

香茗一口，淡看人间一世

中国茶品鉴图典

从浩瀚茶文化中提炼出的经典，7大茶类，100多种茶叶



识茶：品读茶文化，鉴别茶叶品质，辨识7大茶类
泡茶：茶道之精髓，选对茶器茶具，掌握泡茶步骤
品茶：轻饮一盅茶，了解品茶风俗，学习品茶须知


李俊杰 编著



中国茶品鉴图典

李俊杰 编著



 甘肃科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

中国茶品鉴图典/李俊杰编著. --兰州: 甘肃科学技术出版社, 2017. 7
ISBN 978-7-5424-2456-3

I. ①中… II. ①李… III. ①茶叶—品鉴—中国—图集 IV. ①TS272. 5-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第254028号

中国茶品鉴图典

李俊杰 编著

责任编辑 陈槟

封面设计 深圳市金版文化发展股份有限公司

出版 甘肃科学技术出版社

社址 兰州市读者大道568号 730030

网址 www.gskejipress.com

电话 0931-8773238 (编辑部) 0931-8773237 (发行部)

京东官方旗舰店 <http://mall.jd.com/index-655807.html>

发行 全国新华书店 印刷 深圳市雅佳图印刷有限公司

开本 720mm×1016mm 1/16 印张 27 字数 526千字

版次 2018年9月第1版 印次 2018年9月第1次印刷

印数 1~6000

书号 ISBN 978-7-5424-2456-3

定价 58.00元

图书若有破损、缺页可随时与承印厂联系: 0755-82443738

本书所有内容经作者同意授权, 并许可使用

未经同意, 不得以任何形式复制转载







今年春节，去了一趟“茶圣故里”（今湖北天门），造访了距老家不过 10 公里的茶经楼。

高中时代在唐代茶圣陆羽的故乡求学，未曾想过此后十余年都跟茶圣陆羽一样，反复在做一件事：喝茶。还有后来的学茶、上茶山、制茶等。

在茶经楼上层层游览茶经，登楼远望，找寻陆羽踪迹。回往喝茶的这十余年，弹指一挥间！

喝茶是专业，不是兴趣

那年在长沙，我还在园艺园林学院茶学系实验室品鉴着各地好茶，心里却嘀咕着写完品鉴报告后，找自习教室去练习更多的高数题。进入大三，想到未来的工作是出入茶园，耕地除草，不停歇地喝茶、卖茶，我就觉得懵，这是工作吗？眼前的毛概邓论、数据结构之类的考研题目，都感觉不是啥难事，想的是计算机和远方。

当时我还作为班上学习委员，伙同班长和生活委员等，一起搬离宿舍，通宵自习，反复做题，备战考研，茶学系就我们班考研风最盛，而且大部分不考本专业。跨专业，跨学校，跨省。

喝茶是兴趣，不是专业

那年在西安，面对着电脑，疏远了茶，开始了“啤酒饮料矿泉水”的小年轻生活，没意识到自己缺点啥。读研期间我还偶尔混迹一些茶网站、茶论坛，还记得在一个叫茶语清心的论坛里，零零碎碎胡诌了一篇茶与水谈恋爱的文言文，后来有个在论坛与我互动的好友说想结识我这类朋友，想给我邮寄一份茶，一起品尝。不知当时是网络防御心理还是我的不好意思，我默不回应，最后也遗憾未能结识这位朋友。后来我在茶友圈一直鼓励茶友之间分享和勇于交流，深受这位素未谋面朋友的影响，有人分享，也有人接受，就挺好。

喝茶是好玩，不是工作

这些年在深圳，于 2012 年年底接触新媒体，从做一个茶道的公众号开始。当时还没有互联网+的概念，纯属无心插柳的好玩心态，却将我学过的两个专业结合了起来。茶道公众号从“乐思乐分享，品茶品人生”的理念出发，只做茶文分享。通过公众号认识了很多爱茶的朋友。我做过很多尝试，包括建立一个茶友圈子：让志同道合的人能汇聚在一起，互通有无。于是一个叫“茗哥”的我就出现了，茗哥在这个圈子里起



