内容，各民族的文化艺术、风情习俗，构成了具有民族特色的旅游人文景观。

“让我写写这座混血的城，整整八年，它培养我的忍耐，我的边疆气质；整整八年，夏天用火，冬天用冰。以两种方式重塑我的心灵。”这首诗的作者是在新疆生活多年的诗人沈苇，心中的第二故乡，就是我们现在要去的这座城市新疆首府——乌鲁木齐。

1、历史

乌鲁木齐一词的来历就颇见这座城市文化交融的源远流长，标准说法是，乌鲁木齐得名于蒙古语"美丽的牧场"，但一些维吾尔学者认为，它是维吾尔语"小罗马城"的意思。"乌鲁木"是小罗马(blog)的意思，而"齐"则在维吾尔语中有"职业"和"者"的意思。按照维吾尔语的解释，这里自古就是沟通东西方的重要陆路商埠。远在新石器时代人类就在这里生息繁衍。最早进入此地的为古姑师－车师人。

乌鲁木齐大规模开发始于清代乾隆二十年（1755年）。其作为重要城市的形成于乾隆二十八年，也就是1763年，赐名“迪化”直到1949年。旧乌鲁木齐由三个城市组成：南门以南、西北路以东是回城（维吾尔族为主的穆斯林），南门以北是汉城，西北路以西是满城。新中国成立后，经过几次内地汉族大规模迁移，除南门以南依然是维吾尔族聚集的社区外，乌鲁木齐其他部分已经完全融成一个全新的城市并逐渐沉淀稳定。形成一个独特的混血气质的城市。乌鲁木齐最明显的混血特质是，它是北疆唯一一个两套时区并用的城市：北京时间和晚2个小时的乌鲁木齐时间。

2、方言特性

作为新疆的首府，汉族人口占多数，普通话是这里的通用语言，不过到了附近山区可能就没那么方便了，但是基本的沟通还是可以的。当地汉语口音也发生了剧烈的变迁，由带有强烈甘肃宁夏口音的汉语，变成带有轻微鼻音的普通话。而且乌鲁木齐第二代汉族，无论祖籍为何，在整体性格上大致形成一种异于内地的特征——他们更明朗、直爽、大气。

饮食文化

乌鲁木齐汉族的饮食习惯已完全不同与内地在这里不仅全疆，全国各地的口味都能在这里找到，维吾尔族的抓饭、馕、烤羊肉、烤包子、酸奶子、油塔子，回族的揪片、拌面、粉汤、酥馍、烩面、炒面、凉粉，蒙古族的手抓肉、奶酪、奶豆腐、炖羊肉、火锅、熏肉、烤饼、油炸饼，俄罗斯的面包、饼干、奶制品等等，无一不令人垂涎欲滴。另外，在维吾尔族和回族人等各族饮食美味不断发展的一个全新系列食谱，征服汉人胃口的同时，川菜、粤菜、西式快餐等也随处可见。带肉的抓饭、拌面、拉条子、拉面都是7-10元（分大小份），烤肉1-2元/串，馕1元/个，如果吃川菜或者粤菜相对贵一点，乌鲁木齐市内的知名美味大盘鸡一般都在50元/份，分量很足适合多人享用。

夏季水果很多很便宜，当地人有时吃些葡萄和瓜，再吃点馕，就可以管半天非常经济，当地主食以面为主，蔬菜较少，但水果和夜市的小吃可以补充人体所需的维生素营养。

3、建筑特色

乌鲁木齐在西北，它是最繁华的城市，它的五星级酒店甚至和人口多出好几倍的西安一样多。如果你驾车匆忙驶过，你看不出这座大城与中国内地其他城市有何明显区别，当然，在南城的维族社区，它与内地城市面貌的相似性也远大于拉萨。只有维吾尔语标识和偶尔闪现一角的伊斯兰风情建筑，提醒你这是一座东西方文化汇集的中亚名城。

如果不仔细留意建筑风格，延安路附近的维族老社区很像广州、深圳的城中村，老楼房是六七十年代外墙粗糙红砖裸露的住宅楼，独幢的新楼房是蓝、绿玻璃窗和瓷砖贴面墙。但较之其他城市的城中村，这里不但马路宽敞，居民自建楼房间距较大，整体环境也要整洁有序得多。这里除了聚集了大量来自南疆的维族人，近几年还形成了巴基斯坦商人村、中亚商人村，仅巴基斯坦人就多达几千家。所以，在与内地相似的街区上，熙熙攘攘的人群中总有着装形貌醒目的外籍人。

4、民族风情

朵巴花帽：维吾尔族男女老少都喜欢戴花帽，维语叫做“朵巴”。多采用民族传统的刺绣、挑花、绊金夹银，串上彩色的珠子，用手工缀成各种花卉和几何图案。小方帽绚丽多彩，工艺精致，造型美观奇特，既能防止太阳照晒，又是一种美丽的装饰品。姑娘常把自己制作的花帽馈赠小伙子，作为表达爱情的信物之一。

体育竞技：“达瓦孜”维吾尔语意为“高空走绳”，是维吾尔族喜爱的传统体育活动。表演者手持一根3米多长的横杆，用以保持身体平衡。在新疆民族鼓乐的伴奏下，踏着轻快的步伐，直通高杆的顶端。在行进中，还要做各种表演，时而侧身，时而倒退，并可以表演高空坠入、踩碟走绳等惊险动作。整个表演惊险动人。

“姑娘追”：哈萨克语为“克孜库娃”，是青年男女喜爱的一种马上体育活动；也是他们表达爱慕之情的特殊方式。“姑娘追”一般在夏秋季节空旷、平坦的草甸上举行，远近牧民都骑马前来参观，是民俗风情活动的重要内容之一。热情好客的哈萨克姑娘会邀请远道而来的游客共同参加这种马上娱乐活动。

叼羊：是哈萨克民族为祈祷祝福而举行的一种马上娱乐活动，同时又是一种对抗性强、争夺激烈、集勇猛、顽强和机智于一体的马背体育竞赛。叼羊是新疆各兄弟民族普遍喜爱的传统体育活动，盛夏时节，牧场绿草如茵，草茂马壮之际，牧民在休闲时，成群结队自发地组织叼羊活动。

赛马：哈萨克族人喜爱的传统的体育娱乐活动，分赛走马和赛奔马两种。赛走马，是比马的速度耐力、稳健美观。一般用的是五岁以上的成年马，骑手也是成年人。赛奔马也多用五岁以上的马，参加赛马的骑手大多是十二三岁的男孩。在哈萨克族中，赛马不仅是个人的事情，而且是关系整个氏族部落荣誉的事。

