

品茶·品味·品人生



中国十大名茶

茶



犀文图书

编著

西湖龙井

洞庭碧螺春

黄山毛峰

庐山云雾

六安瓜片

君山银针

信阳毛尖

武夷岩茶

安溪铁观音

祁门红茶



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

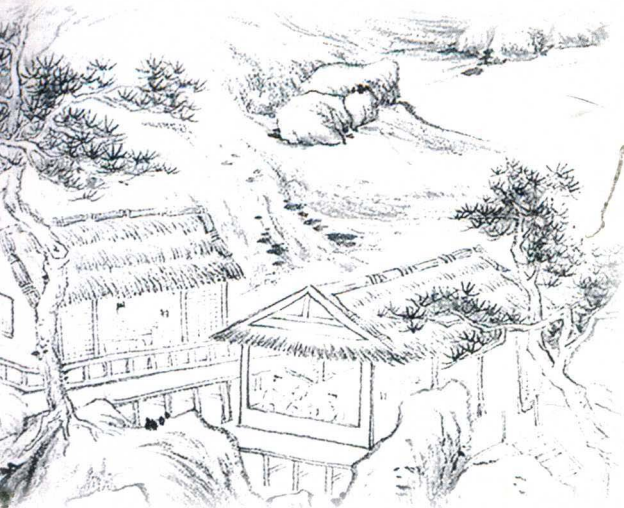
国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

中国十大名茶

编著 厚文图书



茶



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

TS971
62


图书在版编目(CIP)数据

中国十大名茶 / 犀文图书编著. -- 青岛: 青岛出版社, 2012.8



ISBN 978-7-5436-8599-4

I. ①中… II. ①犀… III. ①茶叶—介绍—中国②茶—文化—中国 IV. ① TS272.5 ② TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 170662 号



书 名 中国十大名茶
编 著 犀文图书
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路 182 号 (266061)
本社网址 <http://www.qdpub.com>
邮购电话 13335059110 0532-85814750 (传真) 0532-68068026
策划组稿 张化新
责任编辑 田 磊
制 作 于 芑
制 版 青岛艺鑫制版印刷有限公司
印 刷 青岛名扬数码印刷有限责任公司
出版日期 2012 年 10 月第 1 版 2012 年 10 月第 1 次印刷
开 本 16 开 (710 毫米 × 1010 毫米)
印 张 15
书 号 ISBN 978-7-5436-8599-4
定 价 39.80 元



编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068670

(青岛版图书售出后如发现印装质量问题, 请寄回青岛出版社出版印务部调换。
电话: 0532-68068629)

建议陈列类别: 饮食文化·茶道类

前言

P R E F A C E



很多人喜欢泡茶和喝茶，同西方人喝咖啡一样，咖啡中似乎永远蕴含着生活的暖昧与浪漫，而茶则散发着文化的古朴与传统。虽然它们都泛着清香，但永远不会是一回事。一杯咖啡也许给予你激情与力量，但茶不仅是一种清香，也是甜、涩、苦、甘的感觉，如人生、如岁月，当你饮过后，才感到其中的淡然与惬意。

中国是茶的故乡，茶是中国传统文化的重要组成部分。茶本身营养丰富，茶叶中含有多种维生素和氨基酸，喝茶有清热、解毒、保健、调理肠胃的功能，尤其具有增强神经兴奋、消食利尿的作用。茶文化的内涵通过沏茶、赏茶、闻茶、饮茶、品茶等习惯与中华的文化内涵、礼仪相结合，形成了一种具有鲜明中国文化特征的文化现象，将数千年的历史积淀和文明传承与人们的生活连在一起。

中国茶文化内涵丰富，文化底蕴深厚。它包括制茶、饮茶、茶叶品评技法、茶艺操作流程、环境与人文的结合等诸多内涵，既是饮茶活动过程中人与茶的结合，也是茶与环境、人文的统一。全世界现在已有一百多个国家和地区的居民喜爱品茶，虽然各国的饮茶方法不同，但是大部分都以古老的中国传统茶文化为母本，再与各国的历史、文化、人文相结合，形成了英国茶文化、日本茶文化、韩国茶文化、俄罗斯茶文化及摩洛哥茶文化等各不相同的茶文化特色。

