

茶艺零起点

茶艺师教你 泡好茶

慢生活工坊 编著

盏中茶香绕心弦，一瓯说尽风云闲

茶，是中国五千年文化的沉淀，是手上的一杯诱人香

泡茶，不仅是为了喝茶，也是为了品茶

专业茶艺师教你泡一杯好茶

识别茶，鉴赏茶，然后泡好茶

茶香、茶俗、茶艺，让你一点就通

茶艺零起点

茶艺师教你 泡好茶

慢生活工坊
编著



责任编辑：潘洁清

责任校对：朱晓波

责任印制：朱圣学

装帧设计：慢生活工坊

图书在版编目（C I P）数据

茶艺师教你泡好茶 / 慢生活工坊编著. — 杭州：
浙江摄影出版社，2016.7

（茶艺零起点）

ISBN 978-7-5514-1514-9

I . ①茶… II . ①慢… III . ①茶文化—中国 IV .
① TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 150251 号

茶艺零起点

茶艺师教你泡好茶

慢生活工坊 编著

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

地址：杭州市体育场路 347 号

邮编：310006

网址：www.photo.zjcb.com

制版：浙江新华图文制作有限公司

印刷：浙江海虹彩色印务有限公司

开本：710mm×1000mm 1/16

印张：10

2016 年 7 月第 1 版 2016 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5514-1514-9

定价：39.00 元

目录

Contents

第一章

选择茶叶

选择茶叶的五个必要要素

赏其形	2
闻其香	2
观其色	3
品其味	4
评叶底	4

江南茶区名茶品鉴

西湖龙井	5
黄山毛峰	5
太平猴魁	6
洞庭碧螺春	6
安吉白茶	7
敬亭绿雪	7
南京雨花茶	8
涌溪火青	8
休宁松萝	9
祁门红茶	9
金骏眉	10
正山小种	10
白琳功夫	11
坦洋功夫	11
宜红功夫	12
君山银针	12
霍山黄芽	13
大红袍	13
闽北水仙	14
白鸡冠	14
铁罗汉	15
白毫银针	15
白牡丹	16
茯砖茶	16
千两茶	17
黑砖茶	17

青砖茶	18
金山时雨	18
汀溪兰香	19
三杯香茶	19
恩施玉露	20
武阳春雨	20
羊岩勾青	21
松阳银猴	21
武夷肉桂	22

江北茶区名茶品鉴

信阳毛尖	22
六安瓜片	23
舒城兰花	23
午子仙毫	24
日照绿茶	24
崂山绿茶	25

华南茶区名茶品鉴

安溪铁观音	25
黄金桂	26
凤凰单枞	26
冻顶乌龙	27
永春佛手	27
东方美人	28
六堡茶	28
金萱乌龙	29

西南茶区名茶品鉴

普洱散茶	29
湄潭翠芽	30
滇红功夫	30
都匀毛尖	31
普洱沱茶	31
竹叶青	32

目录

Contents

第二章

泡茶的工具和水

茶具的分类	34
瓷质茶具	34
紫砂茶具	37
金属茶具	42
玻璃茶具	44
其他茶具	46
根据不同的茶叶选择茶具	47
绿茶适合的茶具	47
白茶适合的茶具	47
黄茶适合的茶具	48
青茶适合的茶具	48
红茶适合的茶具	48
黑茶适合的茶具	49
花茶适合的茶具	49
泡茶所需茶具	50
主茶具	50
辅助茶具	51
备水器	52
备茶器	52
泡茶所选之水	53
水对茶的影响	53
古代泡茶所用之水	53
现代泡茶所用之水	56
天下五大名泉	57