5、特色节日、活动

古尔邦节：

我国回、维吾尔、哈萨克、乌孜别克、撒拉、塔吉克、塔塔尔、柯尔克孜、东乡、保安等少数民族共同的节日。古尔邦节是阿拉伯语的音译，意为“ 宰牲 ”或“ 血祭 ”。

时间：伊斯兰教历的12月10日。

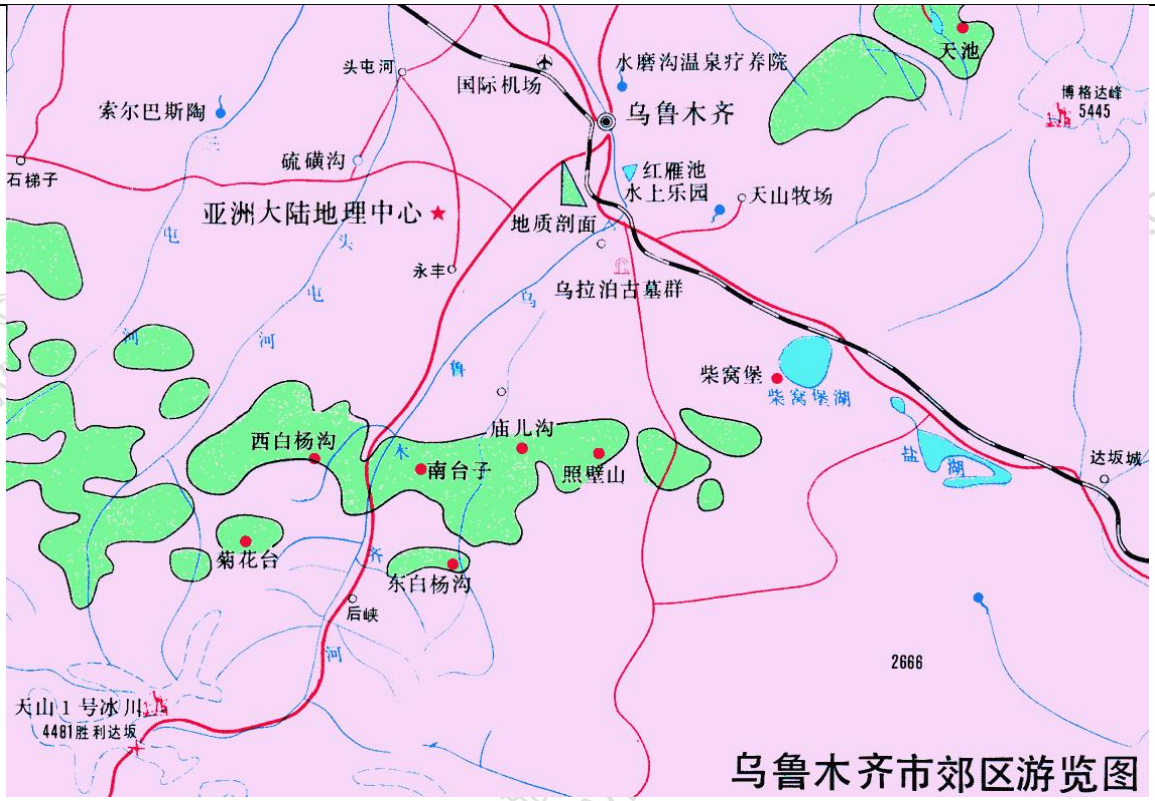
介绍：过节前，家家户户都把房舍打扫得干干净净，忙着精制节日糕点。节日清晨，穆斯林要沐浴馨香，严整衣冠，到清真寺去参加会礼。新疆的维吾尔族在古尔邦节时，无论是城市或农村的广场上都要举行盛大的麦西来甫歌舞集会。广场四周另有一番景象：色彩缤纷的伞棚、布棚、布账、夹板房内，铺设着各式各样的木桌、板车、地毯、毛毯、方巾，上面备有花式繁多的食品小吃。在新疆的哈萨克、柯尔克孜、塔吉克、乌孜别克等民族，节日期间还举行叼羊、赛马、摔跤等比赛活动。

开斋节：

阿拉伯语“ 尔德菲士尔 ”的意译。在新疆一带称“ 肉孜爱提 ”，所以又叫肉孜节，肉孜是波斯语

，意为斋戒，即减食的意思。
时间：伊斯兰教历9月底。
介绍：每逢封斋（斋戒）期间，穆斯林（回教徒）在日出之前都要吃好封斋饭。日出以后，至太阳西下，整个白天无论怎样饥渴，滴水不饮，粒米不沾，平日抽烟的人也要暂时戒烟。此外，还要求穆斯林们在斋月里克制一切私欲，断绝一切邪念，以示笃信真主安拉。小孩、老弱病人和孕妇可以不守斋。整个斋月的气氛是肃穆庄重的。到了晚上，当守斋结束时，情况就根本不同了，人们可以饮食、谈笑风生，熙熙攘攘、来来往往，左邻右舍可以团聚一桌。这样的生活连续一个月。

诺鲁孜节：
维吾尔族的传统节日，距今至少已有3千年的历史，内容与汉民族的春节相似。随着以牧转农、定居、城郭进程的发展，该节日增添了丰富的内容。
时间：每年的3月20日至22日
介绍：包括维吾尔族在内的突厥部落的先辈过着游牧生活，他们在晚冬初春把昼夜时差持平之日称之为“日生”、“年头”，并把此日开头的月称之为“羊羔月”。此时正值冰雪消融、草木返青、大地复苏、牲畜产仔的时节，这时牧民们一面兴高采烈欢度节日，一面清点安全越冬的牲畜，准备开始草原放牧。
特色事项：
第一，手抓饭原来不是用手抓着吃的，人家可是正正经经地用勺子吃的；
第二，“巴扎”在新疆是集市的意思，与西藏的“巴扎嘿”毫无关系；
第三，“馕”上面加些东西，竟然可以叫“馕披萨”，披萨都被本土化了；
第四，真的有停靠在八楼的2路汽车，这并不诡异，“八楼”是昆仑宾馆的代称，早年，这八层楼的宾馆是乌鲁木齐最高的建筑。
因为交通的关系，凡是进新疆的，第一站基本上都是乌鲁木齐。这座蓬勃生长的城市，现代和繁华丝毫不逊于内地。维族人虽然也穿着现代服饰，却无时无刻不装扮得隆重和华丽，天天像过节。只要在有歌舞表演的地方，维族和哈萨克族的跳舞女郎会瞬间将你“击倒”。
天生好舞的维族同胞只要音乐一起，哪怕正在吃饭，也会马上扔下筷子翩翩起舞—无论时代如何更迭，属于新疆的生活就这样延续下来。乌鲁木齐最富特色的娱乐项目是极具民族色彩的赛马、叼羊和姑娘追，在南山牧场就常有这些表演活动。
地图：



©旅人攻略 WWW.LVREN.CN

二、在乌鲁木齐最棒的四种体验

1、翻一次天山就能感受到“一天有四季”，上一趟帕米尔就能体验“围着火炉吃西瓜”。
2、饕餮美食。太多最好的瓜果会让你知道以前吃过的实在是不怎样。吃不完的民族特色美食，你会明白何谓真正的烤肉。
3、体验少数民族文化，了解伊斯兰宗教和民族禁忌，还有宗教和民族节日可以凑热闹。
4、看最壮观的落日圆和最美丽的星空，还有牧场的炊烟，哈萨克的天马和猎鹰。

三、交通

乌鲁木齐的交通很方便，航空、铁路、公路各线都很发达，外地旅行者通常选择飞机和火车，乌鲁木齐是新疆区内各地的交通枢纽，所以一般到新疆的旅行者都先到乌鲁木齐。

（一）航空

乌鲁木齐国际机场位于乌鲁木齐市郊西北地窝堡，距市区16公里。乌鲁木齐国际机场是我国西部重要的枢纽机场之一，承担着新疆境内十几个机场的中转任务，共开辟航线113条，其中国内航线99条，与北京、上海、广州、香港、伊斯兰堡、莫斯科塔什干、新西伯利亚、莫斯科、伊斯兰堡、阿拉木图、比什凯克等60个大中城市通航。

新的航站楼一层是进港区，二层是出港区，三层是休憩区，旅客可在此释放旅途疲惫。

乘汽车需半小时，从市区乘出租车的价格一般在30-40元之间，从机场到市区则需要额外支付5元出租车机场停车费，机场大巴没半个小时一班，票价统一为10元，每日第一架降落航班时间开始，就有机场大巴。从机场出发，经迎宾路，在木材厂拐弯到友好路，最后抵达红山公园。通往乌鲁木齐国际机场的城市公共交通车有51路和27路。

