

YINSHI
WENHUA

岳春 编著



饮食 文化



化学工业出版社

岳春 编著

饮食文化

YIYIN
WENHUA



化学工业出版社

· 北京 ·

内容提要

饮食文化是以饮食发展而产生的文化现象,中外饮食文化可谓是丰富多彩、内涵深远。

本书通过简练生动的语言、以图文并茂的形式讲述了酒文化、茶文化、汤文化、咖啡文化、中外食俗和饮食礼仪等中西方饮食文化的相关内容,主要包括“饮”和“食”的文化起源与文化传播、饮食观念、饮食器具、饮食习俗、饮食保健,有关饮食文化的诗歌传说、逸闻趣事、文献典籍、历史典故,中华传统节日美食、中国菜系、国外美食、中餐礼仪、西餐礼仪和饮食趣事等。本书融健康饮食、营养饮食于图文中,使读者轻松了解中国饮食文化的博大精深和西方饮食文化的异域风情,利于弘扬华夏饮食文化,陶冶情操,集趣味性、实用性于一体。

本书适合作为全校公选课教材以及高职高专院校食品、旅游、烹饪和酒店管理专业教材,也适合作为饮食文化、文化旅游爱好者和研究人员的参考书。

图书在版编目(CIP)数据

饮食文化/岳春编著. —北京:化学工业出版社,
2011.8

ISBN 978-7-122-02577-7

I. 饮… II. 岳… III. 饮食-文化 IV. TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第157355号

责任编辑:梁静丽 李植峰
责任校对:周梦华

文字编辑:孙凤英
装帧设计:刘丽华

出版发行:化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)
印 装:大厂聚鑫印刷有限责任公司
710mm×1000mm 1/16 印张12 字数218千字 2011年9月北京第1版第1次印刷

购书咨询:010-64518888(传真:010-64519686) 售后服务:010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价:24.00元

版权所有 违者必究

前言

PREFACE

饮食是人类生活的重要内容，是人类得以生存和发展的首要条件。饮食在各个时期、各个国家、各个民族所表现出来的内容和形式，无不显示出人类文明发展的进程和水准。饮食文化是以饮食发展而产生的文化现象。它是围绕着饮食的起源、发展、制作、消费所产生的物质、精神、技能、习俗、心理、行为和现象的总和。饮食文化的出现，应该说是人类社会发展和进步的一个标志，是历史发展的必然过程。饮食与文学、史学、哲学、民俗、艺术等社会科学相结合，从而构成了丰富多彩的饮食文化，使饮食不仅是一种美味佳肴，而且成为了一种文化象征，形成了不同国家、不同民族、特殊地域的饮食文化色彩。民以食为天、食以养为先，二者相互依存，相互补充，形成适合于现代人们生活需要的完整的科学概念，使饮食文化具有绚丽多彩的文化内涵和雄厚坚实的技术基础，以味为核心，以养为目的，是文化、科学、艺术的结晶。可以说：饮食也是一种学问，是一种特色的突出，一种交流的途径。

本书将从酒文化、茶文化、汤文化、咖啡文化、中外食俗和饮食礼仪六个部分来介绍饮食文化的相关内容，酒文化、茶文化、汤文化、咖啡文化四章分别介绍了各自的文化起源、文化传播、饮食分类与鉴赏、饮食器具、饮食习俗、饮食保健及有关诗歌传说、逸闻趣事、文献典籍、历史典故等诸多方面的知识。中外食俗和饮食礼仪两章分别介绍了中华传统节日美食、中国菜系和国外美食以及中餐礼仪、西餐礼仪和饮食趣事等方面的知识。从而使读者对饮食文化有更多、更新的了解和认识。

