

新手学

识茶、品茶、鉴茶和侃茶

声东 编著

纯天然草本饮品
低热量，更健康

(全彩+超长视频)

【识茶】全方位解析茶叶性状，直观鉴别品种特征
【泡品】指导正确冲泡方法，品味地道茶饮文化
【侃谈】了解各地茶艺礼节，分享特色茶俗茶趣



侃茶趣
鉴品类器具
品古茶文化
泡健康茶饮
识七大茶类

1DVD 超值赠送
3.7GB 多媒体视频教程
另赠 359MB 电子书
《茶道常识全知道（图解应用版）》



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

新手学

0802566

识茶、品茶、 鉴茶和侃茶

(全彩+超长视频)

声东 编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

内 容 简 介

本书是专门针对茶叶新手编写的一本识茶、学茶参考书。书中按照识茶、泡茶、品茶、侃茶这一流程,分别介绍了各大茶类各个品种的品质特征、冲泡方法等,内容涉及茶具的知识(包括茶具的发展、茶具的选择、茶具的正确使用等)。在最后的侃茶模块,向读者展示了茶艺的礼仪,茶叶的功效,有趣的茶人、茶事、茶俗等内容,让读者学习茶叶知识的同时全方面了解茶文化,增添了阅读的乐趣。

本书文字简练明确,图片精美到位,排版清晰合理,是茶叶方面学习新手的最佳选择。

图书在版编目(CIP)数据

新手学识茶、泡茶、品茶、鉴茶和侃茶:全彩+超长
视频 / 声东编著. — 北京:中国铁道出版社, 2014. 11
ISBN 978-7-113-19191-7

I. ①新… II. ①声… III. ①茶叶—文化—中国
IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第205895号

书 名: 新手学识茶、泡茶、品茶、鉴茶和侃茶(全彩+超长视频)
作 者: 声东 编著

策 划: 武文斌
责任编辑: 王 宏
编辑助理: 张俊杰

读者热线电话: 010-63560056
封面设计: 多宝格
责任印制: 赵星辰

出版发行: 中国铁道出版社(北京市西城区右安门西街8号 邮政编码: 100054)
印 刷: 中煤涿州制图印刷厂北京分厂
版 次: 2014年11月第1版 2014年11月第1次印刷
开 本: 720mm×1000mm 1/16 印张: 10 字数: 144千
书 号: ISBN 978-7-113-19191-7
定 价: 39.80元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书,如有印制质量问题,请与本社读者服务部联系调换。电话:(010) 51873174

打击盗版举报电话:(010) 51873659

前言

PREFACE

我国是产茶、饮茶的发源地，也是茶叶大国之一，拥有众多的茶叶品类和博大精深的茶文化。身为国人，岂能对茶一无所知？为了帮助大家对茶文化的了解，也为了培养更多的爱茶之人，我们特地精心策划并编著了该图书。书中囊括绿茶、红茶、黄茶、白茶、青茶、黑茶六大茶类及再加工茶，按照识茶、泡茶、品茶、侃茶的流程叙述，非常适合新手阅读。

在识茶这一版块，编者为使读者全方面地了解茶叶的性状、让新手学会鉴别茶叶，还特别以图文结合的方式分别介绍了茶叶的分类及每类茶叶的代表品种和其品质特征。此外，识茶这一部分还介绍了各种茶具的相关知识，以供读者阅读学习。

在泡茶、品茶版块，主要讲解了各类茶叶的冲泡方法，所选品种皆具代表性，步骤具体详细，一看就懂，一学即会。

侃茶是本书最有特色也是最有趣味的一部分。该部分内容丰富，涉及面广，包括茶艺的礼节、茶席的布置、茶叶的功效、茶叶的储藏、名人与茶的故事、各地的特色茶俗。使读者在识茶、泡茶之余，也能享受到茶趣。

本书经编者精心编写，但凡事皆难以尽善尽美，因编者水平有限而导致文字或图片上存在疏漏不足之处，望广大读者谅解并指正。

编者

2014年9月



目 录

CONTENTS

绪论

XULUN

在学习识茶、泡茶之前，首先带你走进茶叶的世界，告诉你我国茶叶的发展历史，有趣的茶人和茶故事还有我国茶叶茶区的划分。让茶叶的“门外汉”们迈出识茶品茶的第一步。

我国茶叶简史.....	2
茶人茶事.....	3
我国茶区.....	4

新手学识茶

CHAPTER 01

茶叶是我国的传统饮品，饮茶也是我国传统文化。茶叶按照制法与品质的不同可分为六大茶类，即绿茶、红茶、青茶、黄茶、白茶和黑茶，各类茶叶有各自的特色。除了六大茶类之外，还有在各类茶叶基础上进行再加工的再加工茶。下面就来为你一一介绍这些茶叶。