（二）铁路

乌鲁木齐有两大火车站，分别是火车南站和火车西站。

乌鲁木齐铁路局现已开行乌鲁木齐至北京、上海、郑州、西安、兰州、成都以及库尔勒至西安的旅客列车，并开行了乌鲁木齐至阿拉木图的国际列车。

乘公交2、8、10、16、20、36、44、50、52、58路车可直达火车站

乘公交903、906、909、915路车可到达火车南站

乌鲁木齐火车站问讯电话：0991－5813771

火车南站位于青峰路，是发往北疆各列车班次的始发站。乘公交2、8、10、16、20、36、44、50、52、58、903、906、909、915路车可直达火车南站。

火车西站是发往南疆及内地各列车班次的始发站。乘18路车可直达火车西站。

南站－西站：可以直接在南站坐火车抵达西站，费用2元；或者在南站乘坐909公交车直达；乘坐出租车约需40～50元。

外部交通：航空、铁路、公路

内部交通：公交车、出租车

（三）公路

新疆的公路交通网较为完整，由乌鲁木齐为中心辐射全自治区各地州市。旅客可在军供客运站、南郊客运站、明园客运站、北郊客运站、碾子沟长途汽车站搭乘长途汽车前往目的地，车型主要有普客、快客和卧铺之分。

其中明园客运站和北郊客运站的班车线路较少，明园客运站主要有通往克拉玛依、石油基地两条班线，北郊客运站有通往阜康、奇台、吉木萨尔三条班线；在碾子沟长途汽车站可买到全疆各地的长途汽车票。

北郊客运站位于乌鲁木齐市碾子沟，主要承担发往北疆各地长途客运班车。
南郊客运站位于乌鲁木齐市三屯碑燕尔窝路1号，属全疆大型现代化客车站之一。
以乌鲁木齐为起点的主干公路有：
乌鲁木齐—伊宁线(312国道)简称乌伊公路，此线由东向西横贯北疆，即沿天山北侧，途经昌吉、石河子、乌苏、精河、霍城、伊宁等市、县，全线696公里，汽车运行两天。
乌鲁木齐—喀什线(314国道)简称乌喀公路，此线向东南穿过天山后折西南沿塔里木盆地北缘，经过库尔勒、库车、阿克苏、阿图什等市、县，全线1474公里，汽车运行约三天。
乌鲁木齐—哈密线(312国道)即兰新公路西段，此线由西向东，经吐鲁番、鄯善等市县，全线596公里，汽车运行约两天。此线向东延伸，经星星峡进入甘肃，直达兰州。
公交车
乌鲁木齐的公共交通很方便，一般都是按里程计价，空调车较少，票价和普通车一样。
出租车
乌鲁木齐所有出租车的起步价一律为6元，3千米以后为1.3元/千米。

旅人提示：新疆地广人稀，去偏僻处旅游最好事先配备好汽车（可在当地租借）。

©旅人攻略 WWW.LVREN.CN

四、主要景点

（一）自治区博物馆

新疆维吾尔自治区博物馆位于阿勒泰路。该馆地处乌鲁木齐繁华街段，院内花木扶疏，环境优雅、珍贵、丰富和翔实的各种文物，其丰富的馆藏颇具吸引力，可作为在乌鲁木齐市内活动的必要项目之一。

其建筑外观造型具有维吾尔族和俄罗斯的混合建筑风格，馆内装饰亦富有民族特色。绿色圆穹形门厅高18米，门厅正面、内壁、穹顶遍饰纯白色石膏花饰。一层大厅陈列着著名的“宇宙标本”陨石——它是世界第三大铁陨石，重约30吨。

博物馆经常性展览有“新疆历史文物陈列”、“新疆民族民俗陈列”、“新疆千佛洞壁画”、“新疆出土文物陈列”、“新疆历代织品展览”、“新疆古尸展览”等均是博物馆最有号召力的参观项目之一。在这里，不仅能看到西域神秘而华美的历史，还能领略到民族的尊严与未来的遐想。

观光时间：博物馆全年开放，夏季公休日照常开放，春节期间闭馆，冬季公休日不开放，夏季平日9:30-19:00，节假日10:00-18:00，冬季10：30-18:00

门票：25元

交通：除乘坐出租车外，从火车站乘坐2路、52路到“友好路”下车，步行穿过友好市场即到；从

飞机场可乘坐51路公车直达。此外56路、906路、912路公共汽车均经过博物馆。
电话：0991-4811757

（二）陕西大寺

始建于清乾隆年间，1906年陕西渭河回民捐资重建，典型的中原宫殿式建筑，是乌鲁木齐最大的回族清真寺。天山区和平南路永和正巷，3、61、101、104路汽车南门站下车南侧小巷内。

（三）汗腾格里清真寺

伊斯兰风格,1882年始建，1902年重建、1987年改建。
陕西大寺对面南大寺
伊斯兰教新疆“哲赫仁耶”派首坊，1919年建。

（四）塔塔尔寺

(图片由网友@干脆面你怎么了提供)

塔塔尔族人捐资修建，1897年建，1919年重建。
延安路与解放南路交汇处。
乘1、16、101路汽车在延安路下。

（五）水磨沟风景区

(图片由网友@撒得穿越提供)

水磨沟距市区5公里，在1公里的山谷内有大量泉眼。以温泉出名，因清乾隆年间铸铁厂水磨修建于此而得名。温泉疗养院可以供游客放松身心。15元
4871308（温泉疗养院）4、34、104路公共汽车到水磨沟风景区。

（六）南山风景区

©旅人攻略 WWW.LVREN.CN

（图片由网友@我是来围观的 提供）

南山天然风景区位于北天山支脉喀拉乌成山北麓的山区，距乌鲁木齐市区60多公里，车行约2小时，是优良的天然牧场。

羊群、马队点缀在绿色的草原上，云杉茂密，山花遍地；山谷深处还有一处20米高的小瀑布，景色十分优美。到这里旅游使人最感兴趣的是在哈萨克牧民的毡房作客，主人请大家围坐着，中间放上白色餐布，摆着馕、油炸馓子、小油包、新鲜瓜果、各种干果、奶制品等。主人手提一把大铜壶，请客人洗手，吃过一些小食品后，便上主菜，有烤羊肉串、烤羊腿，有时有煮全羊，最有趣的是手抓饭。

骑上当地的骏马，扬鞭驰骋于宽阔的草原上，欣赏传统的“赛马”、“叼羊”、“姑娘追”等精彩的节目更是有趣。

票价：10元

旅人提示：如果想在这里过夜的话，一定要多带点衣服，晚上是很凉的。

（七）天山天池

(图片由网友@幽魂小钱 提供)

天池风景区距乌鲁木齐110公里，天池位于该风景区的中北部，传说这里曾是王母娘娘的沐浴池。天池海拔在1980米左右，长约3.4公里，最宽处为1.5公里，最深处达105米。湖水清澈碧透，周围云杉茂密，背后是白雪皑皑的博格达峰，湖光山色构成了天池迷人的高山景色。天池水很清、很凉、很纯、很透。真所谓“见神池浩渺，如天镜浮空”。这池水可以鉴物、鉴人、鉴心，让人不忍心把心中的污秽带到池边来，留下的只有纯净了。它的清凉、纯净带给人平静，正如这湖面偶热的涟漪终归会归于平静。
盛夏时分，天池附近却很凉爽，是避暑佳地；到冬季，这里又是良好的高山滑冰场。游天池可从乌鲁木齐乘汽车前往，上山时山路蜿蜒曲折，伴随一条奔腾的溪流，这是来自天池的水，清澈的溪水冲击岩石时激起雪白的浪花，使人感到一股清新气息。也可在人民公园、红山宾馆门口有班车直达，2小时可到。可以骑马上山，费用为20元/小时。
门票：45元。