在本书编写过程中，参考了相关专家、学者的研究成果及文献或图片，资料来源未能一一注明，在此对这些作者表示衷心的感谢！

鉴于作者水平有限，在编辑过程中难免有疏漏和不足之处，恳请有关专家和广大读者朋友批评指正。

编 者

2011年7月于南阳

目 录

CONTENTS



绪 论

1

- 一、饮食文化的内涵 1
- 二、饮食文化的内容 1
- 三、中国饮食文化的起源和发展 2
- 四、饮食文化的中西差异和文化融合 3



第一章 茶 文 化

6

- 第一节 茶文化概述 6
 - 一、茶文化的含义 6
 - 二、茶文化的起源 6
 - 三、茶文化的形成与发展 7
 - 四、茶文化的传播 8
- 第二节 茶的分类与鉴赏 9
 - 一、茶的分类 9
 - 二、茶叶的审评、选购和贮存 15
 - 三、中国十大名茶 17
 - 四、国外饮茶大观 22
 - 五、茶馆、茶具与沏茶 23
 - 六、茶道与饮茶习俗 30
- 第三节 茶与保健 37
 - 一、茶的营养成分与保健功效 37
 - 二、茶与养生 39
 - 三、茶疗偏方 40
 - 四、饮茶小提醒 42
- 第四节 茶事茶趣 44
 - 一、古今名人茶趣 44
 - 二、茶诗、茶文 45
 - 三、茶歌、茶戏、茶舞 47



第二章 酒文化

49

- 第一节 酒文化概述 49

一、酒文化的含义	49
二、酒文化的起源	50
三、酒文化的形成与发展	50
第二节 酒的分类与鉴赏	51
一、国内酒的分类	51
二、外国酒的分类	57
三、酒的审评、选购和贮存	61
四、中国名酒	68
五、国外饮酒大观	74
六、酒器与酒馆	75
七、酒令与饮酒习俗	78
第三节 酒与保健	84
一、酒的营养成分与保健功效	84
二、饮酒与养生	87
三、酒疗偏方	87
四、饮酒小提醒	88
第四节 酒事酒趣	89
一、酒与名人	89
二、酒与艺术	92



第三章 咖啡文化

98

第一节 咖啡文化概述	98
一、咖啡文化的含义	98
二、咖啡文化的起源	98
三、咖啡文化的形成与发展	99
四、咖啡文化的传播	99
第二节 咖啡的分类与鉴赏	101
一、咖啡的分类	101
二、咖啡的审评、选购和贮存	103
三、国内外名咖啡	106
四、国内外品饮咖啡大观	107
五、咖啡器具与咖啡馆	110
六、咖啡习俗与礼仪	113

第三节 咖啡与保健	115
一、咖啡的营养成分与保健功效	115
二、咖啡与健康	116
三、咖啡妙用	117
四、饮咖啡小提醒	118
第四节 咖啡的艺术与情趣	119
一、咖啡与名人	119
二、咖啡与爱情	121



第四章 汤文化

122

第一节 汤文化概述	122
一、汤文化的含义	122
二、汤文化的起源	122
三、汤文化的形成与发展	123
第二节 汤的分类与品评	124
一、汤的分类	124
二、国内有名的汤	125
三、国外饮汤大观	127
四、汤具与汤馆	130
五、饮汤习俗与礼仪	132
第三节 汤与保健	133
一、饮汤与健康	133
二、汤疗偏方	134
三、饮汤注意事项	137
第四节 汤的轶闻趣事	138
一、汤传说	138
二、汤与名人	140



第五章 中外食俗

142

第一节 中华食俗	142
一、中国传统节日美食	142
二、中国菜系	145

第二节 异域食风	147
一、日本料理	147
二、韩国料理	149
三、越南美食	151
四、新加坡美食	152
五、印度美食	153
六、埃及美食	154
七、法国料理	155
八、奥克兰海鲜	157
九、英国美食	157
十、德国特色土豆餐	157
十一、意大利美味	158
十二、巴西烤肉	159
十三、墨西哥美味	159
十四、西班牙美食	159



第六章 饮食礼仪

161

第一节 中餐礼仪	161
一、古代礼仪	161
二、现代礼仪	162
第二节 西餐礼仪	170
一、饭店需预约	170
二、入座有讲究	171
三、点菜和上菜有规则	171
四、餐巾使用有细节	172
五、刀与叉的种类要区分	173
六、饮酒的姿势方法要正确	175
第三节 世界各国饮食礼仪大观	176
一、亚洲	176
二、欧洲	178
三、美洲	180
四、非洲	181
参考文献	183

绪 论



一、饮食文化的内涵

人类文明源于饮食。饮食是社会生活的基础和核心，它决定或制约着、影响着社会生活的其他方面，不仅因为人类首先必须解决饮食这个首要问题，才能谈得到社会生活的其他方面；而且一个时代、一个地域的人们的饮食生活，对于其社会生活的各个方面均发生着深刻的影响和有着密切的互动关系，饮食在社会活动中对政治、文化、军事、宗教、艺术以及民风、民俗等领域所产生的具体影响即为饮食文化的深厚内涵。

