

茶饮
笔记

*Coffee & Tea
Encyclopedia
For Gourmet*

[日]作山若子 著
高君 译

北京出版集团公司

北京美术摄影出版社

茶饮
笔记

*Coffee & Tea
Encyclopedia
For Gourmet*

[日] 作山若子 著
高君 译

北京出版集团公司
北京美术摄影出版社

KISSA TECHO by Wakako Sakuyama

Copyright © 2009 Wakako Sakuyama

All rights reserved.

First original Japanese edition published by Tokyo Shoseki Co., Ltd., Japan.

Chinese (in simplified character only) translation rights arranged with Tokyo Shoseki Co., Ltd., Japan.

through CREEK & RIVER Co., Ltd. and CREEK & RIVER SHANGHAI Co., Ltd.

Chinese language (in simplified character) copyright © 2015 by BPG Artmeida (beijing) Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

茶饮笔记 / (日) 作山若子著 ; 高君译. — 北京 : 北京美术摄影出版社, 2015. 4

ISBN 978-7-80501-699-3

I. ①茶… II. ①作… ②高… III. ①咖啡—基本知识 ②茶叶—基本知识 IV. ① TS273 ② TS272.5

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第222421号

北京市版权局著作权合同登记号 : 01-2013-4763

责任编辑: 董维东

特约编辑: 刘 佳

责任印制: 彭军芳

茶饮笔记

CHAYIN BIJI

[日] 作山若子 著 高君 译

出 版 北京出版集团公司

北京美术摄影出版社

地 址 北京北三环中路6号

邮 编 100120

网 址 www.bph.com.cn

总发行 北京出版集团公司

发 行 京版北美 (北京) 文化艺术传媒有限公司

经 销 新华书店

印 刷 北京国彩印刷有限公司

版 次 2015年4月第1版第1次印刷

开 本 90毫米×160毫米 1/64

印 张 3.25

字 数 150千字

书 号 ISBN 978-7-80501-699-3

定 价 29.90元

质量监督电话 010-58572393

序 言

生活中，我们经常饮茶、喝咖啡，比如在早起时、饭后、开会当中、工作间歇、招待客人时、旅途中或者在露营地……

人们为什么如此频繁地饮茶、喝咖啡呢？那是因为人体约70%是由水分构成的，所以人们频繁地饮茶、喝咖啡与这一点也是有关联的。如果不经常给人体补给水分的话，人便无法生存下去。

茶和咖啡是人们在生活的各个场合中经常饮用的饮品。虽然人们每天要喝大量的茶或咖啡，但是您遇到了打心眼里觉得美味可口的茶或咖啡了吗？反正摆在眼前，所以便喝下了，在这样的情况下饮茶或喝咖啡的人很多是吧？这本《茶饮笔记》旨在帮助十分喜欢茶和咖啡的人们找到自己真正喜欢的一杯茶或咖啡。

如果掌握了我们经常饮用的茶或咖啡中所包含的营养成分以及这些营养成分的功效，这些茶或咖啡适合与哪些食品搭配饮用比较好等知识的话，我们就会变得更加喜欢茶或咖啡。并且，本书中也涉及一些拥有古老历史、形成独特文化的世界各地的茶和咖啡，介绍了一些相关的知识。您不妨尝试着一边饮用自己十分喜欢的茶或咖啡，一边翻阅着本书，使思想徜徉在所饮之茶或咖啡的历史与文化中，感觉如何呢？我认为您可以借此体味到在世界范围内的咖啡或茶产地旅行的感觉。

在世界各地，人们将茶和咖啡作为药品、嗜好品、餐间饮品而饮用。后来，这些茶、咖啡跨越国境传播开来，在不同的国家以各种各样的形式扎下根。但茶和咖啡最显著的能量在于：当我们真正品味到一杯美味可口的茶或咖啡时，我们会油然而发出一种幸福之感。

衷心希望本书也成为令大家无上幸福的“一杯茶或咖啡”。

作山若子

2012年7月吉日

◎ 目录

序言

咖啡

咖啡的基础知识.....	16
乞力马扎罗	24
肯尼亚	25
摩卡·哈勒尔	26
摩卡·西达摩	27
摩卡·马塔里	28
蓝山	29
高山	30
波多黎各	31
海地	32
多米尼加	33
水晶山	34
古巴	35