（八）定海神针

是天池边的一棵百年古榆树。相传当年王母娘娘在瑶池之滨举行蟠桃盛会，
各路神仙应邀赴宴，唯独天池水怪未被邀请，水怪于是兴风作浪，顿时乌云翻滚，狂风大作，巨浪滔天。王母盛怒，拔下头上碧簪投入池中镇住了水怪。后来，这根碧簪变成了大榆树，千百年枝繁叶茂，挺立在天池北岸。这里海拔1915米，不宜生长榆树，因此独此一棵，而且从来未被天

池湖水淹没过，令人啧啧称奇。
门票：90元（11月1日～次年3约31日执行40元价格）；天池索道与区间车票价35元；单程票价为20元，一次性购票，全天有效。天池游船20元。
交通：乌鲁木齐市人民公园、红山宾馆门口有班车直达，2小时可到。或从乌鲁木齐走高速公路去天池，约一个半小时到达。到了天池周围可以骑马上山，费用为20元/小时。
住宿：天池一带有许多宾馆、招待所以及度假村，价格从几十元到两百元不等。
旅人提示：去天池要带防寒衣物，山上气温比山下低得多。

（九）博格达山

博格达山三峰并立，拔地而起，终年冰雪皑皑，世称“雪海”，有天山明珠之称。
登博格达峰，难度极大。从博格达山北坡的峡谷攀援而上，既能看到山青水秀的牧场，也可以探寻雪厚冰坚的世界。博格达峰的冰川积雪，终年白亮光芒闪耀，与谷中天池绿水交相辉映，成风光独特的避暑胜地。
博格达山千峰竞秀，万壑流芳，景色迷人。这里有遮天蔽日的原始森林和风光如画的山甸草原。积雪附近雪鸡栖居，时有雪豹出没。密林深处马鹿呦鸣，狍鹿、棕熊、猞猁、岩羊隐现。草地上山花烂漫，五彩缤纷，贝母、当参、紫草、黄芪、柴胡等野生中草药材丛生。山中蕴藏煤炭、菱铁、云母矿物数十种。
每到盛夏季节，冰雪融水滔滔而下，汇成30多条河流，浇灌山麓绿洲沃野。

（十）白杨沟风景区

南山牧场很大，按照自西向东的顺序，依次分为西白杨沟、菊花台、东白杨沟、照壁山、庙尔沟和大西沟。南山西白杨沟距市区80公里，属北天山的喀拉乌成山北麓，地处中山与低山过渡带，海拔2252米，是南山牧场最典型的风景区。
境内群山峻峭，牛羊成群，沟谷尽头有一天然绝壁，一条落差40余米、宽约2米的飞瀑急泻而下，跌落处水雾轻扬，彩虹悬浮。云杉丛中有哈萨克牧民的毡房，游人可到牧民家作客，喝奶茶，吃手抓羊肉；之后可以租马在草原上游览，如果巧的话，还能观赏到赛马、叼羊以及“姑娘追”。游客如欲一览草原夜色，可在此留宿。草坡上有南山风景管理处开办的毡房招待所，坡下有餐厅，可满足游人食宿需要。山间夜凉，游人须加备御寒衣衫。另外，最好自备手电筒以利外出照明。
交通：市内人民公园正门口每天有班车开往白杨沟，当日可来回。最好在早上八点半以前到乘班车的地点，否则班车一开走，就得花很多钱包车了。
门票：20元；南山牧场骑马每小时20元，可骑半小时10元，记得要提前谈好价钱。

（十一）菊花台

(图片由网友@十里河的春天 提供)

位于乌鲁木齐市西南约50公里处的干沟乡，平均海拔2200米，与南山西白杨沟相邻。
这是一片长约6公里、宽约500米的中山带森林草甸，每年的4月至10月间，这块草甸上开满了野菊花，芳香袭人。
这里的密林间经常会有马鹿出没，雨过天晴之后，树下会钻出大片蘑菇任你采摘。喜欢摄影的朋友可趁晨昏之际在这里找到灵感，拍出最美的作品。
住宿：山下有数家度假村，但在旅游旺季最好提前订房。
票价：10元

（十二）一号冰川

©旅人攻略 WWW.LVREN.CN

(图片由网友@撒得穿越提供)

一号冰川是乌鲁木齐河的源头，位于市区西南125公里处的天格尔山中，海拔3860多米，长约2.2公里，平均宽500米，面积1.8平方公里，其周围分布着150多条大小不一的现代冰川。
介绍：由于现代冰川类集中，冰川地貌和沉积物非常典型，古冰川遗迹保存完整清晰，所以一号冰川有“冰川活化石”之誉，成为我国观测研究现代冰川和古冰川遗迹的最佳地点。
乘车沿216国道南行，便可到达一号冰川近侧，这里有淡蓝而晶莹的冰川银瀑，在冰舌前，科研工作者凿成的80余米长的大冰洞，如童话中白雪公主的银殿。四周山崖上有旱獭出没，运气好还能看到雪莲。往返途中，可饱览天山垂直景观带的独特风光。
票价：15元

（十三）亚欧大陆地理中心

这个中心是在1992年由中科院新疆分院的几位学者测定的，它进一步明确了乌鲁木齐是世界上离海洋最远的城市。
位于东经87°19′52″、北纬43°40′37″的地点，地处乌鲁木齐市西南部30公里的永丰乡包家槽子村。家槽子村只有30余户人家，从这里四下望去，东有博格达山，南有天山，西有头屯河，北面是准噶尔盆地，那种立于“亚心”的感觉十分豪迈。
票价：30元

（十四）赛里木湖风景区

赛里木湖风景区，是以塞里木湖为中心，包括湖周风光旖旎的山地森林和湖滨草原，组成一个湖泊型风景名胜区。
湖泊东西长20公里，南北宽30公里，面积454平方公里，最大水深86米，湖略呈卵圆形，湖南海拔2073米，蓄水量210亿平方米。
赛里木湖碧波涟涟，幽深缥渺，湖面黄鸭群集，水鸟啾鸣，天鹅掠水，鱼翔浅底，充满盎然生机，四周漫山遍野层层叠叠的松柏苍翠墨绿，湖滨碧草繁花，毡房星点，马嘶羊咩，风景如诗如画。
湖周有乌孙墓、岩画、石刻分布。湖滨是优良的夏季牧场，每年7月底、8月初，当地的蒙古族和哈萨克族牧民，要在这里举行规模浩大的那达慕盛会。
票价：40元

（十五）巴音布鲁克草原

(图片由网友@[illegible]提供)

巴音布鲁克草原，蒙古语意为“泉源丰富”，位于中天山南麓，海拔约2500米，面积22000平方公里，是我国第二大草原，仅次于内蒙古额尔多斯草原。
这里地势平坦，水草丰盛，是典型的禾草草甸草原，也是天山南麓最肥美的夏牧场。每当盛夏来临，巴音布鲁克草原层峦叠翠，绿野无限，湖沼广布，牛羊遍野，一片兴旺景象。
著名的天鹅湖就坐落在草原东南部。境内有旅游避暑胜地巩乃斯林区，区内林木葱郁，繁花似景，溪流潺潺，怪石青苔遍布，景色极为优美。
巴音布鲁克草原居住着蒙、汉、藏、哈等9个民族，民族风情灿烂多彩。蒙古族牧民每年举行的“那达慕”盛会尤为精彩。
票价：20元