李俊杰

一个喝茶的 IT 人。微信公众号“茶道”创始人，自建茶友圈子，人称“茶道茗哥”，致力于做茶、茶人、茶商、茶友等的连接。

一个连接“点”的作用，天南海北的茶友通过茶道文章的传播分享，一部分深度连接的茶友进入了茗哥朋友圈，参与茗哥策划的各种好玩有趣的活动，比如送茶、试茶、茶山行旅游、茶聚会等，“茶油圈”就自然产生了。

茶油圈是一个社群，主要来源于茶道订阅用户。茶油是茶友的代名词，有茶有水有自由的茶友，所谓之“茶油”。其实品茶学术化，茶艺流于形，让太多不懂茶的人望而却步，止于茶文化高大上的门前……戏称茶油，希望大家畅快饮茶，车到山前必有路，喝到饱时能品味……

喝茶是工作，不是好玩

茶油圈从公众号平台走到线下，来自五湖四海的茶友自由“连接”，以茶会友，集中在2014年，茶油圈的小伙伴一起努力完成了很多个“一次”：

一次聚会：组织在长沙、上海、沈阳、深圳等地进行一次茶友聚会。

一次旅行：4月在云南景迈山古茶园旅游。

一个茶饼：4月茶友们参与（采茶、制作等）完成第一块古茶饼的制作。8月茶友们参与黑茶砖制作，并有了自己的纪念千两茶。

一次福利：5月起，茶商纷纷为茶油圈赞助茶产品等福利。

一次设计：茶油圈里的设计师和艺术爱好者10余人参与设计logo，完成茶道logo的设计。

诸如此类，现在已经有多个数不清的“一次”了，有时茶友们会发来合照，缘于这个圈子相识。不仅如此，在这个小圈子里，他们有的找到了自己心仪的茶，有的找到了茶艺方面的工作，有的结识了相见恨晚的朋友，还有的在茶油圈寻到了自己的归宿……

每“一次”都是集体智慧的一次超越，每个参与其中的茶友都是知识和情感的奉献者。

我作为社群的发起人，一边喝茶，一边思考在社群持续做更多好玩有趣的事情。写书，其实也是自建立茶油圈以来的心愿，随着加入茶油圈的人越来越多，成书的愿望越发强烈。

茶友们来自天南海北，从不相识到熟悉，如同一个以前从不喝茶的人到开始喝茶的人，慢慢地，茶走入了生活，并变得不可或缺。

中国茶资源丰富，产品多种多样，从源头种类、种植、加工、工艺、茶艺、市场消费，大部分都还是很成熟的，但是在环节之间的有些连接，比如，一个人从不喝茶到喝茶的过程有个断层，传统观点认为喝茶的人比较讲究圈子，互联网时代依然是这样，跟朋友喝，跟家人喝，跟客户喝；不喝茶的人到喝茶，是0到1的过程，一般他们不会轻易去尝试。我能想到的是，圈子是最适合影响大家来喝茶的，于是我做了大量社群活动来认证，发现茶友们普遍的问题，还是集中在“什么是好茶”“如何买到好茶”“如何识别好茶”“如何品茶”这些最直接的问题，也许在本书中可以找到答案。





Part 1 源远流长：品读茶文化

002 了解中国茶的知识

- 002 “茶”音溯源
- 002 关于“茶”的字形演变
- 003 “茶”的雅号别称
- 004 中国四大茶区
- 006 中国七大茶类

008 细说中国茶的历史

- 008 中国茶的历史背景
- 010 从古至今饮茶方式的演变
- 016 茶文化向国外的传播

20 茶典、茶人与茶事

- 020 中国著名茶典大普及
- 023 茶人与茶事

Part 2 好器好茶：茶器介绍和茶叶选购

030 家庭泡茶的器皿准备

- 030 茶壶
- 030 茶则
- 030 茶匙
- 030 茶海
- 031 茶盘





031 煮水器

031 茶挟

031 汤滤

031 品茗杯

031 茶针

031 水盅

031 茶荷

031 茶漏

031 茶巾

032 茶具常识知多少

032 茶具的起源与发展

034 分区使用茶具

035 茶具必须具备的功能

036 茶具的动态与静态

037 茶具与茶叶的搭配

038 茶具的选配

038 据茶叶品种选配茶具

038 据饮茶场合选配茶具

039 常用茶壶的选购与保养

039 茶壶的一般选购标准

041 茶壶的保养方法

042 中国茶的选购和鉴别

042 如何选购茶叶

043 分辨茶叶质量的好坏

- 044 分辨陈茶与新茶
- 044 识别春茶、夏茶与秋茶
- 045 识别劣变茶
- 045 鉴别高山茶与平地茶

046 茶叶的保存

- 046 茶叶的保存方法
- 048 茶叶保存的禁忌事项

049 中国茶的“色香味”