中国现代名茶有数百种之多，以制作工艺分为六大类：绿茶、黄茶、白茶、青茶、红茶、黑茶。

本书根据千百年来形成的茶的市场价值，结合其历史、自然环境等特点，特选择西湖龙井、洞庭碧螺春、黄山毛峰、庐山云雾、六安瓜片、信阳毛尖、君山银针、武夷岩茶、安溪铁观音、祁门红茶等中国十大名茶，作以详细的介绍，以满足读者对中国茶文化的了解 and 需求。

编者

2012年9月



目录

CONTENTS

泡茶四部曲

一、要选好水：泉从石出清宜冽

二、要配名具：好茶当须好器沏

· 茶具的材质	13
陶土茶具	13
瓷器茶具	14
玻璃茶具	15
金属茶具	15
· 茶具的种类、选择与使用	16
茶壶	16
壶承	17
盖置	17
茶船	17
茶海	18
茶碟	18

茶盘	19
茶荷	19
品茗杯	20
盖碗	20
公道杯	21
煮水器	22
过滤网和滤网架	22
茶道具	23
茶巾	24
水盂	26
茶刀	26
茶宠	27
养壶笔	28
茶叶罐	29

三要学泡煮：精美绝伦话茶艺

· 煮茶法	31
· 点茶法	31
· 玻璃杯泡茶法（见西湖龙井）	49
· 盖碗泡茶法（见六安瓜片）	136
· 紫砂壶泡茶法（见安溪铁观音）	218

四要慢品鉴：香茗袅袅亦醉人



Part 1 西湖龙井

欲把西湖比西子，从来佳茗似佳人

佳茗简介

- 起源与发展····· 34
- 产地分布与自然环境····· 36
- 品质、品牌、品级····· 37
 - 品质····· 37
 - 品牌····· 38
 - 品级····· 38
- 选购与储存····· 39
 - 选购····· 39
 - 储存····· 40

龙井的功用

- 营养价值与保健功能····· 41
 - 营养价值····· 41
 - 保健功能····· 41
- 茶疗良方····· 43
 - 蒲公英龙井茶····· 44
 - 菊花龙井茶····· 44
 - 薏米龙井茶····· 45
 - 桂圆龙井茶····· 45
 - 薄荷姜糖茶····· 46
 - 桂花茶····· 46

冲泡技艺与品饮艺术

- 冲泡前的准备工作····· 47
 - 鉴茶····· 47
 - 选水····· 48
 - 备具····· 48
- 龙井的冲泡方法····· 49

- 冲泡须知····· 49
- 冲泡方法····· 49
- 品饮····· 50

西湖龙井的文化内涵

- 龙井茶事····· 51
- 龙井与文化景观····· 53
- 龙井的茶道精神····· 53

Part 2 洞庭碧螺春

碧螺飞翠太湖美，新雨吟香云水闲

佳茗简介

- 起源与发展····· 58
- 产地分布与自然环境····· 60
- 品质、品牌、品级····· 61
 - 品质····· 61
 - 品牌····· 61
 - 品级····· 62
- 选购与储存····· 64
 - 选购····· 64
 - 储存····· 65

碧螺春的功用

- 营养价值与保健功能····· 66
 - 营养价值····· 66
 - 保健功能····· 66
- 茶疗良方····· 68
 - 糖茶····· 68
 - 桂圆碧螺春茶····· 68
 - 薏米仁碧螺春····· 69

蜜茶·····	69
胖大海碧螺春·····	70
核桃碧螺春·····	70

冲泡技艺与品饮艺术

· 冲泡前的准备工作·····	71
环境·····	71
鉴茶·····	71
选水·····	71
备具·····	71
· 碧螺春的冲泡方法·····	72
冲泡须知·····	72
冲泡方法·····	72
品饮·····	73