（十六）达坂城

(图片由网友@干脆面你怎么了 提供)

达坂城古镇据《西州图经》“白水涧道，右道出闪河县界，至西北向处月以西诸蕃，足水草，通车马”。故称此道为白水涧，此城为白水镇。一座唐代西域风格的古镇在乌鲁木齐达坂城旅游景区建成开业。
它建于一大块铁黑色岩石上。城墙取当地碎石，夹沙土夯筑而成。随山岩而走，步测其外围周长近300米，夯层厚10---25厘米，保存最好的地段，墙还高5米以上。此城依山势扼丝绸之路著名的白水涧道峡谷而建。具有“一夫当关，万夫莫开”之险。自古就是屯驻守之处。约建于1600年前。“达坂城古城"景区占地面积７５０亩，内有达坂城古城遗址，王洛宾艺术馆，奇石馆，文史馆，车马店。在这里美丽的达坂城姑娘就在眼前，她生活的小镇就是这里，匠人叮当繁忙，马驴的嘶鸣，商贩吆喝，那诱人的烤肉，飘香的酸奶……丝绸古道上小镇就是这样繁荣，正如岑参诗中所曰：“无数铃声遥过碛，应驮白练到安西”。分城内与城外两个区。城内设有体现西域风情

的民俗陈列馆、茶肆、马厩、民族手工艺作坊和展现民间艺术瑰宝的王洛宾艺术馆。

（十七）五彩湾

(图片由网友@幽魂小钱 提供)

在新疆维吾尔自治区昌吉回族自治州吉木萨尔县北130公里处的一片戈壁荒漠中有一个五彩缤纷的世界，那就是以怪异、神秘、壮美而著称的五彩湾。五彩湾在远古时代是烟波浩渺的湖泊，山壁的层状沉积大约形成于4亿年前，经过长期的风化剥蚀以及雨水冲刷，形成现今奇特的雅丹地貌。登高远望，整个五彩湾就像是一幅色彩纷呈的现代派绘画，表现出红、黄、灰、青、黑、白等多种色彩构成的五彩峰丘，形成了造型各异、色彩斑斓的地貌奇观。

五、推荐线路

自驾游线路

新疆是一个旅行者的天堂，如果想游玩新疆，又没有足够的时间和路费，游玩新疆就只能是个梦想。推荐几条旅游新疆比较全面的路线吧：

东线：瓜果飘香，人文荟萃：乌鲁木齐—吐鲁番—鄯善—哈蜜—吐鲁番

北线：最美的湖：乌鲁木齐—克拉玛依—阿勒泰

西线：无限风景和神秘的地方。乌鲁木齐—昌吉—石河子—博乐—伊梨

南线：世界上最美的地方。乌鲁木齐—库尔勒—库车—阿克苏—阿图什—喀什—塔什库尔干—和田

包车可按日游

（一）三日游

D1乌鲁木齐市内游览二道桥、清真寺、逛大巴扎，吃特色小吃。

D2乌鲁木齐——达坂城——柴窝铺湖——盐湖——吐鲁番（高昌故城、火焰山、葡萄沟、坎儿井）——乌鲁木齐

D3乌鲁木齐——天山天池（观博格达峰）

（二）乌鲁木齐精华景点五日游

D1：乌鲁木齐市内游览二道桥、清真寺、逛大巴扎，吃特色小吃。

D2：天池风景区→西王母祖庙→东小天池(飞龙在天)→定海神针→西小天池

D3：南山风景区→西白杨沟→水西沟滑雪场

D4： 五彩湾→五彩城→奇台魔鬼城

线路指导：游览整个五彩湾景区，可先乘车至吉木萨尔县或昌吉，再包车前往。租一辆吉普车一天的费用大致需500～800元，可坐4人。如果在各个景点逗留的时间较长，则需支付额外的费用，最好事先与司机沟通好。

线路指导：这一天游览乌鲁木齐市区的主要景点，包括红山公园、区博物馆等。下午去逛乌鲁木齐的百年老街－二道桥，以及国际大巴扎，顺带品尝新疆的风味美食和新鲜瓜果。

D5：柴窝堡湖→达坂城

六、购物

乌鲁木齐购物还是在国际大巴扎吧，那里的四号楼各楼层专买一类东西，客流少，是发挥谈判能力的好地方，英吉沙小刀小的大概是15一把。

民街

“ 一街走遍新疆，一日畅游古今 ”。新疆民街内有“ 神秘新疆 ”微缩景观、新疆大学民街民俗博物馆、民族茶艺吧、西域三十六国风情园、民族手工艺巴扎、昨天今天话新疆、新疆生态博物馆、大漠奇石厅、珠宝玉石厅、方特旅游科技园、旅游商品超市、美食苑。是新疆风情旅游第一站。

(图片由网友@懒得穿鞋 提供)

新疆民街是新疆旅游的活地图、活向导、活名片。

中山路

乌鲁木齐市中山路是位于新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市的商业街,是一条现代化商业街。

国际大巴扎

大巴扎，乍听这个名字不知道是什么意思，到乌鲁木齐才知道，是集市贸易市场，就象内地的赶场、赶集。好比贵阳市西路的自由市场，拉萨的八廓街，丽江的四方街。这些称谓也有些区别，赶场、赶集是流动的集市，有一定的时日，不是天天都赶，大巴扎是永久性的固定市场，乌鲁木齐的大巴扎就更现代化了。

具有浓郁伊斯兰建筑风格的新疆国际大巴扎建于2003年，其占地面积39888平方米，是目前国内规模最大、设施最先进的巴扎，比世界最著名的土耳其大巴扎还要大9000多平方米，堪称世界第一大巴扎。它集伊斯兰文化、建筑、民族商贸、特色美食和新疆歌舞于一体，是新疆旅游业产品的汇集地和展示中心。

电话: 0991-8829999

地址： 天山区解放南路8号国际大巴扎4号楼4-5楼

网址： http://www.gjdbz.com/
营业时间：09:00 — 21:00

特色商业街：二道桥

二道桥形成于19世纪末20世纪初，这里商贩的吆喝声已经持续了一个世纪。据《乌鲁木齐掌故》一书介绍，当年在东与南门巷交叉、西和天池路相会的十字路口有一座木质的桥梁，这座木桥就是二道桥。之所以称为二道桥，是因为当年在南梢门子外还有一座木质桥，大小与二道桥相仿，叫头道桥，这里就成了二道桥。二道桥是清朝时期沙皇俄国在乌鲁木齐划定的“贸易圈子”，因新疆处在中西经贸交流的要道上，在此发展商贸拥有地利之便。二道桥从此成为南北疆少数民族及西亚、中亚地区的物流交换中心。新中国成立后，在自然形成的二道桥农贸市场的基础上，陆续兴建了民族商场、团结剧场等，成为远近闻名的少数民族商贸区。一般游客来到乌鲁木齐，都会到二道桥逛逛，一来领略新疆的民族风情，二来品尝这里的风味小吃，三来选购一些特产。乌鲁木齐市二道桥其实不大，从南门汗腾格里清真寺到团结路口，全长1200多米。