绿茶.....	6
绿茶产地.....	6
绿茶特征.....	6
绿茶分类.....	7

绿茶制作工艺.....	8
绿茶常见品种及鉴赏	8

红茶..... 11

红茶产地.....	11
红茶特征.....	11
红茶分类.....	12
红茶制作工艺.....	13
红茶常见品种及鉴赏	13

青茶..... 16

青茶产地.....	16
青茶特征.....	16
青茶分类.....	17
青茶制作工艺.....	18
青茶常见品种及鉴赏	19

黄茶..... 20

黄茶产地.....	20
黄茶特征.....	21
黄茶分类.....	21
黄茶制作工艺.....	22
黄茶常见品种及鉴赏	22

目 录

CONTENTS

白茶.....24

白茶产地.....	24
白茶特征.....	24
白茶分类.....	25
白茶制作工艺.....	25
白茶常见品种及鉴赏	25

黑茶.....26

黑茶产地.....	26
黑茶特征.....	27
黑茶分类.....	27
黑茶制作工艺.....	28
黑茶常见品种及鉴赏	29

再加工茶30

花茶.....	30
紧压茶	30
袋泡茶	30
速溶茶	30
含茶饮料.....	31
花茶常见品种及鉴赏	31
紧压茶常见品种及鉴赏	32

新手学泡茶、品茶 CHAPTER 02

了解完茶叶的分类，接下来开始学习泡茶和品茶。首先认识泡茶的茶具，包括其发展和特点，再学习泡茶的具体方法，包括泡茶的基本流程，以及常见茶的具体冲泡步骤，还精心准备了茶叶背后的小故事和传说，让你在泡茶饮茶之余品味茶文化。

茶具发展34

唐代以前.....	34
唐代.....	34
宋代.....	35
元代.....	35
明代.....	35
清代.....	36
现代.....	36

瓷质茶具36

唐代.....	36
宋代.....	36
元代.....	36
明清.....	37
分类.....	37

目 录

CONTENTS

瓷质茶具选购	38	漆器茶具	47
紫砂茶具	39	泡茶所需茶具	48
紫砂壶发展	39	主茶具	48
明代	39	辅助茶具	49
清代	39	备水器	50
紫砂壶分类	39	备茶器	51
紫砂壶优点	40	泡茶茶具选择	52
紫砂壶选购	41	绿茶	52
紫砂壶开壶	41	白茶	52
养护紫砂壶	42	黄茶	52
金属茶具	43	红茶	52
金属茶具发展	43	青茶	53
铁壶	43	黑茶	53
铁壶优点	44	花茶	53
铁壶使用	44	鉴泉择水	53
铁壶保养	44	好水的标准	53
玻璃茶具	45	名泉佳水	56
玻璃茶具发展	45	天下第一泉	56
玻璃茶具优缺点	45	天下第二泉——无锡惠山泉	57
玻璃茶具选购	46	天下第三泉——苏州虎丘石泉水	57
其他茶具	47	天下第四泉——虎跑泉	57
竹木茶具	47	天下第五泉——扬州大明寺泉水	57

目 录

CONTENTS

泡茶流程 58

备器.....	58
赏茶.....	59
温具.....	59
投茶.....	60
持壶、持杯方法	60
辅助茶具的使用方法	61
品茶.....	63

绿茶冲泡 64

冲泡西湖龙井.....	65
冲泡碧螺春	67
冲泡太平猴魁.....	69
冲泡安吉白茶.....	71
冲泡六安瓜片.....	73
居家泡绿茶	75

红茶冲泡 77

冲泡滇红.....	78
冲泡金骏眉	81
冲泡正山小种.....	83
冲泡宜红工夫.....	85

冲泡祁红.....	87
-----------	----

柠檬红茶制作.....	89
-------------	----

红茶调饮.....	91
-----------	----

青茶冲泡 93

冲泡铁观音	94
-------------	----

冲泡闽北水仙.....	98
-------------	----

冲泡永春佛手.....	101
-------------	-----

冲泡武夷肉桂.....	104
-------------	-----

冲泡冻顶乌龙.....	107
-------------	-----

冲泡大红袍	110
-------------	-----

冲泡凤凰单枞.....	113
-------------	-----

黄茶冲泡 116

白茶冲泡 118

黑茶冲泡 120

冲泡六堡茶	121
-------------	-----

冲泡普洱.....	123
-----------	-----

冲泡安化黑茶.....	125
-------------	-----

居家泡黑茶	127
-------------	-----

冲泡花茶 129

目 录

CONTENTS

新手学侃茶

CHAPTER 03

了解完茶叶的知识和茶具的知识，也学会了各类茶叶的冲泡，那么你基本上已经摆脱了“新手”的称号，最后再补习一下茶叶更丰富的知识，使你能在茶席间和别人聊得更多，让你在“茶叶世界”中的等级跨越到一个新的高度。