墨西哥	36
危地马拉	37
萨尔瓦多	38
洪都拉斯	39
尼加拉瓜	40
哥斯达黎加	41
巴西	42
哥伦比亚	43
厄瓜多尔	44
秘鲁	45
曼特宁	46
巴厘·阿拉比卡	47
爪哇·罗布斯塔	48
越南·罗布斯塔	49
巴布亚新几内亚	50
印度	51
夏威夷·科纳	52

红茶

红茶的基础知识.....	54
大吉岭	60
阿萨姆	61
杜阿滋	62
尼尔吉里	63
乌瓦	64
汀布拉	65
努瓦拉埃利亚	66
卢哈纳	67
康提	68
锡尔赫特	69
香格里拉	70
祁门（祁门红茶）	71
云南（云南红茶）	72
拉普山小种（正山小种）	73
爪哇	74
肯尼亚	75

印度奶茶 76

格雷伯爵 77

日本茶

日本茶的基础知识..... 80

桃生茶 84

猿岛茶 85

狭山茶 86

足柄茶 87

村上茶 88

白川茶 89

川根茶 90

藤枝茶 91

挂川茶 92

西尾茶 93

伊势茶 94

宇治茶 95

丹波茶 96

大和茶	97
土佐茶	98
八女茶	99
嬉野茶	100
知覧茶	101
番茶	102
焙茶	103
京番茶	103
玄米茶	104
加賀棒茶	104
玉露	105
抹茶	105
振茶	106
Batabata茶	106
Botebote茶	107
棋石茶	107

中国茶

中国茶的基础知识.....	110
西湖龙井	116
黄山毛峰	117
碧螺春	118
信阳毛尖	119
白毫银针	120
白牡丹茶	121
君山银针	122
霍山黄芽	123
大红袍	124
武夷水仙	125
安溪铁观音	126
安溪黄金桂	127
凤凰单枞	128
冻顶乌龙茶	129

东方美人	130
云南普洱茶	131
茉莉花茶	132
茉莉龙珠	133
桂花茶	134
玫瑰茶	135
菊花茶	136
八宝茶	137
甜茶	138
苦丁茶	138
莲心茶	139
虫屎茶	139

花草茶

花草茶的基础知识	142
松果菊	144
接骨木花	145
橄榄	146

橘皮	147
甘菊	148
砂仁	149
红花	150
杜松莓	151
生姜	152
草莓叶	153
留兰香	154
圣约翰草	155
鼠尾草	156
蒲公英	157
百里香	158
荨麻	159
玫瑰茄	160
欧石楠	161
茴香	162
胡椒薄荷	163
墨角兰	164

马黛	165
金盏菊	166
锦葵 (蓝)	167
桉树	168
覆盆子叶	169
薰衣草	170
甘草	171
菩提树	172
路易波士	173
柠檬草	174
柠檬马鞭草	175
柠檬香蜂草	176
玫瑰	177
玫瑰果	178
迷迭香	179
明日叶	180
大麦	181
柿叶	182

芭乐	183
枸杞	184
山白竹	185
化石草	186
黑豆	187
桑叶	188
鞑靼荞麦	189
蕺草	190
杜仲叶	191
薏苡	192
波布草	193
菊薯	194
艾蒿	195

附录：世界上各种各样的茶

韩国玉米茶、人参茶	198
菲律宾的巴拿巴茶	198
越南的莲花茶、Soi茶	199

缅甸的Lepet-so	199
印度的武靴藤茶	200
俄罗斯的红茶	200
西伯利亚的红砖茶	201
阿拉斯加的红茶	201
巴西的Taheebo茶	202
土耳其的红茶	202
摩洛哥的薄荷茶	203

[专栏]

世界茶馆/咖啡馆的起始	78
日本的“茶馆”	108
茶也应该享受应时的	140
香气的功效	196
关于日本茶礼宾协会	204

茶饮
笔记

*Coffee & Tea
Encyclopedia
For Gourmet*

[日] 作山若子 著
高君 译

北京出版集团公司
北京美术摄影出版社