第三章

泡茶的准备和礼仪

如何能成功泡出好茶	60
投茶量	60
泡茶水温	60
冲泡时间	60
冲泡次数	61

投茶方法	61
茶叶的取放	61
有意境的环境	62
舒缓的音乐	62
茶具的摆放	63
泡茶的仪态	64
站姿	64
行姿	65
坐姿	65
跪姿	66
蹲姿	67
转身	67
入座	67
泡茶礼仪的正确使用	68
鞠躬礼	68
伸掌礼	69
叩指礼	69
奉茶礼	70
寓意礼	70

第四章

泡茶的手法和方法

茶具的使用技巧	74
茶巾的使用	74
温具的方法	74
持壶的方法	76
持杯的方法	76
辅助茶具的使用	76
注水的方法	78
绿茶的冲泡	79
太平猴魁	79
六安瓜片	80



安吉白茶	82
西湖龙井	84
碧螺春	85
黄山毛峰	87
黄茶的冲泡	89
君山银针	89
霍山黄芽	91
白茶的冲泡	93
白毫银针	93
白牡丹	95
红茶的冲泡	97
正山小种	97
政和功夫	99
祁红	101
滇红	103
金骏眉	106
青茶的冲泡	108
铁观音	108
闽北水仙	111
金萱乌龙	113
大红袍	116
冻顶乌龙	118
凤凰单枞	121
花茶的冲泡	124
珠兰花茶	124
茉莉花茶	125
桂花乌龙	128
黑茶的冲泡	130
米砖茶	130
普洱	132
青砖茶	135
千两茶	138
调饮茶茶艺	140

奶茶	140
柠檬红茶	142

第五章 茶趣茶俗

茶趣	146
茗战	146
龙虎斗	146
茶俗	147
婚礼中的茶礼	147
客来敬茶	148
端午茶	149
以茶代酒	149
酥油茶	150
三道茶	151
打油茶	151
九道茶	152
擂茶	153
烤茶	153
香茶	154
罐罐茶	154
咸奶茶	154

第一章

选择茶叶

学会挑选茶叶的五个要素，再精心选择适合的茶叶，才能泡出好茶。



选择茶叶的五个必需要素

赏其形

赏其形指的是欣赏干茶的外形，其中包括干茶的形状（如条形、扁形、圆珠形等）、干茶的匀净度、干茶的颜色、干茶是否有茶毫、茶毫的多少等。通过欣赏干茶的外形，我们首先能辨认出茶叶的类别，此外还能鉴别出茶叶的优劣。



条形茶



扁形茶



显毫



有毫

知识链接

一般来说，条形茶以条索紧结为优质，条索松散次之；扁形茶则要求形状扁、平、直；圆珠形茶以身骨重实为优质。干茶形状、色泽整齐一致，无碎叶、梗以及其他杂物的为优质。

知识链接

对于一些带有毫的干茶，根据其毫的多少可分为显毫、有毫等。“显毫”指的是干茶白毫突出，而“有毫”只表示存在白毫，数量上不及“显毫”。

闻其香

闻其香指的是欣赏茶叶冲泡后散发的香气，闻香可借助闻香杯进行，也可以直接闻茶汤的香味或闻叶底的余香。

知识链接

茶的香气有很多种，如清香、陈香、花香、熟板栗香、松烟香等。不同的茶叶其香气也各有不同，或高锐持久，或纯正平和。但不宜有青气、焦气、高火、老火等气味。



闻香

观其色

观其色指的是观赏茶汤的色泽。一要辨别茶汤的颜色，是碧绿、杏黄，或是红褐；二是要判断汤色的亮度，是明亮还是暗淡；三还要评定茶汤的清澈程度，是清澈透明还是浑浊有沉淀。