茶艺礼仪 133

茶艺礼节 133

茶艺仪态 135

茶席设计 139

茶具组合 139

铺垫 139

插花 141

环境设计 142

茶叶储藏 143

影响茶叶品质的因素 143

茶叶的储藏方法 144

茶叶功效 145

绿茶 145

红茶 146

青茶 147

黑茶 147

黄茶 148

白茶 148

花茶 148

茶叶趣事 149

苏东坡与茶 149

唐伯虎与茶 149

曹雪芹与茶 150

特色茶俗 151

敬茶 151

婚礼中的茶俗 151

少数民族的茶俗 152

绪论

在学习识茶、泡茶之前，首先带你走进茶叶的世界，告诉你我国茶叶的发展历史，有趣的茶人和茶故事还有我国茶叶茶区的划分。让茶叶的『门外汉』们迈出识茶品茶的第一步。

◎ 我国茶叶简史

我国是茶叶的发源地，从发现茶到利用茶，至今已有4000年的历史。唐代陆羽在《茶经》中有过这样的记载“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公，兴于唐，盛于宋。”

六朝以前

——“巴蜀是我国茶业和茶叶文化的摇篮”

我国茶业最初兴起于巴蜀。《汉书·地理志》和清初学者顾炎武均持以这种观点，这个观念也被广为接受和认同。秦朝统一全国后，巴蜀与各地经济、文化的交流进一步加强，尤其是茶叶的种植和加工，逐渐向东部和南部传播开来。

隋唐时期

——快速发展时期

隋朝开通的南北大运河，方便了茶叶的运输，促进了文化的交流，推动了茶业的发展。

唐朝时茶叶生产有了较大发展，加上佛教的兴起，饮茶之风传遍全国。中唐以后，茶叶产量和制茶技术大幅提高。到了晚唐，我国茶叶生产和技术的中心正式转移到长江中游和下游地区。

宋元时期

——“散茶”出现

宋元茶类生产由团饼为主渐渐转变为以散茶为主。宋朝团、饼茶制作虽精，但工艺繁琐，煮饮费事，于是，发展出了蒸青和蒸青末茶。在宋元，团、饼一类的紧压茶，称为“片茶”，对“蒸而不碎，碎而不拍”的蒸青和末，称为“散茶”。

明清时期

——传统茶业衰落，叶茶芽茶兴起

明清时期是我国古代茶业和传统茶学由鼎盛走向终极的阶段。团茶、饼茶进一步边茶化，末茶衰落，叶茶和芽茶成为我国茶叶生产和消费的主导。随着饮茶人数的提高，茶叶加工技艺和传统茶学也达到了一个新的高度。我国的茶业和茶文化，在受到殖民者侵略的痛苦中走上了近代。

◎ 茶人茶事

我国历史悠久的茶文化中，诞生了许多著名茶人和许多有趣的茶事。

神农与茶



神农即炎帝，相传在公元前2 700多年前，神农在采药时尝到了一种有毒的药草，顿时口干舌麻，头晕目眩。这时，一阵清风吹来，树上落下几片绿油油的带着清香的叶子，神农随后拣了两片放在嘴里咀嚼，顿时感觉舌底生津，精神振奋，刚才的不适一扫而空。于是，神农便采集了一些带回去细细研究。后来，就把它命名为“茶”，也就是现在的茶。

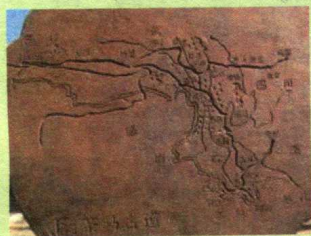
陆羽煎茶



相传唐朝有一位积公和尚，善于品茶。代宗皇帝听闻之后，下旨召来积公和尚当面试茶。

积公和尚一到宫中，皇帝就命宫中煎茶能手，沏一碗上等茶叶，赐予积公品尝。积公谢恩后接茶在手，只轻轻喝了一口，就放下茶碗。皇上问他原因，积公回答说：“我饮惯弟子陆羽煎的茶，再饮旁人煎的，就感到淡薄如水。”

