

茶艺，不仅仅是步骤和技巧
真正醇美的好茶，在你心中……

轻松入门学

付洁
著

茶艺

绿茶、黑茶、红茶、白茶……

七大类茶品鉴

让你从外行变内行

茶汤、叶底、冲泡

上百幅精美彩图

带你透视茶艺之美



一茶
一世界
一壶
一人
一生

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

轻松入门学

付洁

著

茶

气

常州大学图书馆
藏书章



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

轻松入门学茶艺 / 付洁著. —北京: 中国铁道出版社, 2018.2

ISBN 978-7-113-23988-6

I. ①轻… II. ①付… III. ①茶文化 IV. ①TS971.21

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第277039号

书 名: 轻松入门学茶艺

作 者: 付洁 著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 郭景思

版式设计: 戴立志

责任印制: 赵星辰

出版发行: 中国铁道出版社(100054, 北京市西城区右安门西街8号)

印 刷: 中煤(北京)印务有限公司

版 次: 2018年2月第1版 2018年2月第1次印刷

开 本: 889mm×1194mm 1/24 印张: 12 字数: 325千

书 号: ISBN 978-7-113-23988-6

定 价: 49.80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

Preface 前言



取一匙茶叶
于举手投足间
浸润一壶清香
袅袅香飘散
烦恼茶中消

……

当整个人被幽幽茶香包围，心中的馋虫是否在蠢蠢欲动？
茶未喝，心已被茶香所吸引。

茶是视觉与味觉的综合体，茶在没遇到水之前，干干瘪瘪的毫不起眼。一旦与适合的水邂逅，它就能绽放魅力，芳香四溢。轻轻捧起，缓缓入口，幽幽清新气息弥漫身心。茶与水的结合，孕育出美妙的茶汤。

茶，优美而悠闲，如何才能优雅自如地泡茶呢？

《轻松入门学茶艺》是爱茶人必备的入门指南，也是新手轻松学茶艺宝典。这里不仅有鉴茶、备具、选水、泡茶等知识，还有家庭泡茶、办公室泡茶、小资调饮等简单易行的创意泡茶方法，此外

有关茶的妙用的内容更是贴合生活。希望通过对相关知识的介绍，使广大读者能够对茶有更加系统和全面的认识，全方位地知茶、品茶和爱茶。





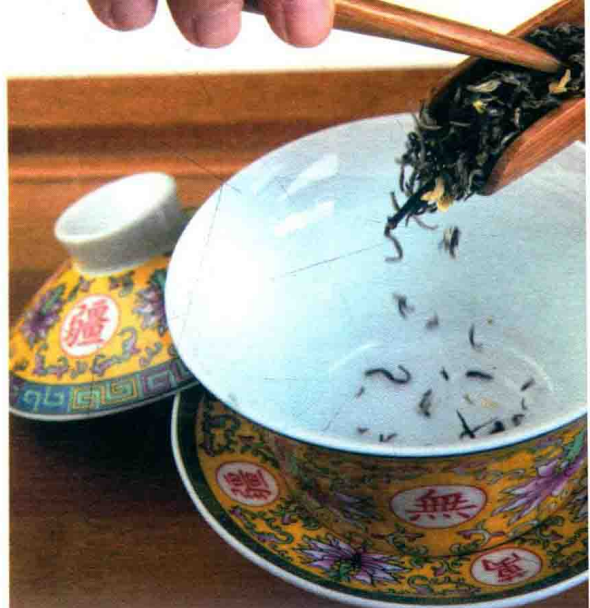
目录 Contents



Part 壹 轻松选茶

轻松鉴茶

一、鉴绿茶.....	002	冻顶乌龙.....	052
西湖龙井.....	011	铁罗汉.....	055
碧螺春.....	014	水金龟.....	058
黄山毛峰.....	017	黄金桂.....	061
竹叶青.....	020	肉桂.....	064
安吉白茶.....	023	白毫乌龙.....	067
太平猴魁.....	026	凤凰单枞.....	070
六安瓜片.....	029	三、鉴黑茶.....	073
信阳毛尖.....	032	普洱散茶.....	079
都匀毛尖.....	035	普洱熟茶.....	082
蒙顶甘露.....	038	普洱生茶.....	085
二、鉴乌龙茶.....	041	千两茶.....	088
铁观音.....	046	六堡茶.....	091
大红袍.....	049	四、鉴红茶.....	094
		祁门红茶.....	099
		滇红工夫茶.....	102
		坦洋工夫红茶.....	105



正山小种·····	108
红碎茶·····	111
宜红工夫茶·····	114
英德红茶·····	117
五、鉴白茶·····	120
白牡丹·····	124
白毫银针·····	127
寿眉·····	130
六、鉴黄茶·····	133
君山银针·····	136
蒙顶黄芽·····	139
霍山黄芽·····	142
七、鉴花茶·····	145
茉莉花茶·····	149
玫瑰花茶·····	152

碧潭飘雪·····	155
-----------	-----

选购茶叶的技巧

一、看·····	158
二、闻·····	160
三、尝·····	161

茶叶冲泡

一、冲泡方法的选择·····	163
二、泡茶用水的温度·····	163
三、茶叶冲泡用量标准·····	164
四、冲泡时间、次数·····	164
五、冲泡技艺·····	165
六、品饮·····	167



Part 贰 轻松备具、择水

备具

一、常用泡茶备具·····	170
盖碗·····	170
茶壶·····	173
品茗杯·····	177
茶盘·····	179
煮水器·····	182
公道杯·····	185
茶道具·····	186
过滤网和过滤架·····	189
茶叶罐·····	190
茶巾·····	193