金圈



冷后浑



毫浑

知识链接

闻香的方法有热嗅、冷嗅及温嗅。热嗅即茶叶刚泡好时的香味，冷嗅即茶叶冲泡并冷却后的香味，温嗅介于热嗅和冷嗅之间。

知识链接

一般茶叶第一泡的香味用来鉴别茶叶的香型以及是否存在异味，第二泡的香味用来判断茶香的浓淡和强弱，第三泡的香味则用来评定茶香的持久性。

知识链接

金圈

“金圈”是指茶汤沿杯壁或碗壁形成的金黄光亮的一圈，它是茶叶中茶黄素和茶红素共同作用的结果。

茶汤的颜色可以反映出茶叶的质量，对于红碎茶尤其如此。优质红碎茶茶汤要求红艳明亮，而如果出现“金圈”，则更是一流的红碎茶，其滋味必然浓强鲜爽。

知识链接

冷后浑

“冷后浑”指的是茶汤冷却后出现浅褐色或橙色乳状的浑浊现象，为优质红茶的象征之一。“冷后浑”现象是茶多酚及其氧化产物与咖啡碱共同作用的结果。

知识链接

毫浑

通常我们说茶汤以清澈透明为优质，而浑浊则表示质量不佳，但也有例外的情况。很多名优茶的毫毛极多，冲泡之后，白毫落入茶汤中，使得茶汤看上去略显浑浊，这种“毫浑”并不是由于茶叶品质不好而造成的。

品其味

品其味指的是品饮茶汤的滋味，包括品尝茶汤滋味的浓淡、醇厚、鲜涩、甘甜、鲜爽度、青臭味、刺激性，辨别茶汤中香味有否异味及判断茶叶火候等。



品其味

知识链接

品尝茶汤滋味时，用舌头在口腔内循环打转，边打转边吸气，这样能够使舌部味蕾充分感受，作出综合反应。但茶汤在口中不宜打转过久，以免舌头丧失敏感性。一般第一泡茶汤用来辨别是否有杂异味；第二泡滋味最好，用来辨别鲜爽度、醇厚、韵味、回甘等；第三泡则用来辨别茶叶耐泡性、持久性，以及与第一、第二泡的滋味是否基本一致。

评叶底

叶底是茶叶品评的一种常用术语，也叫茶渣，即指干茶经开水冲泡后所展开的叶片。评叶底时将泡过的茶叶倒入叶底盘或杯盖中，并将叶底拌匀铺开，观察其嫩度、匀度、色泽等。



评叶底

知识链接

评叶底时要注意以下几个方面：
嫩度：即叶底的柔软肥厚程度；
匀度：即观察叶底是否匀整，有无断碎；
色泽：即叶底叶缘、叶脉、叶腹的颜色；
纯度：即叶底中是否混有其他品种或杂物。

江南茶区名茶品鉴

西湖龙井

历史渊源 西湖龙井位列我国十大名茶之一，具有一千两百多年历史，明代列为上品，清顺治时列为贡品。清乾隆帝游览杭州西湖时，盛赞龙井茶，并把狮峰山下胡公庙前的十八棵茶树封为“御茶”。

产地 浙江杭州。

品质特征 西湖龙井的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形嫩叶包芽，扁平挺直，匀齐光滑，色泽翠绿，微带嫩黄光润。
- 2.茶汤汤色清澈明亮，香气清高持久，滋味甘鲜醇厚，有新鲜橄榄的回味。
- 3.叶底嫩匀成朵。

鉴别要点 色绿、香郁、味醇、形美。



优质龙井



茶汤



叶底

黄山毛峰

历史渊源 黄山毛峰是由清光绪年间谢裕泰茶庄所创制的，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，芽尖有锋芒，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 黄山毛峰的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.干茶外形细嫩，芽肥壮、匀齐，有锋毫，形似“雀舌”，色泽嫩绿金黄油润。
- 2.茶汤汤色清澈，杏黄明亮，香气清鲜高长，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。



优质毛峰



茶汤



叶底

太平猴魁

历史渊源 太平猴魁创制于1900年，1955年太平猴魁又被评为全国十大名茶之一。有“猴魁两头尖，不散不翘不卷边”之称，并获得过诸多荣誉。

产地 安徽省黄山市北麓的黄山区新明、龙门、三口一带。

品质特征 太平猴魁的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形平展挺直，叶质肥壮重实，色泽苍绿匀润。
- 2.汤色清绿明净，香气高爽持久，滋味鲜醇回甜。
- 3.叶底芽叶肥壮，均匀成朵，嫩绿明亮。