饮食文化作为一个社会范畴，自从有了人类社会，它就是客观存在的，但是作为一个学科概念，它出现的时间并不太长。把人的饮食活动看成一种文化，是社会学和人类学所首创。然而，我国古代“四库”或者更早的“七略”中，无论是“饮食”还是“文化”都是不入流的。因此，饮食文化的提法还是一件舶来品，最早提出的当推孙中山先生，毛泽东也认为饮食是一种文化，但因都没有真正从事过饮食文化的研究，所论也不过是一种学术观感而已。

大约在1993年前后，大多数研究者普遍接受了饮食文化的概念。坦率地讲，饮食文化的提法是西方人类学家所首创，最早研究中国饮食文化的学者是日本人，随后是海外华人和我国台湾学者。赵荣光是内地最早阐述饮食文化学术内涵的学者，他在1986年就明确使用“饮食文化”这个名称，随后在他的《中国饮食文化概论》（2008年）中给饮食文化下了定义：“饮食文化是指食物原料开发利用、食品制作和饮食消费过程中的技术、科学、艺术，以及以饮食为基础的习俗、传统、思想和哲学，即由人们食生产和食生活的方式、过程、功能等结构组合而成的全部食事的总和。”在《中华膳海》中余和祥则表述为：饮食文化指饮食、烹饪及食品加工技艺、饮食营养保健，以及以饮食为基础的文化艺术、思想观念与哲学体系之总和。

二、饮食文化的内容

饮食文化是一种特殊而又普通的社会现象。凡涉及人类饮食方面的思想、意

识、观念、哲学、宗教、艺术等都在饮食文化的范畴之内。食物及食物加工方式的不同，或国家、地区、民族的差异，就会产生不同的饮食风味、文化风格。任何一个国家，任何一个民族都有独具特色的饮食文化及饮食文化体系。

饮食文化的内容体系包括：烹饪学、心理学、文学、历史学、饮食关系学、饮食营养与卫生、面点文化、酒文化、菜肴文化、汤文化、茶文化、咖啡文化以及宗教、民族、民俗等，这些都是相辅相成、触类旁通的。饮食文化的“饮”的文化应该是关于喝的文化，包括酒、茶、咖啡、汤的文化等；“食”的文化应该是关于吃的文化，包括各类面食、菜肴的烹饪文化等。有人认为饮食文化孕育出六门学科，即烹调学、食品制造学、食疗学、饮食民俗学、饮食文化学、饮食资源学；还有人主张还应加上饮食美学、饮食商业学、饮食用具学等。

三、中国饮食文化的起源和发展

饮食首先涉及的是食源问题。旧石器时代，人类的祖先首先要寻找能吃的东西来填饱肚子，这是一种本能的生存需求，他们还不懂得人工取火和熟食。饮食状况是茹毛饮血，尚不属于饮食文化。从生食向熟食的转化是人类发展历史上一个重要的里程碑，是人类与动物相区别的显著标志之一，也可以说是人类饮食文化的起点。

中国历史上不同时期的饮食文化各具特色。周秦时期是中国饮食文化的成形时期，以谷物、蔬菜为主食。汉代是中国饮食文化的丰富时期，归功于汉代中西（西域）饮食文化的交流，引进石榴、芝麻、葡萄、胡桃（即核桃）、西瓜、甜瓜、黄瓜、菠菜、胡萝卜、茴香、芹菜、胡豆、扁豆、苜蓿（主要用于马粮）、莴笋、大葱、大蒜，还传入一些烹调方法，如炸油饼、胡饼即芝麻烧饼。唐宋为饮食文化的高峰期，最具代表性的是烧尾宴；这一时期的菜肴分高、中、低三个档次，高档为宫廷宴用菜，中档为一般官吏日用菜，低档为市民普遍用菜。明清时期的饮食文化达到又一高峰，是唐宋食俗的继续和发展，同时又混入满蒙饮食文化的特点，饮食结构有了很大变化，如主食中的菰米已被彻底淘汰、麻子退出主食行列改用之榨油、豆料也不再作主食而成为菜肴，北方黄河流域小麦的比例大幅度增加，面成为宋以后北方的主食，马铃薯、甘薯、蔬菜的种植达到了较高水准，成为主要菜肴；副食方面，人工养殖的畜禽成为肉食的主要来源；满汉全席代表了清代饮食文化的最高水平。

