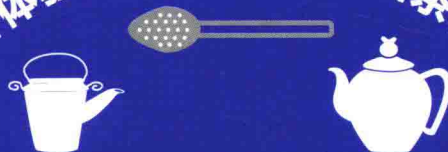




品鉴并体验世界各地的优质名茶和文化



茶叶百科

【加拿大】琳达·盖拉德 (Linda Gaylard) 著
王晋 译

品质 · 冲泡 · 茶道 · 拼配

THE TEA BOOK



“文化生活”
百科丛书



中国工信出版集团



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

752
1295



“文化生活” 百科丛书

茶叶百科

THE
TEA
BOOK

【加拿大】琳达·盖拉德 (Linda Gaylard) 著
王 晋 译

电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京 • BEIJING



Penguin
Random
House

A Dorling Kindersley Book
www.dk.com

Original Title: The Tea Book

Copyright © 2015 Dorling Kindersley Limited, London

A Penguin Random House Company

本书中文简体版专有出版权由 Dorling Kindersley 授予电子工业出版社。未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

版权贸易合同登记号 图字：01-2016-0326

图书在版编目 (CIP) 数据

茶叶百科 / (加) 盖拉德 (Gaylard, L.) 著; 王晋译. —北京: 电子工业出版社, 2016.5

书名原文: The Tea Book

ISBN 978-7-121-28259-1

I. ①茶… II. ①盖… ②王… III. ①茶叶—介绍
IV. ① TS272.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 043998 号

策划编辑: 郭景瑶 (guojingyao@phei.com.cn)

责任编辑: 雷洪勤

印刷: 鸿博昊天科技有限公司

装订: 鸿博昊天科技有限公司

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开本: 850×1168 1/16 印张: 14 字数: 224 千字

版次: 2016 年 5 月第 1 版

印次: 2016 年 5 月第 1 次印刷

定价: 98.00 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zlts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。



目 录

前言	7	草本茶	130
何谓茶?	8	何谓草本茶?	132
今天的爱茶人	10	根	134
饮茶食茶新法	12	皮	136
改变世界的植物	14	花	138
生长与采摘	16	叶	140
自然环境	18	果与籽	142
制茶过程	20	制作草本茶	144
从茶园到茶壶	22	健康草本茶	146
一种植物, 多个品种	24	健康轮	148
抹茶	28	草本茶配方	150
工艺花茶	30	绿茶	152
茶的保健功效	32	冰茶	162
茶之冲泡	34	白茶	164
散装茶还是茶包?	36	乌龙茶	169
如何存放茶叶	38	康普茶	174
像品茶师一样品茗	40	红茶	176
泡出好茶	42	印度拉茶	182
有关味道的科学	48	黄茶	191
品出茶的味道	50	珍珠奶茶	192
水为茶之母	52	热饮	198
好茶配好器	54	冷饮	204
泡茶新法	58	专题	
拼配茶	60	茶的历史	66
世界各地的茶	64	下午茶	72
中国	74	中国茶文化	76
中国功夫茶	78	印度茶文化	90
印度	84	世界各地的茶俗	94
斯里兰卡	92	俄罗斯茶文化	104
日本	96	世界各地的茶杯	108
日本茶道	98	摩洛哥茶文化	126
中国台湾	106	术语表	218
韩国	110	索引	219
韩国茶礼	112	致谢	224
土耳其	118		
越南	120		
尼泊尔	121		
肯尼亚	122		
印度尼西亚	124		
泰国	125		
美国	128		



THE TEA BOOK





752
1295



“文化生活” 百科丛书

茶叶百科

THE
TEA
BOOK

【加拿大】琳达·盖拉德 (Linda Gaylard) 著
王 晋 译

电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京 • BEIJING



Penguin
Random
House

A Dorling Kindersley Book

www.dk.com

Original Title: The Tea Book

Copyright © 2015 Dorling Kindersley Limited, London

A Penguin Random House Company

本书中文简体版专有出版权由 Dorling Kindersley 授予电子工业出版社。未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

版权贸易合同登记号 图字：01-2016-0326

图书在版编目 (CIP) 数据

茶叶百科 / (加) 盖拉德 (Gaylard, L.) 著; 王晋译. —北京: 电子工业出版社, 2016.5

书名原文: The Tea Book

ISBN 978-7-121-28259-1

I. ①茶… II. ①盖… ②王… III. ①茶叶—介绍
IV. ① TS272.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 043998 号

策划编辑: 郭景瑶 (guojingyao@phei.com.cn)

责任编辑: 雷洪勤

印刷: 鸿博昊天科技有限公司

装订: 鸿博昊天科技有限公司

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开本: 850×1168 1/16 印张: 14 字数: 224 千字

版次: 2016 年 5 月第 1 版

印次: 2016 年 5 月第 1 次印刷

定价: 98.00 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zlts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。