- 049 所谓“茶色”
- 050 所谓“茶香”
- 051 所谓“茶味”

Part 3 茶艺茶道：泡茶方法和饮茶文化

054 泡茶要素和程序

- 054 泡茶四要素
- 055 一般的泡茶程序

056 家庭泡茶饮茶须知

- 056 一壶茶放多少茶叶
- 056 如何计算浸泡的时间
- 057 用什么温度的水泡茶
- 057 水质直接影响茶汤
- 057 何谓茶汤的适当浓度
- 058 冲泡茶叶的方法与顺序
- 059 家庭饮茶的特点与环境





060 不同方式冲泡中国茶的技巧

- 060 大茶壶泡茶法
- 061 玻璃杯泡茶法
- 062 盖碗泡茶法
- 063 小瓷壶泡茶法

064 家庭冲泡茶叶的技巧

- 064 家庭泡绿茶
- 064 家庭泡红茶
- 065 家庭泡乌龙茶
- 065 家庭泡黑茶
- 066 家庭泡黄茶
- 066 家庭泡白茶
- 067 家庭泡花茶
- 067 家庭泡袋装茶

068 泡茶用水的选择

- 068 古代择水标准
- 068 古人论水
- 069 现代水质标准
- 069 现代硬水、软水之分
- 070 天然水
- 070 自来水
- 071 纯净水
- 071 活性水
- 071 净化水
- 071 矿泉水

Part 4 丰富多样的品茶文化

74 多喝茶，能保健

074 茶叶中的主要营养成分

075 茶叶的保健效果

076 品茶时的几点须知

076 空腹时不宜喝茶

076 过烫的茶不宜喝

076 喝茶不宜过量

077 隔夜茶不能喝

077 新炒的茶不宜喝

077 女性在五个时期喝茶要谨慎

078 品茶环境及娱乐

078 品茶环境

080 茶宴与斗茶

082 多种多样的饮茶文化

082 江南爱清饮，钟意品绿茶

082 成都盛行盖碗茶

083 昆明常饮九道茶

084 湖州爱喝熏豆茶

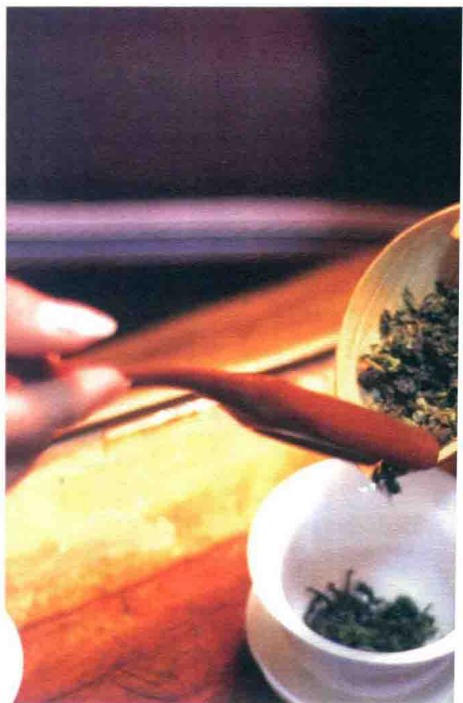
084 藏族钟情酥油茶

085 蒙古族喜饮奶茶

085 维吾尔族独特的香茶

086 傣族的烤茶别具风味

086 侗族油茶好处多





- 087 回族好饮罐罐茶
- 087 傈僳族的雷响茶赫赫有名
- 088 土家族就爱喝擂茶
- 088 布朗族偏爱酸茶
- 088 裕固族有趣的摆头茶
- 089 基诺族由来已久的凉拌茶
- 089 佤族流传已久的苦茶
- 089 彝族赫赫有名的腌茶
- 090 纳西族爱“龙虎斗”
- 090 哈尼族原始的土锅茶
- 091 白族常饮三道茶