中国是世界文明的四大发祥地之一。在中华民族的发展史上，有传统的

农业和手工业，由此派生的饮食文化历史源远流长。我国又是一个多民族的国家，各族人民的聪明才智使中国的饮食人文活动表现得多姿多彩。其中食品生产制作的许多发现创造和实践及其文化传播，不仅丰富了中国人民饮食文化的内涵，而且为推动世界饮食文明进步做出了应有的贡献，对世界饮食文化产生了极其深远的影响。

四、饮食文化的中西差异和文化融合

1. 饮食文化的中西差异

(1) 饮食观念的不同 西方是一种理性饮食观念，不论食物的色、香、味、形如何，但营养一定要得到保证，讲究一天要摄取多少热量、维生素、蛋白质等。即便口味千篇一律，也要食用，因为其有营养。中国则是一种美性饮食观念。尽管我国古代讲究食疗、食补、食养，重视以饮食来养生强身，但我国的烹调术却以追求美味为第一要务，致使许多营养成分损失于加工过程中。中国饮食之所以有其独特的魅力，关键就在于它的味，而美味的产生，在于调和。中国烹饪讲究的调和之美，是中国烹饪艺术的精要之处。菜点的形和色是外在的东西，而味却是内在的东西，重内在而不刻意修饰外表，重菜肴的味而不过分展露菜肴的形和色，这正是中国美性饮食观的最重要的表现。

(2) 膳食结构模式的不同 依据动、植物性食物在膳食构成中的比例划分不同的膳食结构，一般将世界各国的膳食结构分为以下四种模式：①东方膳食模式，是以植物性食物为主、动物性食物为辅，大多数发展中国家如印度、巴基斯坦和非洲一些国家等属此类型；②经济发达国家膳食模式，是以动物性食物为主，是多数欧美发达国家如美国、西欧、北欧诸国的典型膳食结构，属于营养过剩型膳食；③日本膳食模式，是一种动植物食物较为平衡的膳食结构，以日本为代表，膳食中动物性食物与植物性食物比例比较适当，膳食结构基本合理；④地中海膳食模式，是以居住在地中海地区（意大利、希腊）的居民为代表，膳食结构的主要特点为富含植物性食物，包括谷类、水果、蔬菜、豆类、果仁等，每天食用适量的鱼、禽、少量蛋、奶酪和酸奶，主要的食用油是橄榄油，大部分成年人有饮用葡萄酒的习惯。地中海地区居民心脑血管疾病发生率很低，已引起了西方国家的注意，并纷纷参照这种膳食模式改进自己国家膳食结构。

中国饮食一直与养生紧密联系在一起，历来有食医同源、药膳同功之说。食疗是中医和烹调结合开出来的一朵瑰丽之花，它包括药膳、药制饮料和药制食品等内容。人类的疾病多半是由于缺乏某些营养素，或饮食失衡造成的。由饮食造成的疾病就需要用食疗解决。在膳食结构上，应确立以植物性食物为主，动物性

食物为辅，多样食物合理搭配，各种营养素合理平衡的具有中国特色的膳食营养模式。

(3) 饮食方式的不同 中西方的饮食方式有很大不同。在中国，任何一个宴席，不管是什么目的，都惯用一种形式，就是大家团团围坐，共享一席，营造出一种团结、礼貌、共趣的气氛。美味佳肴放在一桌人的中心，它既是一桌人欣赏、品尝的对象，又是一桌人感情交流的媒介物。人们相互敬酒、让菜、劝菜，在美好的食物面前，体现了人们之间相互尊重、礼让的美德，符合中华民族“大团圆”的普遍心态。

西式饮宴上，食品和酒尽管非常重要，但实际上是作为陪衬。宴会的核心在于交际，通过与邻座客人之间的交谈，达到交际的目的。中式宴会更多地体现在全席的交际，而西式宴会多体现于相邻宾客之间的交际。与中国饮食方式的差异更为明显的是西方流行的自助餐，它便于个人之间的情感交流，但缺少了一些中国人聊欢共乐的情调。

(4) 饮食餐具的不同 众所周知，中国人包括亚洲一些黄种人的国家，使用的是筷子、汤匙，吃饭也用碗盛；而西方人呢，则是盘子盛食物，用刀叉即切即吃，喝汤则有专门的汤匙。筷子与刀叉作为东、西方最具代表性的两种餐具，不仅影响了东、西方居民的生活方式，还代表着不同的两种智慧。