鉴别要点 单片茶芽、枝、叶相连，茶条肥壮完整。



优质猴魁



茶汤



叶底

洞庭碧螺春

历史渊源 碧螺春是我国十大名茶之一，早在隋唐时期就是茶叶中的名品，距今已有一千多年的历史，相传是清康熙皇帝巡游苏州的时候将其赐名为“碧螺春”。品尝碧螺春，就如同欣赏一位古典江南美女。

产地 江苏省苏州市东山镇与西山镇的太湖洞庭山。

品质特征 洞庭碧螺春的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形条索纤细、匀整，卷曲成螺，白毫特显，色泽银绿光润。
- 2.茶汤汤色嫩绿清澈，香气清香持久，带有花果香，滋味清新回甜。
- 3.叶底幼嫩，均匀明亮。

鉴别要点 形美、色艳、香浓、味醇、外形卷曲紧细。



优质碧螺春



茶汤



叶底

安吉白茶

历史渊源 安吉白茶名为白茶，但属于绿茶。它之所以呈现为白色，是因为它的加工原料采自一种嫩叶全为白色的茶树。安吉白茶树是茶树的变种，极为稀少，所以安吉白茶的产量不多，常常会出现供不应求的情况。

产地 浙江安吉。

品质特征 安吉白茶的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形如风羽，色如翠玉，光亮鲜润。
- 2.汤色嫩绿鲜亮，香气清高馥郁，滋味鲜醇干爽。
- 3.叶底自然张开，叶色白绿。

鉴别要点 色泽浅黄绿，近乎白绿色，冲泡后完整成朵。



优质安吉白茶



茶汤



叶底

敬亭绿雪

历史渊源 敬亭绿雪是宣州所产茶叶中最为著名的一种，其历史悠久，久负盛名。《宣城县志》中曾有过这样的记载：“明、清之间，每年进贡三百斤。”

产地 安徽宣城北敬亭山。

品质特征 敬亭绿雪的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形挺直，形似雀舌，色泽嫩绿，白毫显露。
- 2.汤色清澈明亮，香气鲜浓，嫩香持久，滋味甘醇。
- 3.叶底嫩匀。

鉴别要点 干茶形似雀舌，白毫显露。



优质敬亭绿雪



茶汤



叶底

南京雨花茶

历史渊源 “雨花茶”在我国茶名中实为罕见，但雨花茶的生产历史却十分悠久。南京在唐代就已种茶，陆羽的《茶经》中就有记载。1959年，雨花茶被评选为我国十大名茶之一。

产地 江苏南京。

品质特征 南京雨花茶的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形条索紧直浑圆，呈松针状，锋苗挺秀，色泽翠绿，白毫显露。
- 2.汤色碧绿，清澈明亮，香气清高幽雅，滋味鲜爽。
- 3.叶底细嫩，匀净匀亮。

鉴别要点 外形锋苗挺秀，香气清高幽雅。



优质南京雨花茶



茶汤



叶底

涌溪火青

历史渊源 《宁国府志》记载：“宋时泾县有茶树四百万六千六百八十七株。”而涌溪火青起源于宋代，清咸丰年间达到鼎盛。尼克松访华时，周恩来总理曾将涌溪火青作为礼物赠送给尼克松。

产地 安徽泾县。

品质特征 涌溪火青的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形颗粒状，似绿豆，身骨重实，色泽墨绿光润，多白毫。
- 2.茶汤汤色浅黄透明，香气高纯，滋味醇厚回甜。
- 3.叶底嫩匀，绿带黄明亮。