这里有维吾尔族商人开设的店铺、餐馆和清真寺，在街道的两侧还有各种民族特产出售，主要有维吾尔族花帽、手工刺绣、金银首饰、玉雕制品、地毯、木雕、羊角鞭、锡伯族烟袋、皮靴、艾得里斯绸、英吉沙小刀、和田地毯等，都是手工制作的。

土特产有鹿茸、阿胶、鹿血酒、伊犁特曲、葡萄酒等。特别值得推荐的还有奥斯曼草汁，这种草汁有使眉毛变黑的功效，是天然的美容品。维吾尔族的女孩子从小就用它画眉，因而维族姑娘的眉毛都是又黑又浓的。

从二道桥附近的沙丘上放眼望去，密密的胡杨树向东沿着河道铺排开去。胡杨树是额济纳绿洲的主体，成年的胡杨树满是裂纹，枝干遒劲曲折，让人想到沙漠的冷酷和生命的不屈。

胡杨最美的时间是下午4-6点，从二道桥的胡杨人家进去大概5-6公里，就是张艺谋拍摄《英雄》的外景地，值得一去。解放后，二道桥温泉几经改建，新修藏式庭园建筑一幢，镂拱飞檐，刻花门窗，琉璃瓦屋面，亭阁围廊，彩绘生辉，古朴典雅。集浴池、餐厅、茶座、客房雅间、小卖部为一体，极富民族特色。二道桥温泉常年水温在37度左右，水中富含各种人体必需的矿物质和微量元素，泉水自地下涌出，池水清澈见底，部分泉水涌出如同沸水，是名不虚传的度假休闲、强身疗疾的旅游胜地。因进出康藏地区的不便，康定二道桥温泉成了最适时的温泉。经过长途的颠簸后，满面灰尘、蓬头垢面的你跳进温泉，那个爽，真是不能言表。从温泉里出来时很有种重新做人的感觉。

其他购物场所：

- 新疆美居物流园
- 乌鲁木齐华陵市场
- 乌鲁木齐国际商贸城
- 乌鲁木齐边贸市场

乌鲁木齐特产：

热瓦普

热瓦普是维吾尔、乌孜别克、塔吉克等民族常用的弹拨乐器。南疆的热瓦甫琴身较小，指板上缠丝弦为品，可以调换和移动品位，音色铿锵；北疆的热瓦甫以铜或兽骨为品，通常使用五弦，音色柔和清脆。南疆喀什一带热瓦甫的琴身、琴杆和琴头上部常以兽骨镶嵌出美丽而丰富的民族图案，既是一种独奏乐器，又是非常精致的工艺品，很受旅游者的欢迎。

瓜果

苹果、葡萄、梨、桃，另外还产哈密瓜、无花果、核桃、巴旦杏、阿月浑子、酸梅、杏、枣等等。经过世世代代各族人民努力，精心培育了许多优良瓜果品种，其中一些特产堪称稀世珍品。正如新疆流行的一首民谣所说：“吐鲁番的葡萄哈密的瓜，库尔勒的香梨人人夸，叶城的石榴顶呱呱。”各类果树品种共有九百多种，这使新疆成为水果的天然博览馆。

小贴士：买葡萄干的时候可以一直试吃，直到你付完钱走人。这项技能同样适用于买瓜子干果之类的东西。

艾德莱斯绸

英吉沙小刀

新疆地毯

玉雕制品

©旅人攻略 WWW.LVREN.CN

七、住宿

乌鲁木齐白桦林国际青年旅舍
名气最大，新疆第一家国际青年旅舍，是一栋三层框架独立楼房，交通十分便利。旅舍有自助洗衣房、厨房、公用卫生间、宽带上网等便利的生活设施，可以提供各种交通及旅行信息。
地址：乌鲁木齐新建的南湖市政广场。
电话：0991-4881428 13809943984 。
http://www.yhaxinjiang.com/。

新疆麦田国际青年旅舍
地址：乌鲁木齐市友好南路726号（市中心红山友好百盛商场旁），
电话：0991-4591488。
http://www.xjmaitian.com/。

红山宾馆
地址：位于市中心西大桥。从火车站或长途汽车站坐902路公共汽车；从机场可坐班车到红山站下，再坐一站7路车到西大桥站。
标准间90元/间，每天早上送免费早餐。据说许多零散旅客都选择红山宾馆，不过很多旅行社导游在这里等客，要作好心理准备。

新疆白桦林国际青年旅社
是新疆第一家国际青年旅社；之所以推荐这家旅社，是因为交通方便，而且价格便宜的同时，设施齐全。
地址：位于乌鲁木齐新建的南湖市政广场
预定：0991—4881428
价格：约50元/人

扬子江宾馆
这家宾馆在碾子沟附近是较经济实惠的宾馆之一，离五一夜市很近（步行5分钟），旁边就是邮局，邮寄、交通都很便利。
地址：乌鲁木齐黑龙江路320号
电话：0991-7999410/7999450
价格：60元/普间

区气象招待所

标准间120元/间 淡季可以有优惠
地址：建国路46号
电话：0991-2642042

市粮贸宾馆
普通双人间60元/床，三人间25元/床
地址：红山路10号
电话：0991-2840174

新疆环保接待中心
标准间每位38元
地址：北京南路38号（乌市火车站乘2路车科学院下车即到）
电话：0991-3847440

准噶尔大厦
北京南路5号
电话：0991-4813982、4813631
价格：50-70元/间
旅人提示：
乌鲁木齐机场内有一家“ 青年公寓 ”（民航新疆管理局机关招待所，电话：0991-3804195、0991-3803014 该公寓有车免费在机场候机大厅接送）提供住宿，标间140元，普间60元，30元/床。环境一般但离机场很近，出机场候机大厅，可看到对面的白楼，走路5分钟路程。这是机场附近相对便宜的一家。注意：即便零点以后入住也没有半价的折扣，
如果是白天抵达的乌鲁木齐机场，可以在出口处（右侧）领取免费的乌鲁木齐地图。
乌鲁木齐地窝堡机场问询处，电话：0991-2641826

©旅人攻略 WWW.LVREN.CN

八、餐饮

乌鲁木齐市的饮食很丰富，川菜、粤菜等菜系随处可见，同时具有浓厚民族特色的菜肴和风味小吃也都荟萃于此。维吾尔族式的、蒙古族式的、回族清真式的，让每一个来乌鲁木齐的人垂涎欲滴。提起新疆烤羊肉串，神州大地上无人不知，而新疆饮食文化中的佳品烤全羊、馕坑烤肉、馕、抓饭等，在乌鲁木齐能让你品尝到正宗的滋味。
新疆瓜果深受旅游者青睐，全疆各地的水果都集于乌鲁木齐市，为新疆美食增添丝丝甜意。另外，来到这里一定要尝尝本地产的酸奶子，这是一种发酵的乳制品，很新鲜，在很多风味餐厅都能买到。

特色美食介绍：

（图片由网友@十里河的春天 提供）

馕：
新疆维吾尔自治区同胞日常主要食品，它是一种烤制而成的面饼，近似烧饼，或脆或软，味香适口。馕多以麦面为原料，也有用玉米面，辅之以芝麻、洋葱、鸡蛋、清油、酥油、牛奶、盐、糖等佐料烤制而成，还有一种在面粉中加入鲜羊肉辅之以配料制成的肉馕。大多呈圆形，种类颇多，形态、大小风味不一。