碧螺春的文化内涵

· 碧螺春茶事·····	74
· 碧螺春与文化景观·····	76
· 碧螺春的茶道精神·····	77



Part 3 黄山毛峰

鱼叶散金毫有霜，悠悠云雾展旗枪

佳茗简介

· 起源与发展·····	80
· 产地分布与自然环境·····	82
· 品质、品牌、品级·····	83
品质·····	83
品牌·····	84
品级·····	84
· 选购与储存·····	85
选购·····	85
储存·····	85

黄山毛峰的功用

· 营养价值与保健功能·····	86
营养价值·····	86
保健功能·····	86
· 茶疗良方·····	87
金银花茶·····	87
毛尖红枣茶·····	87
红枣绿茶·····	88
蒲公英茶·····	88
莲糖茶·····	89
黑芝麻茶·····	89

冲泡技艺与品饮艺术

· 冲泡前的准备工作·····	90
鉴茶·····	90
选水·····	90
备具·····	90
· 黄山毛峰的冲泡方法·····	91

冲泡须知..... 91

冲泡方法..... 92

黄山毛峰的文化内涵

• 黄山毛峰茶事..... 93

• 黄山毛峰与文化景观..... 95

• 黄山毛峰的茶道精神..... 96

Part 4 庐山云雾

匡庐奇秀甲天下，云雾醇香益寿年

佳茗简介

• 起源与发展..... 100

• 产地分布与自然环境..... 102

• 品质、品牌、品级..... 103

品质..... 103

品牌..... 103

品级..... 103

• 选购与储存..... 104

选购..... 104



储存..... 104

庐山云雾的功用

• 营养价值与保健功能..... 105

营养价值..... 105

保健功能..... 105

• 茶疗良方..... 106

银茶..... 106

醋茶..... 106

水蜜桃云雾..... 107

菊花茶..... 108

云雾梨茶..... 108

冲泡技艺与品饮艺术

• 冲泡前的准备工作..... 109

鉴茶..... 109

选水..... 109

备具..... 109

• 云雾茶的冲泡方法..... 110

冲泡须知..... 110

冲泡方法..... 110

品饮..... 110

庐山云雾的文化内涵

• 云雾茶事..... 111

• 庐山云雾与文化景观..... 113

• 庐山云雾的茶道精神..... 113

Part 5 六安瓜片

纤芽出土春雷动，活火当炉夜雪残

佳茗简介

· 起源与发展·····	118
· 产地分布与自然环境·····	120
· 品质、品牌、品级·····	122
品质·····	122
品牌·····	122
品级·····	123
· 选购与储存·····	124
选购·····	124
储存·····	125

六安瓜片的功用

· 营养价值与保健功能·····	126
营养价值·····	126
保健功能·····	126
· 茶疗良方·····	128
玫瑰蜂蜜瓜片·····	128
薄荷蜂蜜茶·····	128
枸杞茶·····	129
菊花茶·····	129
桂花茶·····	130
葡萄茶·····	130

冲泡技艺与品饮艺术

· 冲泡前的准备工作·····	131
鉴茶·····	131
选水·····	131
备具·····	131
· 六安瓜片的冲泡方法·····	132
冲泡须知·····	132
冲泡方法·····	132
品饮·····	133

六安瓜片的文化内涵

· 六安瓜片茶事·····	134
· 六安瓜片与文化景观·····	135
· 六安瓜片的茶道精神·····	136

Part 6 君山银针

金镶玉色尘心去，川迴洞庭好月来 佳茗简介

· 起源与发展·····	140
· 产地分布与自然环境·····	142
· 品质、品牌、品级·····	143
品质·····	143
品牌·····	144
品级·····	144
· 选购与储存·····	145
选购·····	145
储存·····	145

君山银针的功用

· 营养价值与保健功能·····	146
营养价值·····	146
保健功能·····	146
· 茶疗良方·····	147
梨茶·····	147
蜜茶·····	147
银针茉莉花茶·····	148
核桃茶·····	149
梗米茶·····	149
盐茶·····	150
枣茶·····	150

· 冲泡技艺与品饮艺术·····	151
冲泡前的准备工作·····	151
鉴茶·····	151
选水·····	151
备具·····	151
· 君山银针的冲泡方法·····	152
冲泡须知·····	152
冲泡方法·····	152
品饮·····	153