(5) 饮食礼仪的不同 在中国古代，人们在用餐过程中就有一套繁文缛节。以《礼记·曲记》记载的内容为例：大家共同吃饭时，不可以只顾自己吃饭；如果和别人一起吃饭，必须检查手的清洁；不要把多余的饭放回锅里，不要专占着食物，也不要簸扬着热饭；吃完饭后，客人应该起身向前收拾桌上的盘碟，交给主人，主人跟着起身，请客人不要劳动，然后客人再坐下。这些礼仪有的在现代也是必要的。

在西方宴席上，主人一般只给客人夹一次菜，其余由客人自主食用；若客人不要，也不便硬让人家再吃，也不要按中国人的习惯频频给客人劝酒、夹菜。吃东西时，也不要发出响声，但客人要注意赞赏主人准备的饭菜。若与人谈话，只能与邻座的交谈，不要与距离远的人交谈。

(6) 中西烹饪方式的差异 西方饮食习俗的着重点仅仅是原始的饮食实用性的延伸，保证的是饮食的科学与营养，故烹调的全过程都严格按照科学规范行事，如牛排的味道差不多都是一个味，牛排的配菜也只是番茄、土豆、生菜有限的几种。再者，规范化的烹调要求调料的添加量精确到克，烹调时间精确到秒。

中国的烹调与之截然不同，不仅各大菜系都有自己的风味与特色，就是同一菜系的同一个菜，其所用的配菜与各种调料的匹配，也会依厨师的个人特点有所不同。就是同一厨师做同一个菜，虽有其一己之成法，但也会依不同季节、不同

场合，用餐人的不同身份，加以调整。此外还会因厨师自己临场情绪的变化，做出某种即兴的发挥。因此，中国烹调不仅不讲求精确到秒与克的规范化，而且还特别强调对食品加工的随意性。这样就形成了中国菜谱丰富扩大：原料的多样，刀工的多样，调料的多样，烹调方法的多样，再加以交叉组合，一种原料便可做成数种甚至数十种菜肴。

2. 中西饮食文化的融合

尽管不同的社会历史、不同的民族文化和不同的地域特征，造成中西方迥异的饮食文化背景，但从本质上讲，“吃”的内涵并不会因为这些差异而改变。中西方饮食无论是个性变化多么丰富，总是具有相对稳定的共性。随着经济全球化及信息交流的加快，中西饮食文化在碰撞中不断融合，就当前国际饮食业的发展趋势来看，中西方都在扬长避短，逐步走向互补：现在的中餐已开始注重食物的营养性、健康性和烹饪的科学性；西餐也开始向中餐的色、香、味、意、形的境界发展，讲究品种多样、营养平衡、搭配合理、重视健康已成为中西方饮食科学的共识，这是中西方饮食文化交流融合最重要的基础。中西餐饮文化将在交流中共同发展。

第一章 茶文化



第一节 茶文化概述

一、茶文化的含义

从广义上讲，茶文化可分为茶的自然科学和茶的人文科学两个方面，是指人类在社会历史发展过程中所创造的有关茶的物质财富和精神财富的总和。从狭义上讲，茶文化着重于茶的人文科学，主要指茶对精神和社会的功能。

茶文化内容包括茶的历史发展、茶区人文环境、茶业科技、千姿百态的茶类和茶具、饮茶习俗和茶道茶艺、茶书、茶画和茶诗词等文化艺术形式，以及茶道精神与茶德、茶对社会生活的影响等诸多方面。

二、茶文化的起源

饮茶的历史在中国可谓源远流长，世界上很多地方的饮茶习惯是从中国传过去的。所以，很多人认为饮茶就是中国人首创的。中国也是世界上最早种植茶树、加工制作茶叶和把茶叶作为饮料的国家。世界上其它地方的饮茶习惯、种植茶叶的技术都是直接或间接地从中国传过去的。

虽然也有资料记载，印度、非洲等地方也是饮茶的发明地，世界上许多地方都有古代种植茶树的文字记载。然而，被人们公认的是，中国在茶业上对人类有着卓越的贡献，这主要在于：中国最早发现并利用茶这种植物，把它发展形成成为我国一种灿烂独特的茶文化，并且逐步地传播到中国的周边国家乃至整个世界。