茶马古道



茶马古道源于古代西南边疆和西北边疆的茶马互市，兴于唐宋，盛于明清。茶马古道分川藏、滇藏两路，连接川滇藏，延伸入不丹、尼泊尔、印度境内，直到西亚、西非红海海岸。

川藏茶马古道东起雅州边茶产地雅安，经打箭炉（今康定），西至西藏拉萨，最后到达不丹、尼泊尔和印度，全长近4 000多千米，已有1 300多年历史。

滇藏茶马古道大约形成于公元6世纪后期，它南起云南茶叶主产区西双版纳易武、普洱市，中间经过今天的大理白族自治州和丽江市、香格里拉进入西藏，直达拉萨。

◎ 我国茶区

西南茶区位于我国西南部，包括云南、贵州、四川三省以及西藏东南部，是我国最古老的茶区。

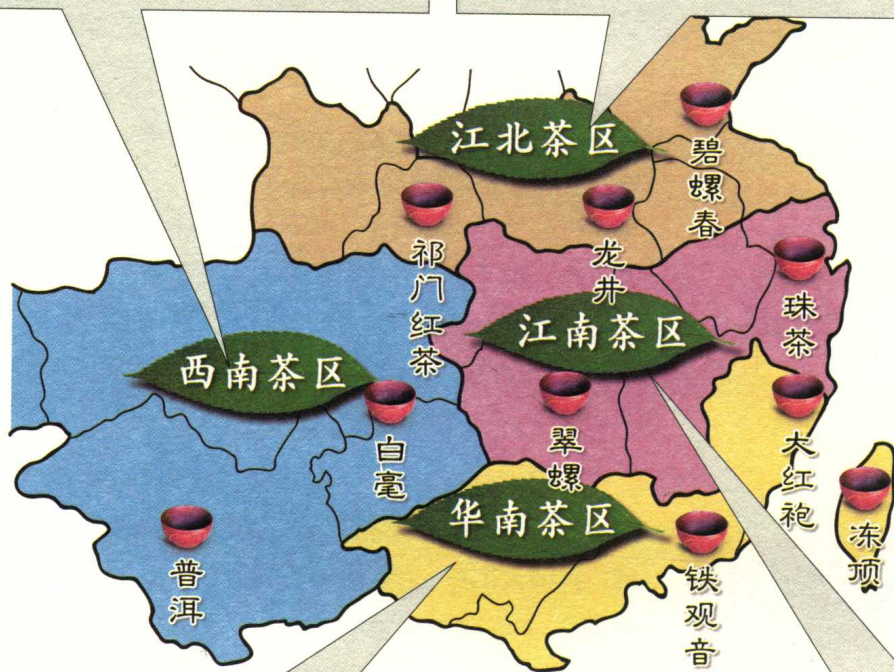
著名茶山：峨眉山、蒙山、青城山等。

著名茶叶：普洱茶、蒙顶黄芽、都匀毛尖、竹叶青等。

江北茶区位于长江中、下游北岸，包括河南、陕西、甘肃、山东等省和皖北、苏北、鄂北等地，是我国最北的茶区。

著名茶山：大别山、花果山、武当山等。

著名茶叶：六安瓜片、信阳毛尖、霍山黄芽等。



中国四大茶区及十大名茶分布图

华南茶区位于中国南部，包括广东、广西、福建、我国台湾、海南等省（区），是中国最适宜茶树生长的地区。

著名茶山：凤凰山、五指山、阿里山等。

著名茶叶：铁观音、黄金桂、凤凰水仙、冻顶乌龙等。

江南茶区位于我国长江中、下游南部，包括浙江、湖南、江西等省和皖南、苏南、鄂南等部分地区，是我国茶叶主要产区。

著名茶山：武夷山、黄山、洞庭山等。

著名茶叶：西湖龙井、黄山毛峰、洞庭碧螺春、祁门红茶、武夷岩茶等。

新手学识茶

茶叶是我国的传统饮品，饮茶也是我国传统文化。茶叶按照制法与品质的不同可分为六大茶类，即绿茶、红茶、青茶、黄茶、白茶和黑茶，各类茶叶有各自的特色。除了六大茶类之外，还有在各类茶叶基础上进行再加工的再加工茶。下面就来为你一一介绍这些茶叶。

绿茶

绿茶是指采取茶树鲜叶，未经发酵，经杀青、揉捻、干燥的工艺流程，其制成品的干茶、冲泡后的茶汤较多的保存了鲜茶叶的绿色主调。常饮绿茶能防癌和降血脂，防电脑辐射，吸烟者可减轻尼古丁伤害。