君山银针的文化内涵

· 君山银针茶事·····	154
· 君山银针与文化景观·····	156
· 君山银针的茶道精神·····	157

Part 7 信阳毛尖

培揉毛尖煮沂水，品茗信阳不归家

佳茗简介

· 起源与发展·····	160
· 产地分布与自然环境·····	162
· 品质、品牌、品级·····	163
品质·····	163
品牌·····	163
品级·····	164
· 选购与储存·····	165
选购·····	165
储存·····	165

信阳毛尖的功用

· 营养价值与保健功能·····	166
营养价值·····	166

保健功能·····	166
· 茶疗良方·····	168
红枣茶·····	168
青蒿丹皮茶·····	168
红花茶·····	169
四味毛尖·····	169
菊花蜜茶·····	170
罗汉果毛尖·····	170
清香理气茶·····	170

冲泡技艺与品饮艺术

· 冲泡前的准备工作·····	171
鉴茶·····	171
选水·····	171
备具·····	171
· 信阳毛尖的冲泡方法·····	172
冲泡须知·····	172
冲泡方法·····	172
品饮·····	173

信阳毛尖的文化内涵

· 信阳毛尖茶事·····	174
· 信阳毛尖与文化景观·····	176
· 信阳毛尖的茶道精神·····	177

Part 8 武夷岩茶

武夷溪边粟粒芽，前丁后蔡相宠加

佳茗简介

· 起源与发展·····	180
· 产地分布与自然环境·····	182
· 品质、品牌、品级·····	183

品质	183
品牌	183
品级	184
· 选购与储存	185
选购	185
储存	186

武夷岩茶的功用

· 营养价值与保健功能	187
营养价值	187
保健功能	187
· 茶疗良方	189
糖茶	189
杏仁茶	190
茉莉茶	191
醋茶	191
芡实茶	192
花茶	192

冲泡技艺与品饮艺术

· 冲泡前的准备工作	193
鉴茶	193
选水	193
备具	193
· 武夷岩茶的冲泡方法	194
冲泡须知	194
冲泡方法	194
品饮	195

武夷岩茶的文化内涵

· 武夷岩茶茶事	196
· 武夷岩茶与文化景观	198
· 武夷岩茶的茶道精神	199

Part 9 安溪铁观音

七泡余香溪月露，满心喜乐岭云涛

佳茗简介

· 起源与发展	202
· 产地分布与自然环境	204
· 品质、品牌、品级	205
品质	205
品牌	205
品级	205
· 选购与储存	206
选购	206
储存	207

安溪铁观音的功用

· 营养价值与保健功能	208
营养价值	208
保健功能	208
· 茶疗良方	210
核桃生姜茶	210
姜葱铁观音茶	210
菊花铁观音茶	211
芝麻生姜茶	211
玫瑰养颜铁观音	212



排毒观音蜜茶····· 212

冲泡技艺与品饮艺术

- 冲泡前的准备工作····· 213
- 鉴茶····· 213
- 选水····· 213
- 备具····· 213
- 铁观音的冲泡方法····· 214
- 冲泡须知····· 214
- 冲泡方法····· 214
- 品饮····· 215

安溪铁观音的文化内涵

- 安溪铁观音茶事····· 216
- 安溪铁观音与文化景观····· 217
- 安溪铁观音的茶道精神····· 218

Part 10 祁门红茶

祁红特绝群芳最，清誉高香不二门

佳茗简介

- 起源与发展····· 222
- 产地分布与自然环境····· 224
- 品质、品牌、品级····· 225
- 品质····· 225
- 品牌····· 225
- 品级····· 226
- 选购与储存····· 227
- 选购····· 227
- 储存····· 227

祁门红茶的功用

- 营养价值与保健功能····· 228
- 营养价值····· 228
- 保健功能····· 228

- 茶疗良方····· 229
- 糖蜜红茶····· 229
- 甘草茶····· 229
- 水蜜桃红茶····· 230
- 陈皮茶····· 230
- 黄豆红茶····· 231
- 枸杞红茶····· 232
- 玫瑰祁门红茶····· 232