Part 5 中国十大名茶品鉴



- 094 西湖龙井
- 100 洞庭碧螺春
- 106 黄山毛峰
- 112 庐山云雾
- 118 六安瓜片
- 124 信阳毛尖
- 130 武夷岩茶
- 136 安溪铁观音
- 142 祁门红茶
- 148 君山银针

Part 6 认识绿茶：清幽雅致

156 认识绿茶

- | | |
|------------|-----------|
| 156 绿茶的分类 | 188 南京雨花茶 |
| 156 绿茶的冲泡 | 191 金坛雀舌 |
| 157 绿茶的贮藏 | 194 金山翠芽 |
| 158 鸠坑毛尖 | 196 太湖翠竹 |
| 160 千岛玉叶 | 198 狗牯脑茶 |
| 162 开化龙顶 | 200 婺源茗眉 |
| 164 安吉白茶 | 203 蒙顶甘露 |
| 167 松阳银猴 | 206 峨眉竹叶青 |
| 170 顾渚紫笋 | 208 南岳云雾茶 |
| 173 天柱剑毫 | 210 紫阳毛尖 |
| 176 休宁松萝 | 213 恩施玉露 |
| 179 太平猴魁 | 216 采花毛尖 |
| 182 顶谷大方 | 218 都匀毛尖 |
| 185 花果山云雾茶 | |

Part 7 认识红茶：华美优雅

222 认识红茶

- | | |
|-----------|----------|
| 222 红茶的分类 | 224 宜兴红茶 |
| 222 红茶的冲泡 | 228 九曲红梅 |
| 223 红茶的贮藏 | 231 坦洋工夫 |





- | | |
|----------|----------|
| 234 正山小种 | 253 祁门工夫 |
| 237 政和工夫 | 256 宁红工夫 |
| 240 金骏眉 | 259 黔红工夫 |
| 242 英德红茶 | 262 遵义红茶 |
| 244 滇红工夫 | 264 信阳红茶 |
| 247 宜红工夫 | 266 川红工夫 |
| 250 湖红工夫 | |

Part 8 认识乌龙茶：色重味香

270 认识乌龙茶

- | | |
|------------|-----------|
| 270 乌龙茶的分类 | 288 白鸡冠 |
| 270 乌龙茶的冲泡 | 290 漳平水仙 |
| 271 乌龙茶的贮藏 | 292 梨山乌龙 |
| 272 武夷大红袍 | 294 木栅铁观音 |
| 275 武夷水仙 | 296 文山包种茶 |
| 278 永春佛手 | 298 冻顶乌龙茶 |
| 281 黄金桂 | 301 岭头单丛 |
| 284 武夷肉桂 | 304 凤凰单丛 |
| 286 铁罗汉 | |

Part 9 认识黑茶：浓郁古香

308 认识黑茶

- | | |
|------------|-------------|
| 308 黑茶的分类 | 330 老班章寨古树茶 |
| 308 黑茶的冲泡 | 332 普洱茶砖 |
| 309 黑茶的贮藏 | 334 宫廷普洱 |
| 310 茯砖茶 | 336 布朗生茶 |
| 314 黑毛茶 | 338 金瓜贡茶 |
| 316 湖南千两茶 | 340 云南七子饼 |
| 319 天尖茶 | 343 六堡散茶 |
| 322 花砖茶 | 346 青砖茶 |
| 325 黑砖茶 | 348 金尖茶 |
| 328 凤凰普洱沱茶 | |

Part 10 认识黄茶：厚重深沉

352 认识黄茶

- | | |
|-----------|----------|
| 352 黄茶的分类 | 356 霍山黄芽 |
| 352 黄茶的冲泡 | 360 沩山毛尖 |
| 353 黄茶的贮藏 | 362 北港毛尖 |
| 354 莫干黄芽 | 365 蒙顶黄芽 |