中国饮茶起源众说纷纭：唐代以前无“茶”字，而只有“荼”字的记载，“荼”本意是“苦菜”。直到唐代著名的茶史学家陆羽将“荼”字减一画而写成“茶”字，才有茶起源于唐代的说法。追溯中国人饮茶的起源，有的认为起于上古，有的认为起于周，起于秦汉、三国、南北朝、唐代的说法也都有，其它则尚有起源于神农、起源于秦汉等说法。在中国的文化发展史上，往往是把一切与农业、与植物相关的事物起源最终都归结于神农氏。而中国饮茶起源于神农的说法



也因民间传说而衍生出不同的观点。具体地说，茶真正以文化的方式出现是在唐代，当时陆羽著作的《茶经》正式问世之后，标志着中国茶文化的形成。陆羽在《茶经》中说：“茶之为饮，发乎神农氏。”，这是有关中国饮茶起源最普遍的说法。到了宋朝，茶文化的发展达到了全盛时期，到了明清期，饮茶习俗已经遍及中华大地，此间，在茶文化达到全盛时期时，不仅在国内迅速传播，而且向周边国家快速传播开来。

三、茶文化的形成与发展

中华茶文化源于民间，经过数千年的不断总结和提炼，从最初茶的药用功能、饮用功能发展到茶的品饮。这漫长的饮茶发展史形成了各式各样的饮茶风习和礼仪，使品茶活动上升为一种道德、美学、养生和艺术的创造性结合。

在三国以前的茶文化中，很多书籍把茶的发现时间定于公元前2737—2697年，其历史可推到三皇五帝。东汉华佗《食经》中：“苦茶久食，益意思”记录了茶的医学价值。西汉已将茶的产地县命名为“茶陵”，即湖南的茶陵。到三国魏代《广雅》中已最早记载了饼茶的制法和饮用。

到了晋代、南北朝，茶文化随着文人饮茶之兴起，有关茶的诗词歌赋日渐问世，茶开始作为一般形态的饮食走入文化圈，起着一定的精神、社会作用。

唐代是中国近代茶文化发展和扩充的时期。公元780年陆羽著《茶经》，是唐代茶文化形成的标志。其概括了茶的自然和人文科学双重内容，探讨了饮茶艺术，把儒、道、佛三教融入饮茶中，首创中国茶道精神。以后又出现大量茶书、茶诗，有《茶述》、《煎茶水记》、《采茶记》、《十六汤品》等。

到了宋代茶业已有很大发展，在文人中出现了专业品茶社团，有官员组成的“汤社”、佛教徒的“千人社”等。宋太祖赵匡胤是位嗜茶之士，在宫廷中设立茶事机关，宫廷用茶已分等级。茶仪已成礼制，赐茶已成皇帝笼络大臣、眷怀亲族的重要手段，还赐给国外使节。至于下层社会，茶文化更是生机活泼，有人迁徙，邻里要“献茶”，有客来，要敬“元宝茶”，订婚时要“定茶”，同房时要“合茶”。

茶文化的普及确切地说是在明、清。此时已出现蒸青、炒青、烘青等不同茶类，茶的饮用已改成“撮泡法”。明代不少文人雅士留有传世之作，如唐伯虎的《烹茶画卷》、《品茶图》，文徵明的《惠山茶会记》、《陆羽烹茶图》、《品茶图》等。这一时期茶类的增多，泡茶的技艺有别，茶具的款式、质地、花纹千姿百态。到清朝茶叶出口已成为一种正式行业，茶书、茶事、茶诗不计其数。

四、茶文化的传播

1. 茶在我国的传播

秦汉以前，巴蜀就是中国茶业的摇篮。巴蜀产茶，可追溯到战国时期或更早，巴蜀已形成一定规模的茶区，并以茶为贡品。西汉时，成都已成为我国茶叶的一个消费中心，由后来的文献记载看，很可能也已形成了最早的茶叶集散中心。不仅仅是在秦之前，秦汉乃至西晋，巴蜀仍是我国茶叶生产和技术的重要中心。

三国两晋时期，长江中游地区茶业的发展开始壮大。秦汉时期，茶业随巴蜀与各地经济文化而传播。首先向东部、南部传播，如湖南茶陵的命名，就是一个佐证。西汉时期，茶的生产已经传到了湘、粤、赣毗邻地区。