冲泡技艺与品饮艺术

- 冲泡前的准备工作····· 233
- 鉴茶····· 233
- 选水····· 233
- 备具····· 233
- 祁门红茶的冲泡方法····· 234
- 冲泡须知····· 234
- 冲泡方法····· 234
- 品饮····· 235

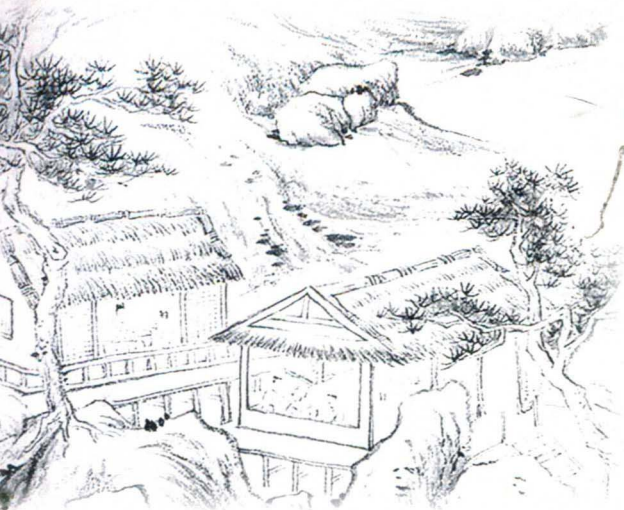
祁门红茶的文化内涵

- 祁门红茶茶事····· 236
- 祁门红茶与文化景观····· 237
- 祁门红茶的茶道精神····· 237



中国十大名

编著 厚文图书



茶



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

前言

P R E F A C E



很多人喜欢泡茶和喝茶，同西方人喝咖啡一样，咖啡中似乎永远蕴含着生活的暧昧与浪漫，而茶则散发着文化的古朴与传统。虽然它们都泛着清香，但永远不会是一回事。一杯咖啡也许给予你激情与力量，但茶不仅是一种清香，也是甜、涩、苦、甘的感觉，如人生、如岁月，当你饮过后，才感到其中的淡然与惬意。

中国是茶的故乡，茶是中国传统文化的重要组成部分。茶本身营养丰富，茶叶中含有多种维生素和氨基酸，喝茶有清热、解毒、保健、调理肠胃的功能，尤其具有增强神经兴奋、消食利尿的作用。茶文化的内涵通过沏茶、赏茶、闻茶、饮茶、品茶等习惯与中华的文化内涵、礼仪相结合，形成了一种具有鲜明中国文化特征的文化现象，将数千年的历史积淀和文明传承与人们的生活连在一起。

中国茶文化内涵丰富，文化底蕴深厚。它包括制茶、饮茶、茶叶品评技法、茶艺操作流程、环境与人文的结合等诸多内涵，既是饮茶活动过程中人与茶的结合，也是茶与环境、人文的统一。全世界现在已有一百多个国家和地区的居民喜爱品茶，虽然各国的饮茶方法不同，但是大部分都以古老的中国传统茶文化为母本，再与各国的历史、文化、人文相结合，形成了英国茶文化、日本茶文化、韩国茶文化、俄罗斯茶文化及摩洛哥茶文化等各不相同的茶文化特色。

中国现代名茶有数百种之多，以制作工艺分为六大类：绿茶、黄茶、白茶、青茶、红茶、黑茶。

本书根据千百年来形成的茶的市场价值，结合其历史、自然环境等特点，特选择西湖龙井、洞庭碧螺春、黄山毛峰、庐山云雾、六安瓜片、信阳毛尖、君山银针、武夷岩茶、安溪铁观音、祁门红茶等中国十大名茶，作以详细的介绍，以满足读者对中国茶文化的了解 and 需求。

编者

2012年9月



目录

CONTENTS

泡茶四部曲

一、要选好水：泉从石出清宜冽

二、要配名具：好茶当须好器沏

· 茶具的材质	13
陶土茶具	13
瓷器茶具	14
玻璃茶具	15
金属茶具	15
· 茶具的种类、选择与使用	16
茶壶	16
壶承	17
盖置	17
茶船	17
茶海	18
茶碟	18