鉴别要点 干茶颗粒状，身骨重实。



优质涌溪火青



茶汤



叶底

休宁松萝

历史渊源 休宁松萝创于明隆庆年间，据明代冯时可《茶录》记载，松萝茶制法为大方和尚首创。休宁松萝茶中的松萝嫩毫茶曾在2001年中国国际茶博览交易会上获国际名优茶优质奖。

产地 安徽休宁。

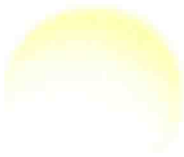
品质特征 休宁松萝的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形条索紧结，卷曲光滑，色泽银绿。
- 2.汤色绿亮，香气高爽持久，滋味浓厚带苦。
- 3.叶底绿亮。

鉴别要点 干茶紧结卷曲，滋味浓厚带苦。



优质休宁松萝



茶汤



叶底

祁门红茶

历史渊源 祁门红茶简称祁红，是红茶中的极品，至今已有一百多年的历史。有“群芳最”和“红茶皇后”的美称。英国女王以及王室成员都十分喜爱这种饮品。

产地 安徽祁门以及周边各县。

品质特征 祁门红茶的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形条索紧细，稍弯曲，有锋苗，色泽乌润，微泛灰光。
- 2.茶汤汤色红亮，香气独特，类似蜜糖或苹果的香气，被誉为“祁门香”，滋味鲜醇带甜。
- 3.叶底红亮。

鉴别要点 香气浓郁高长，有独特的“祁门香”。



优质祁门红茶



茶汤



叶底

金骏眉

历史渊源 金骏眉是武夷山红茶正山小种的一个分支，首创于2005年，是采用创新工艺研发的高端红茶，它的诞生填补了国内市场无高端红茶的空白。

产地 福建武夷山。

品质特征 金骏眉的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形条索紧秀、重实，色泽在金、黄、黑之间。
- 2.汤色金黄清澈，有金圈，香气带花果香和蜜香，滋味鲜活甘爽。
- 3.叶底舒展，呈古铜色。

鉴别要点 干茶紧秀重实，香气带花果香和蜜香。



优质金骏眉



茶汤



叶底

正山小种

历史渊源 正山小种红茶又称拉普山小种红茶，它是世界上最早出现的红茶，首创于18世纪后期。2005年，在正山小种工艺基础上研发出的金骏眉，带动了整个红茶产业的发展。

产地 福建武夷山。

品质特征 正山小种的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形条索粗壮长直，色泽乌黑油润，具有松烟香。
- 2.汤色深金黄，类似糖浆，滋味醇厚，有桂圆汤味。
- 3.叶底光滑，呈古铜色。

鉴别要点 干茶有松烟香，茶汤有桂圆甜香。



优质正山小种



茶汤



叶底

白琳功夫

历史渊源 白琳功夫与福安县“坦洋功夫”、政和县“政和功夫”并称为“闽红三大功夫茶”。清代是白琳功夫的兴盛时期。

产地 福建白琳、湖林一带。

品质特征 白琳功夫的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形条索细长弯曲，白毫多，色泽黄黑。
- 2.茶汤汤色浅而明亮，香气带有甘草香，滋味清鲜稍淡。
- 3.叶底鲜红带黄。

鉴别要点 滋味醇和，耐冲泡。



优质白琳功夫



茶汤



叶底

坦洋功夫

历史渊源 坦洋功夫于1851年试制成功，距今已有一百多年的历史。1915年，坦洋功夫与国酒茅台一起荣获巴拿马万国博览会金奖，其声誉达到了一个新的高峰。

产地 福建坦洋以及周边地区。

品质特征 坦洋功夫的品质可以从以下三个方面体现：

- 1.外形条索紧细，带白毫，色泽乌黑，有光泽。
- 2.茶汤汤色深金黄，香气稍低，滋味清鲜甜和。
- 3.叶底光滑。

鉴别要点 耐泡，浓而不苦。



优质坦洋功夫



茶汤



叶底