（图片由网友 @幽魂小铁 提供）

抓饭：

维吾尔语称“ 波劳 ”。是新疆维吾尔、乌孜别克等民族人民喜爱的一种饭食，多净手掇食，故汉语称之为“ 抓饭 ”油亮生辉，香气四溢，味道可口。 手抓饭是维吾尔民族逢年过节、婚嫁喜庆日子里，招待亲朋贵客的主要食品之一。甜抓饭多为素抓饭，主要原料为米、鸡蛋、黄萝卜、葡萄干、杏脯、花生仁和清油等。咸抓饭多为肉抓饭，主要原料为煮熟的米饭拌上牛羊肉丁、黄萝卜和洋葱等及调料熬制的肉汤，裹上羊油的米饭金黄澄亮。

旅人提示：现在餐厅里都有了筷子和勺，所以就不用亲自抓了。

©旅人攻略 WWW.LVREN.CN

（图片由网友 十里河的春天 提供）

烤包子、薄皮包子：

烤包子（“沙木萨”）及薄皮包子（“皮特尔曼吐”）是维族人喜爱的食品。烤包子主要是在馕坑中烤制。包子皮用死面擀薄，四边折合成方形。包入羊肉丁、洋葱、孜然粉、等原料做成的馅，馕坑中烤熟。薄皮包子即蒸包子，包子皮擀得很薄，熟时几乎透过包子皮可以看到里面的馅，吃起来好像包子皮都溶化到嫩肉油香中了。

米肠子和面肺子：

用羊下水做的一道名馔。做法是将羊肺子和羊大肠洗净，将和好的面用水洗出面筋，呈糊状加油和盐，灌入面肺内，然后扎紧气管，放入水中煮两小时左右即成。米肠子是用切碎的羊肝、羊心、羊肠油、加胡椒粉、孜然粉、精盐拌入大米，用水煮，待半小时，在肠中扎眼使之漏气，煮一小时即熟。

油塔子：

形状似塔，是维吾尔人喜爱的面油食品。其原料主要是面粉、炼好的羊油、清油、精盐、花椒粉及纯碱等。先用水和面，并揉成软面，发上一个小时后加碱水揉好即可擀薄拉开，抹了羊油、精盐和花椒粉，边擀边抹边卷，然后拧成一个塔状，摆在笼里蒸上半小时即成。

烤全羊：

维吾尔语“吐努尔喀瓦甫”，正宗的烤全羊是新疆的一道大菜。选用肥嫩的羯羊或是周岁左右的

羊羔，用白面、鸡蛋、盐、胡椒、孜然等作料调制成糊涂抹在去掉蹄子和内脏的羊身上。然后用带钉子的木棍穿过羊身架在特制的囊坑中烘烤，不断转动木棍使羊肉均匀受热，烤制过程1个多小时。作为新疆最著名的大菜，烤全羊原本只有在重要宴席或是聚会的时候才能品尝，不过您可以在各个巴扎上看到一些卖烤全羊的小摊。20—30多元1公斤，不妨试试，味道虽然没有大饭店的精美，不过倒是多了点乡土气息。

拌面：

到了新疆还是要去尝试吃新疆的拌面，拌面主要是羊肉的，也有素的，还有就是鸡蛋的。拉条子特制的面粉，按照新疆朋友的话，内地人吃的面把面粉里的精华都丢掉了，所以内地的面软而无味，而新疆的面口感就有天壤之别了。揉抻完毕的面被拉成长条煮熟，和洋葱、土豆等蔬菜加上羊肉一起烹炒，油亮亮金黄色的拉条子在所有内地大城市都有人在卖，但是没有几家店可以和新疆随便一家小铺的相比。

羊肉包子：

精选肥嫩羊肉和切碎的洋葱加入调料做成的新疆羊肉包子。皮薄的用蒸锅蒸熟，长形皮厚的放在馕坑里烤熟，香极了。

大盘鸡：

乌鲁木齐血站的大盘鸡出名，您也可以点一个“小盘鸡”（大盘鸡实在不是您一两个人所能够搞定的，只好不如来了个小份的，名曰“小盘鸡”）这里的大盘鸡果然名不虚传，看看那红彤彤滋润的起色，就让人有胃口。鸡块入味，土豆粉软，面条筋斗，好！

（2）主要美食聚集地：

人民电影院美食圈：

这个美食圈以电影院前面的转盘为中心，向外发散共有民主路、文艺路、红旗路、建设路，它们分别与新华北路、北门解放北路、中山路、光明路相接，在这个美食圈里，条条马路都是美食街。

二道桥美食圈：

以山西巷解放南路和龙泉街交叉的十字街为中心，向外分别连接人民路、新华南路、和平南路、团结西路，在这个圈里还有领馆路、步行街、天池路也是美食街。在这个圈里，有乌鲁木齐三家最大的美食城：大巴扎宴艺厅、二道桥美食大剧院、民街美食府。这个圈向外延伸到胜利路、延安路、团结东路也是民族美食街。这个美食圈及延伸部分是乌鲁木齐民族餐饮，特别是宴会厅最多、最集中的地方。

五一市场美食圈：

这个美食圈因为紧邻火车站，也可以叫火车站美食圈。这个美食圈以五一路和长江路交叉的十字

路口（伊犁大酒店）为中心，向周边连接钱塘江路、黄河路、黑龙江路、过境公路，在这个圈里过境公路尚未形成美食街，其余三条和它里面的奇台路、经一路、经二路等都是美食街，向外延伸的仓房沟北路、和田一、二街也是美食街。

红山美食圈：

它以红山转盘为中心，是扬子江路、友好南路、西北路的交汇处。它的范围由西虹西路、宝山路、黑龙江路以南、公园北街这个范围组成。

幸福路美食圈：

这是乌鲁木齐老牌的美食圈了，体育馆路与幸福路平行，有两条平行的小街道把它们连接起来，这四条街道，美食云集。

南湖美食圈：

这个美食圈以劳动街十字路口为中心，向南到红山路与新民路交叉的十字路口；西虹东路在此左右延伸；沿南湖路向北延伸，它又和克拉玛依东路相连，这条路又左右延伸。在这个美食圈里，伴随着华凌商业圈和新搬迁的市政府的建立，成了一个在短短几年迅速崛起的美食新圈。

米东美食圈：它就是新成立的米东新区拥有的美食圈，这个美食圈主要是以回民风味为主。

旅人提示：

乌鲁木齐有很多穆斯林，他们不吃猪、狗、驴、骡肉，所以请不要将有关食物带入穆斯林家庭或餐馆，也不要谈论这些食物。另外，塔吉克人还不吃马肉、不饮马奶，请大家尊重当地的饮食习惯。

餐馆推荐：

五月花（清真）

推荐理由：就清真餐馆来说，环境是顶级的。店内装饰非常奢华，充满异域色彩，席间还有民族歌舞表演。饭菜的口味因人而异。新疆本地人评价很一般，而外地去的朋友却非常喜欢，觉得样样都好吃。

地址：乌鲁木齐市和田街37号（近老五一市场）

电话：0991-8955555

人均消费：23元

特色菜：手抓饭、酸奶、石榴汁、野鸽子汤、烤羊腰

血站大盘鸡

推荐理由：生意爆好，一进门就可以闻到火辣辣的拉油的味道，大盘鸡好辣哦，里面都是干鞭辣椒，建议吃的时候再叫一份拉皮（或者皮带面）拌在里面吃。

地址：乌鲁木齐市血站

人均：30元

特色菜：大盘肚、 大盘鸡：鸡鲜嫩爽滑绝不腻口，带着淡淡的啤酒香，又有着够劲的辣椒香，土

豆外皮焦脆，中芯入唇即化，绵而甜润，汤汁更是鲜美难抵。香气绕梁三日不绝，直入五脏六腑，然后顺着全身各个毛细血管从头到脚做着环游运动。

新疆第一盘（新疆风味）
推荐理由：超大盘子，超大量，超大滋味。朋友小聚，喝啤酒，聊天的好地方。
地址：乌鲁木齐市南湖路（武警支队医院对面）
人均：20元
特色菜：大盘鸡