茶盘	19
茶荷	19
品茗杯	20
盖碗	20
公道杯	21
煮水器	22
过滤网和滤网架	22
茶道具	23
茶巾	24
水盂	26
茶刀	26
茶宠	27
养壶笔	28
茶叶罐	29

三要学泡煮：精美绝伦话茶艺

· 煮茶法	31
· 点茶法	31
· 玻璃杯泡茶法（见西湖龙井）	49
· 盖碗泡茶法（见六安瓜片）	136
· 紫砂壶泡茶法（见安溪铁观音）	218

四要慢品鉴：香茗袅袅亦醉人



Part 1 西湖龙井

欲把西湖比西子，从来佳茗似佳人

佳茗简介

- 起源与发展····· 34
- 产地分布与自然环境····· 36
- 品质、品牌、品级····· 37
 - 品质····· 37
 - 品牌····· 38
 - 品级····· 38
- 选购与储存····· 39
 - 选购····· 39
 - 储存····· 40

龙井的功用

- 营养价值与保健功能····· 41
 - 营养价值····· 41
 - 保健功能····· 41
- 茶疗良方····· 43
 - 蒲公英龙井茶····· 44
 - 菊花龙井茶····· 44
 - 薏米龙井茶····· 45
 - 桂圆龙井茶····· 45
 - 薄荷姜糖茶····· 46
 - 桂花茶····· 46

冲泡技艺与品饮艺术

- 冲泡前的准备工作····· 47
 - 鉴茶····· 47
 - 选水····· 48
 - 备具····· 48
- 龙井的冲泡方法····· 49

- 冲泡须知····· 49
- 冲泡方法····· 49
- 品饮····· 50

西湖龙井的文化内涵

- 龙井茶事····· 51
- 龙井与文化景观····· 53
- 龙井的茶道精神····· 53

Part 2 洞庭碧螺春

碧螺飞翠太湖美，新雨吟香云水闲

佳茗简介

- 起源与发展····· 58
- 产地分布与自然环境····· 60
- 品质、品牌、品级····· 61
 - 品质····· 61
 - 品牌····· 61
 - 品级····· 62
- 选购与储存····· 64
 - 选购····· 64
 - 储存····· 65

碧螺春的功用

- 营养价值与保健功能····· 66
 - 营养价值····· 66
 - 保健功能····· 66
- 茶疗良方····· 68
 - 糖茶····· 68
 - 桂圆碧螺春茶····· 68
 - 薏米仁碧螺春····· 69

蜜茶·····	69
胖大海碧螺春·····	70
核桃碧螺春·····	70

冲泡技艺与品饮艺术

· 冲泡前的准备工作·····	71
环境·····	71
鉴茶·····	71
选水·····	71
备具·····	71
· 碧螺春的冲泡方法·····	72
冲泡须知·····	72
冲泡方法·····	72
品饮·····	73

碧螺春的文化内涵

· 碧螺春茶事·····	74
· 碧螺春与文化景观·····	76
· 碧螺春的茶道精神·····	77



Part 3 黄山毛峰

鱼叶散金毫有霜，悠悠云雾展旗枪

佳茗简介

· 起源与发展·····	80
· 产地分布与自然环境·····	82
· 品质、品牌、品级·····	83
品质·····	83
品牌·····	84
品级·····	84
· 选购与储存·····	85
选购·····	85
储存·····	85

黄山毛峰的功用

· 营养价值与保健功能·····	86
营养价值·····	86
保健功能·····	86
· 茶疗良方·····	87
金银花茶·····	87
毛尖红枣茶·····	87
红枣绿茶·····	88
蒲公英茶·····	88
莲糖茶·····	89
黑芝麻茶·····	89

冲泡技艺与品饮艺术

· 冲泡前的准备工作·····	90
鉴茶·····	90
选水·····	90
备具·····	90
· 黄山毛峰的冲泡方法·····	91