目 录

前言	7	草本茶	130
何谓茶?	8	何谓草本茶?	132
今天的爱茶人	10	根	134
饮茶食茶新法	12	皮	136
改变世界的植物	14	花	138
生长与采摘	16	叶	140
自然环境	18	果与籽	142
制茶过程	20	制作草本茶	144
从茶园到茶壶	22	健康草本茶	146
一种植物, 多个品种	24	健康轮	148
抹茶	28	草本茶配方	150
工艺花茶	30	绿茶	152
茶的保健功效	32	冰茶	162
茶之冲泡	34	白茶	164
散装茶还是茶包?	36	乌龙茶	169
如何存放茶叶	38	康普茶	174
像品茶师一样品茗	40	红茶	176
泡出好茶	42	印度拉茶	182
有关味道的科学	48	黄茶	191
品出茶的味道	50	珍珠奶茶	192
水为茶之母	52	热饮	198
好茶配好器	54	冷饮	204
泡茶新法	58	专题	
拼配茶	60	茶的历史	66
世界各地的茶	64	下午茶	72
中国	74	中国茶文化	76
中国功夫茶	78	印度茶文化	90
印度	84	世界各地的茶俗	94
斯里兰卡	92	俄罗斯茶文化	104
日本	96	世界各地的茶杯	108
日本茶道	98	摩洛哥茶文化	126
中国台湾	106	术语表	218
韩国	110	索引	219
韩国茶礼	112	致谢	224
土耳其	118		
越南	120		
尼泊尔	121		
肯尼亚	122		
印度尼西亚	124		
泰国	125		
美国	128		





前言

当别人知道我是名茶艺师时，常常会问我两个问题：第一，什么是茶艺师？第二，我是如何爱上茶的？

我想先回答第二个问题。也许有人会说，我肯定在某一特定时刻放弃了茶包，转而奉行真正的茶道，但事实并非如此。认识茶是一个渐进的过程，随着认识的加深，我对茶的看法也在慢慢改变。通过研究茶，体验茶文化，走访茶的原产地，求教茶道大师，我发现自己已经完全沉浸在茶的世界中。

随着我不断了解不同茶艺的独特风格，以及备茶和奉茶的传统，我一点点参透了不同茶文化的细微差别。虽然今天我们仍会遵行古代流传下来的仪式和传统，但很多现代茶品不断涌现，比如调饮茶、冷泡茶、拿铁茶，这让我们有了更新的体验。我很喜欢创造调制新茶品的方法，有时会将两种或多种茶文化中的做法合二为一。

至于第一个问题，现在还没有确切的答案，我希望在我回答了如何爱上茶之后，可以为解答第一个问题带来一些曙光。茶艺师肩负着一项艰巨任务：让饮茶之人明白茶不是一个杯子和一个茶包的简单相加，茶的背后是一个有待探索的全新世界，其中涉及工艺、历史、旅游、行业、文化和仪式等诸多方面。

我希望《茶叶百科》可以带你进入到这个极具吸引力的广阔世界。不管你是刚刚接触茶，还是已经能分辨出乌龙茶和普洱茶，你都会在这本书中发现有趣的亮点。我希望你也会迷上茶，迷上茶所带来的奇妙之旅。

琳达·盖拉德



何谓茶？

今天的爱茶人

今天,我们可以买到的优质茶叶和泡茶工具比以往任何时候都多,因此爱茶人中间形成了这样一种文化,他们渴望学习有关茶的知识,享受新的品茶体验。

20世纪上半叶,全球各地饮用的都是散装茶。随着人们生活方式的改变,便利的重要性超过了口味和传统,消费者开始青睐使用方便的茶包泡茶。现在,有鉴别能力的饮茶人正重拾对散装茶的喜爱,锻炼自己的品鉴能力,并学习各种有关佳茗的知识。这些茶,他们可以在家中冲泡,也可以在餐馆和咖啡馆品饮。

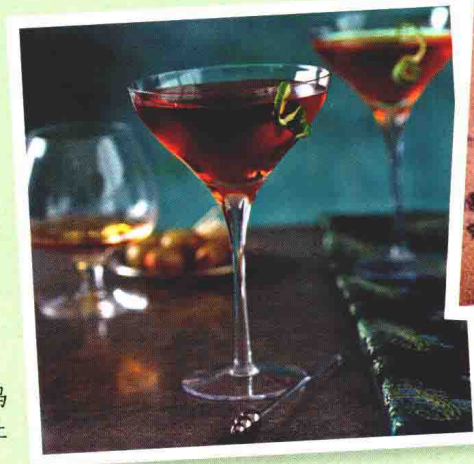
有好奇心的消费者可能想了解世界各地的茶文化,比如古老的茶道,或是上网与种茶人、卖茶人、茶艺师以及写茶的博主交流,分享并积累一切有关茶的信息。