绿茶产地

绿茶是世界上最早加工的茶类，其历史悠久。绿茶也是我国产量最多的一类茶叶，每年出口数万吨。我国有18个省都生产绿茶，产区大致可以分为：江南产区、江北产区、华南产区和西南产区。其中安徽、浙江、江西三省产量最高，质量最好。如西湖龙井产自杭州、黄山毛峰产于黄山、婺源绿茶产自婺源。



绿茶特征

绿茶为不发酵茶，保留较多鲜叶内的天然物质。清汤绿叶，香高味长，品质优异且名品众多。



绿茶分类

绿茶首先根据杀青方法和干燥方法的不同，分为炒青绿茶、烘青绿茶、蒸青绿茶和晒青绿茶。

炒青绿茶

炒青绿茶的干燥方式为炒干，分为以下三类：

① **长炒青** 外形条索紧实。主要产于浙江、安徽、江西。主要品种有婺绿和屯绿。



婺绿（长炒青）

② **圆炒青** 外形颗粒圆紧。主产于浙江、安徽。主要有泉岗辉白和涌溪火青。



涌溪火青（圆炒青）

③ **扁炒青** 外形扁平直。主产于浙江、安徽。主要有龙井和大方。



龙井（扁炒青）

烘青绿茶

烘青是用烘笼进行烘干的，香气一般不及炒青，少数烘青名茶品质很好。如产于安徽的黄山毛峰、太平猴魁、六安瓜片等。

蒸青绿茶

蒸青是利用蒸汽来破坏鲜叶中的酶活性，形成干茶绿、茶汤绿、叶底绿的“三绿”特征。但香气较闷，涩味较重，不及锅炒杀青，绿茶鲜爽。主要品种有产于湖北恩施的恩施玉露。

晒青绿茶

晒青绿茶指鲜叶经过锅炒杀青、揉捻之后，利用日光晒干的绿茶。制出的茶叶有一股日晒特有的味道，品质上不及烘青、炒青，故以散茶形式就地销售或制成紧压茶销往边疆。



太平猴魁（烘青）



恩施玉露



晒青绿茶

绿茶制作工艺

绿茶的制作工艺主要包括杀青、揉捻、干燥三大步骤。

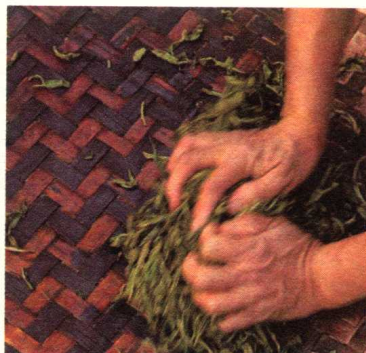
步骤 1 杀青是绿茶加工的第一道工艺，也是形成绿茶品质的关键工艺。杀青利用高温，钝化鲜叶中酶的活性，蒸发叶内的部分水分，使叶片变软，有“高温杀青、先高后低；老叶嫩杀、嫩叶老杀；抛闷结合、多抛少闷”的原则。

步骤 2 揉捻是绿茶塑形的工序。揉捻破坏了鲜叶组织，让茶汁渗出，使茶叶卷曲成条。

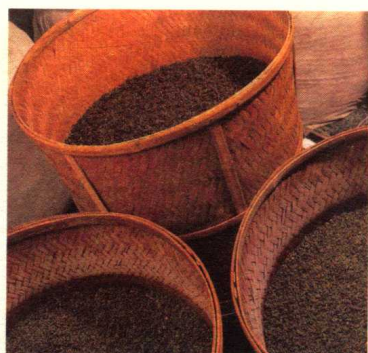
步骤 3 干燥的目的是蒸发水分并整理外形，有利于茶叶的保存。常用干燥方式有烘干、炒干和晒干。



杀青



揉捻



干燥

绿茶常见品种及鉴赏

黄山毛峰



优质毛峰

历史渊源：黄山毛峰由清代光绪年间谢裕泰茶庄所创制，是我国历史名茶之一。因为其鲜叶采自黄山高峰，新制茶表面附有白毫，芽尖锋芒，因此被命名为黄山毛峰。

产地：原产于安徽歙县黄山区。

品质特征：黄山毛峰的品质有以下三个方面——

- ① 干茶外形细嫩，芽肥壮、匀齐，有峰毫，形似“雀舌”，色泽嫩绿金黄油润。
- ② 茶汤汤色清澈杏黄明亮，香气清新高长，滋味甘醇鲜爽。
- ③ 叶底嫩黄，肥厚成朵。

鉴别要点：干茶形似雀舌，色如象牙，黄绿油润。