杯垫·····	195
废水桶·····	196
二、办公室泡茶备具·····	198
传统杯泡茶·····	198
时尚飘逸杯·····	198
三、茶人最爱的茶具搭配	199
家庭专设茶区需配备的茶具	199
普通家庭茶具配套·····	201
小资情调茶配件·····	201
家庭旅行茶具·····	202

选水

一、水为茶之母·····	204
二、古人择水·····	205
三、选水有技巧·····	206

Part 叁 轻松冲泡、品饮

家庭泡茶

一、盖碗泡茶·····	212
二、玻璃杯泡茶·····	218
三、壶泡茶·····	220

办公室泡茶

- 一、单杯泡茶····· 228
- 二、三件套杯泡茶····· 230

浪漫调饮

- 一、红茶调饮····· 231
- 二、奶茶制作····· 236

Part 肆 茶在生活中的妙用

茶方妙用

- 一、护发····· 240
- 二、防龋除口臭····· 242

茶肴妙做

- 一、煮饭····· 243
- 二、入菜····· 246



Part 伍 茶为健康品

茶为国饮

茶的保健功效

饮茶看四季

饮茶因人而异

Part 陆 源远流长的茶文化

简单认识茶文化

简单认识饮茶文化

简单认识茶艺

简单了解茶礼

简单认识茶区



Part  壹

轻松选茶

选对茶叶，是泡出一壶好茶的关键。
想要轻松选对茶，除了通过对茶叶的清香、
滋味口感有直观的感觉，还要依靠认识鉴
别茶叶的一些基础知识。



轻松鉴茶

一、鉴绿茶

绿茶又称不发酵茶，是中国产量最多、饮用最广泛的一种茶。它以新茶为贵，汤清叶绿是绿茶品质的共同特点。绿茶的品种多样，以西湖龙井、黄山毛峰、洞庭碧螺春、信阳毛尖等最出名。每年春天，当新鲜绿茶上市的时候，喜欢喝绿茶的人们都会争先购买，品质好的绿茶，常常供不应求。




绿茶的分类

绿茶按其干燥和杀青方法的不同，一般分为炒青、烘青、晒青和蒸青四种。

绿茶的分类		
分类	概况	实图
炒青 绿茶	绿茶初制时，利用微火在铁锅中杀青而制成。由于在干燥过程中受到机械或手工搓力的作用不同，成茶形成了长条形、圆珠形、扇平形、针形、螺形等不同形状，故又分为长炒青、圆炒青、扁炒青等。长炒青精制后称眉茶，成品的花色有珍眉、贡熙、雨茶、针眉、秀眉等	
烘青 绿茶	用烘笼进行烘干，烘青毛茶经再加工精制后大部分作熏制花茶的茶坯，香气一般不及炒青茶高，少数烘青名茶品质特优。根据其外形可分为条形茶、尖形茶、片形茶、针形茶等。条形烘青，全国主要产茶区都有生产；尖形、片形茶主要产于安徽省、浙江省	
晒青 绿茶	用日光进行晒干。此种茶主要分布在湖南、湖北、广东、广西、四川，云南、贵州等省有少量生产，以云南大叶种的品质最好，称为“滇青”；其他如川青、黔青、桂青、鄂青等品质各有千秋	

续表


分类	概况	
蒸青绿茶	<p>利用蒸汽量来破坏鲜叶中酶活性，形成的干茶色泽深绿，具有茶汤浅绿和茶底青绿的“三绿”的品质特征，但香气较闷带青气，涩味也较重，不及锅炒杀青绿茶那样鲜爽。主要品种有恩施玉露，产于湖北恩施；中国煎茶，产于浙江、福建、安徽</p>	

绿茶的工艺

绿茶为不发酵茶，加工方法各不相同，但其基本工序相同，即均经过杀青、揉捻、干燥三个过程。其中，关键在于初制的第一道工序，即杀青。

绿茶的工艺		
工艺	概况	实图
杀青	<p>鲜叶通过杀青使酶的活性钝化，内含的各种化学成分基本上在没有酶影响的条件下，由热力作用进行物理化学变化，从而形成绿茶的品质特征，对绿茶品质起着决定性的作用。影响杀青质量的因素有杀青温度、投叶量、杀青机种类、时间、杀青方式等。它们是一个整体，互相牵连制约</p>	

续表

工艺	概况	实图
揉捻	<p>绿茶塑造外形的一道工序，有冷揉与热揉之分。冷揉即杀青叶经过摊凉后揉捻，热揉则是杀青叶不经摊凉而趁热进行的揉捻。嫩叶宜冷揉以保持黄绿明亮的汤色与嫩绿的叶底，老叶宜热揉以利于条索紧结，减少碎末。目前，除名茶仍用手工操作外，大宗绿茶的揉捻作业已实现机械化</p>	
干燥	<p>目的是为了蒸发水分，并整理外形，充分发挥茶香。干燥方法有烘干、炒干和晒干三种形式。绿茶的干燥工序，一般先经过烘干，然后再进行炒干</p>	

绿茶的形状

绿茶是所有茶类中形状最多，最注重茶形的茶叶，且优质茶茶形都非常美。绿茶主要有以下几种形状。

扁形绿茶：茶的条索扁平、挺直的茶，代表茶有龙井茶、千岛玉叶、雀舌茶等。



螺形绿茶：茶条卷曲紧抱，像螺一样，茶上多毫，代表茶有碧螺春、翠螺等。



卷曲形绿茶：纤细的茶条细紧卷曲，茶条上有毫，代表茶有高桥银峰等。



兰花形绿茶：自然舒展像兰花一样的绿茶，芽叶完整舒展，最有代表性的是太平猴魁。