街上访茶

对茶的热爱并非一时的风尚,这一点可以从优质茶叶的品种越来越多、越来越容易买到看出来。走进任何一家超市,你都会发现有各种散装茶以及方便的茶包

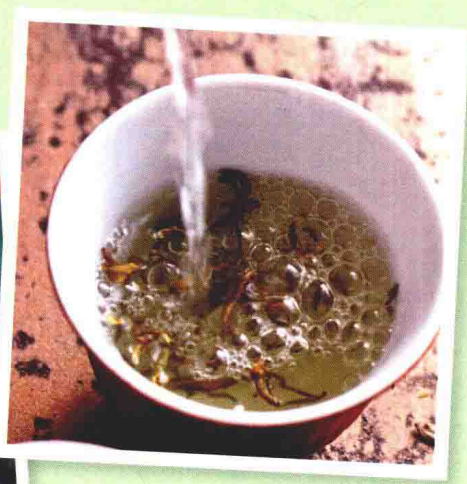
可供选择。茶包的设计十分巧妙,用丝绸包成金字塔的形状,里面放着各种名茶,比如茉莉龙珠、中国绿茶、白毫银针。人们在大街上用不着走多远就可以找到一家茶店,其中藏有来自世界各地的茶叶。咖啡馆最初只供应咖啡和普通红茶,不过现在货架上却辟出了专门的地方放置散装茶以及最新的茶具,还由懂茶的人为客人上茶。餐馆的菜单中出现了茶单,有些茶坊开始供应茶香鸡尾酒和茶食。独特且具有异国风味的茶已进入到我们的日常生活中,从中我们可以看出这股饮茶风潮将继续盛行。

随着近些年与上等茶叶的不断接触,新一代的爱茶人应运而生:他们前往茶叶的原产国,研究饮茶习俗,拜访种茶人,并将罕见的普洱茶和鲜为人知的绿茶带回国,与爱茶的朋友们分享。



茶香鸡尾酒

右图不只是一杯调制的鸡尾酒,杯中的茶叶可以让鸡尾酒具有多重口味。



日本绿茶

日本绿茶,比如上图以甜鲜味著称的煎茶。



冰茶在北美的饮用历史
已长达一个多世纪。

饮茶食茶新法

人类饮茶的历史至少可以追溯到数百年前,但随着现今社会饮茶风尚的再度流行,我们看到茶的世界呈现出一片欣欣向荣的景象。全球各地最好的茶叶、传统以及茶道均已融入我们的日常生活中。

百变抹茶

抹茶在注重健康的饮茶者中十分流行。这种由绿茶碾磨成的粉末含有咖啡碱和抗氧化剂,早晨喝一小杯可以醒脑提神。除此之外,抹茶还可以加到醇厚细滑的拿铁中,或是掺到果汁中,然后放入冰柜冷藏后饮用,抑或添到酥饼或马卡龙等烘焙食品中。

用茶调酒

调酒师已经发现,茶的味道丰富清新,可以作为鸡尾酒的原料,让烈酒带着茶香。很多高级酒吧都开始供应“蒂提尼酒”(Teatinis),即茶香马提尼酒(Martinis),当然在家里调制这种酒也很容易。

拼配茶

正如调酒师尝试在鸡尾酒中加入茶一样,配茶师也开始研发新的拼配茶(见62~63页)。他们从甜品单中寻找灵感,用果汁、巧克力和香料等在茶汤中重现各种口味。

茶的发酵

康普茶由茶叶发酵而成,富含益生菌。各种口味的瓶装康普茶饮品已出现在世界各地的商店中,酒吧也使用康普茶作为鸡尾酒的一种原料。虽然可以买到现成的瓶装康普茶,但在家里尝试制作也别具一番趣味(见174页)。



特色茶的风靡

杯中喝出的健康

茶因为健康功效一直为人们所饮用，但是大量新研究所发现的健康功效远非早期饮茶人所能想象的。头顶健康光环的绿茶深受人们的喜爱，为了满足全球的需求，现在很多之前并不产绿茶的地方都开始种植这种茶叶，比如印度和斯里兰卡。

茶饮料

现成的瓶装茶饮料是很好的购买选择，在很多商店、咖啡店以及街上的售货机都可以买到。原汁原味的茶饮料，或是加入果汁、椰子冻或其他原料的茶饮料，受欢迎的程度可谓今非昔比。

珍珠奶茶

自20世纪80年代台湾出现珍珠奶茶（见192页）后，这种颜色缤纷、美味可口的饮品以不可阻挡之势风靡全球。从加粗的吸管到耐嚼的木薯珍珠，珍珠奶茶可以带给你一番有趣的品尝经历。

冷泡茶

冷泡茶（见58~59页），即以冷水来冲泡茶叶，比开水泡茶的味道更为自然，咖啡碱也更少，所以日渐流行。目前可以买到的冷泡茶器具各种各样。使用简单的冷泡壶和更为精致的茶具，我们可以自制并享用这种颠覆传统的泡茶饮茶过程。