顿快餐店（延安路店）
推荐理由:非常有新疆特色的餐厅。菜做得很正宗，味道都不错。环境蛮好，管理有序，本地人和外地人都喜欢去。
地址：延安路（丝绸之路宾馆斜对面）
电话：0991-2557353
人均：62元
特色菜：酸奶、烤肉、拌面、手抓饭

17号抓饭王（和田街总店）
推荐理由：17号的烤肉味道很好，抓饭上的羊腿份量十足，味道很正宗。
地址：沙依巴克区西北路红山市场
人均：14元
特色菜：椒麻鸡、呛莲白

参考价格（平均水平）：
鲜榨的石榴汁大巴扎5元一杯，餐厅大约10元一杯。
大盘鸡30-50元，分量很大。
羊排：3元/串，烤肉1-2元/串
酸奶：2元/碗
馕：1元／个。

1、17号抓饭王

关于17号抓饭王有一点要说的，网站上说的是特色菜：椒麻鸡、呛莲白。这次去新疆来到了17号抓饭王（和田街总店）点菜时候才发现只有抓饭和烤肉，其他的都没有。希望斑竹能够进行修改。

九、行前准备、预算

1、 行李

乌鲁木齐市是亚欧大陆腹地。它东望博格达冰峰，南靠喀拉乌成山地，有银装素裹的冰晶雪原风光，海拔800-3500米，是云杉，冷杉原始森林的“ 海洋 ”，森林上下缘，是绿草如茵的草场。每年5月至10月是乌鲁木齐旅游的黄金季节，因为这段时间花木争艳，瓜果溢香。

乌鲁木齐是世界上离海洋最远的城市，属中温带大陆性干旱气候，最热的7、8月平均气温为25.7℃，最冷的是1月份，平均气温为零下15.2℃。天山在冬天可以滑雪。所以一年四季都可以到乌鲁木齐旅游。不过常规的旅游季节是每年的5—10月，其中最好的季节是9月，温度舒适，美丽的秋天来了。

由于乌鲁木齐昼夜温差较大，所以即使在最热的月份去，也要准备一件毛衣或夹衣带着。5、6、9、10月则应带上毛衣、外套或风衣等。4月以前和11月以后前往，则必须穿厚呢大衣或羽绒服等御寒服装。

乌鲁木齐降水较南北疆的沙漠地带算是多的了，气温也算正常，不过对于从南方来的游客可能不容易适应。夏季最热的温度是40℃左右，昼夜温差在10℃以上，所以绝对没有一般城市的闷热难耐的感觉。夏、秋季出行，防晒和避暑品必备。

机票预订

北京至乌鲁木齐的机票通常都有3至4折的便宜价格，提前10至15天可以去各大订票网站淘，也可以找旅行社或者代票点预定即可。

2、 费用

乌鲁木齐是新疆重要的旅游集散，市内新疆国际大巴扎、二道桥民街是全市民族风情最集中、最浓郁的地方；周边有距远古神话中的“ 瑶池 ”——天池，终年负雪的博格达峰、风光秀丽的南山牧场、被誉为“ 冰川活化石 ”的一号冰川、被称为“ 中国死海 ”的盐湖等全国知名景点，根据个人停留时间和选择游览项目不同，所付费用差别较大。如停留5-7天大致需要3000元，若在10-15天左右应在6000元左右。（以上均不含往返路费）

十、旅人提醒

衣：
新疆早晚温差较大，达到10至15度左右，另外有些情况，如天池过夜、游南山牧场、登一号冰川、游喀纳斯湖、去巴音布鲁克草原等须带外衣和毛衣等衣物。
食：
新疆是水果之乡，到新疆吃水果是一大乐事，但千万不要在吃完水果后再喝热茶，以免造成腹泻。
行：
因新疆地域辽阔，坐车时间较长，很多情况，须旅游者下车行走或亲自体验骑马、骑骆驼的乐趣。所以，一双合适的鞋显得尤为重要。
住：
新疆属典型的大陆干旱性气候，早晚温差大，晚上睡觉时应将空调开到适度，不要过凉，或睡觉时不盖棉被，造成身体不适。
特提醒最好不要戴隐形眼镜，冲洗等都不大方便。
医：
新疆很多地区海拔较高，紫外线照射强烈。旅游者应准备清热、解渴、滋润的药物或冲剂，如夏桑菊冲剂、十滴水等，以免一时难以承受过于干燥和酷热的气候。在新疆旅游，可能会出现水土不服症状，旅游者应携带有关药物及一些常备治病药物，如创可贴、感冒药或治疗肠胃不适药物等。

习惯：
1、在新疆，人们在市场上购物一般习惯用“公制”，比如在秤量物品重量时用“公斤”。
2、信仰伊斯兰教的民族不吃猪肉，这是他们在生活中最大的禁忌，绝对不可冒犯！切莫谈论涉及猪的所有话题，谨慎起见最好狗肉都不要提起，切忌切忌！！！很多饭馆内禁止吸烟和饮酒，所以尽量避免。
3、在新疆旅游，一定要咨询在新疆旅行社工作的专业人士，千万不可自行前往或自己租车旅游，因为新疆旅游不可预测因素太多。
4、乌鲁木齐时间与北京时间有2小时的时差，到了那边一定要注意这个问题，人们一般在上午10点才上班，下午2点左右吃午饭，晚饭则一般是到八九点钟才开始，那时天还没黑呢。
5、在任何场合下都不要提及有关少数民族的政治问题！！！
6、砍价时、逃票时注意民族团结，不要说出伤及民族情感或蔑视性话语；
7、游览时(如进寺庙、清真寺)，请谨记有关旅游注意事项，入乡随俗；一般寺庙、清真寺严禁拍摄，偷拍后果十分严重！有些地方注明付款后才可拍摄，如有需要，请按当地规定执行；拍摄人物时，尤其是僧侣、妇女，取景前一定要经对方允许，以免不必要的麻烦；

8、不要取笑、围观、随意指指点点和尾随拍摄异族女子的言行及服饰等；
9、刀具等物品禁止随身携带之飞机和火车上，请购买时考虑托运。
10、避免露富，不要当众数钱和显摆贵重物品；赠送小孩子小礼物时避免给钱财；远离酒鬼。

结束语：

乌鲁木齐是座集自然宠爱、生命、风情于一体的异域神圣之城。
梳理这个城市，梳理这里的风土与民情。但每每梳理，观赏，都发现看到仅仅是她的一个侧面，一个表情。
乌鲁木齐，就像天山的雪峰，在云里，在雾里，美丽而又神秘，让你看不够，猜不透；又像热瓦甫中奏出的一串音符，优美动听，真实而又飘渺，让你听得见，抓不着。
乌鲁木齐，美丽而又活泼的城市。美丽是姿色，活泼是精神。

©旅人攻略 WWW.LVREN.CN

意见反馈

感谢您的使用：）

欢迎将您的意见反馈给我们，以便更好地完善本攻略，为您的出行提供更贴心帮助 >>

热门旅游攻略推荐

丽江：柔软时光

峨眉山：养生修佛

杭州：人间天堂

北京：祖国的心脏

香港购物2011

魅力宝岛自由行

尼泊尔：千佛之国

马尔代夫：花环群岛

瑞士：瑞不可挡

旅人网
www.lvren.cn
最好用的互动旅游指南