三国两晋之后，茶业重心东移的趋势更加明显化。到了唐代，长江中下游地区成为茶叶生产和技术中心。六朝以前，茶在南方的生产和饮用，已有一定发展，但北方饮者还不多。及至唐朝中后期，中原和西北少数民族地区，都嗜茶成俗，于是南方茶的生产随之空前蓬勃发展了起来。尤其是与北方交通便利的江南、淮南茶区，茶的生产更是得到了长足发展。唐代中叶后，长江中下游茶区的茶产量不仅大幅度提高，就是制茶技术也达到了当时的最高水平。茶叶生产和技术的中心已经转移到了长江中游和下游，江南茶叶生产集一时之盛。由《茶经》和唐代其它文献记载来看，这时期茶叶产区已遍及今之四川、陕西、湖北、云南、广西、贵州、湖南、广东、福建、江西、浙江、江苏、安徽、河南等省区，几乎达到了与我国近代茶区约略相当的局面。

宋代时，茶业重心由东向南移，从五代和宋朝初年起，全国气候由暖转寒，致使中国南方南部的茶业较北部更加迅速发展了起来，并逐渐取代长江中下游茶区，成为茶业的重心。明清以后，茶区基本稳定，茶业的发展主要体现在茶叶制法和各茶类的兴衰演变上。

2. 茶在国外的传播

当今世界广泛流传的种茶、制茶和饮茶习俗，都是由中国向外传播出去的。据推测，中国茶叶传播到国外，已有两千多年的历史。约于公元五世纪南北朝时，我国的茶叶就开始陆续输出至东南亚邻国及亚洲其他地区。公元805年、806年，日本最澄、海空禅师来中国留学，归国时携回茶籽试种；宋代的荣西禅师又从中国传入茶籽种植。日本茶业继承中国古代蒸青原理制作的碧绿溢翠的茶别具风味。15世纪初，葡萄牙商船来中国进行通商贸易，茶叶对西方的贸易开始出现。而荷兰人约在公元1610年左右将茶叶带至了西欧，1650年后传至东欧，再传至俄、法等国。17世纪时传至美洲。18世纪初，品饮红茶逐渐在英国流行，

甚至成为一种表示高雅的行为，茶叶成了英国上层社会人士相互馈赠的一种高级礼品。

1780年，印度由英属东印度公司从中国引进茶籽开始推广种植，至19世纪后叶已是“印度茶之名，充噪于世”。今日的印度是世界上茶的生产、出口、消费大国。1880年，我国出口至英国的茶叶多达145万担，占中国茶叶出口量的60%~70%。1903年肯尼亚首次从印度传入茶种，1920年进入商业性开发种茶，规模经营则是1963年独立以后。1924年南美的阿根廷由中国传入茶籽种植于北部地区，并相继扩种。20世纪20年代几内亚共和国开始茶的试种。1962年中国派遣专家赴几内亚考察与种茶。20世纪50年代阿富汗共和国试种茶。1968年，应阿富汗政府邀请，中国派遣专家引入中国群体品种，成活率达90%以上。20世纪60年代玻利维亚共和国最初从秘鲁引进茶种试种。70年代台湾农业技术团赴玻利维亚考察设计与投资，开始规模种植茶园。目前，我国茶叶已行销世界五大洲上百个国家和地区，世界上有50多个国家引种了中国的茶籽、茶树，有160多个国家和地区的人民有饮茶习俗，饮茶人口20多亿。中国近年来的茶叶年产量达286多万吨，其中1/3以上用于出口。

第二节 茶的分类与鉴赏

一、茶的分类

茶种类繁多，品质很不一致。对茶叶进行分类有利于研究和比较茶叶的异同，鉴别和检索各种茶类，识别其品质和制法等。

茶可分为基本茶和再加工茶，基本茶包括绿茶、红茶、乌龙茶、白茶、黄茶、黑茶，再加工茶包括花茶、紧压茶、萃取茶、香味果味茶、药用保健茶和含茶饮料等。分别简介如下。

1. 基本茶

(1) 绿茶 绿茶是将采摘来的鲜叶先经高温杀青，杀灭了各种氧化酶，保持了茶叶绿色，然后经揉捻、干燥制成。清汤绿叶是绿茶品质的共同特点。绿茶按杀青和干燥方式不同又可分为以下几种。

① 蒸青绿茶 用蒸汽杀青而成的绿茶称之为蒸青绿茶。其品质特点是“三绿”，即干茶色泽翠绿、汤色碧绿、叶底鲜绿、香清味醇。

② 炒青绿茶 炒青绿茶因干燥方式采用炒干而得名。按外形可分为长炒青、