

读图时代
品茶馆

中国绿茶

『清汤绿叶 茶中君子』



中国轻工业出版社

中国是茶的故乡。茶，作为世界三大饮料之一，不仅有益于人类健康，更联结着人们物质与精神的需要，是千百年来寻常百姓人家雅俗共赏的生活必需品。中国茶以绿茶最悠久，琳琅满目的名茶也多出自绿茶。绿茶的本味是清，汤清叶绿，香高味爽，片片传情！一杯清茶入口，顿觉心旷神怡，精力倍增。品茗，即品味人生，在品茗的当儿，世俗尘事的万千烦恼也随悠悠茶香而渐渐消散。正可谓茶如人生，人生如茶！

读图时代

www.dutonline.com

总策划：蒋一谈

脚本作者：夏涛

内容总监：茅翊

图片统筹：DuToTime

图片总监：DADA

图片提供：夏涛 DuToTime

图文编辑：美村

整体设计：**南子庄**

印制统筹：画中画

设计监理：阿壮

技术编辑：梓鸣

读图时代
品茶馆

中国绿茶



中国轻工业出版社



本书作者夏涛

中国是茶的发祥地，是世界上最早发现和利用茶的国家。早在西汉时代（公元前200年），茶在宫廷和民间流传并以文字载入史册。魏、晋、南北朝时期，饮茶之风遍于长江以南地区，唐代已在长江以南一带广种茶树。“柴米油盐酱醋茶”成为百姓生活中的七件事，“客来敬茶”、“以茶会友”的风俗，使茶逐渐融合为各阶层人民日常生活中的必需品。茶从发现到成为饮料，是经历了十分漫长的过程，由祭品而菜食，而药用，直至成为饮料。17世纪中国茶叶出口到英国等国家，18世纪中期起，印度等国开始栽植茶树，在五千多年的岁月里，茶从中国传播世界各地。目前世界上有60多个国家和地区种有茶树，饮茶习俗遍布亚、欧、美、非和大洋洲160多个国家。

中国是产茶古国，是产茶大国，也是世界绿茶的主产国。茶园面积占世界第一位，茶叶产量占世界第二位，茶叶内销量也占世界第二位，茶叶出口量占世界第三位。生产的茶叶中，绿茶占70%以上，出口的茶叶中，绿茶约为70%。世界茶叶市场上，绿茶为23%左右，其中70%以上来自中国。

进入20世纪80年代后，随着人民生活水平的提高和市场经济的导向，中国的绿茶、黄茶、黑茶、青（乌龙）茶、白茶、红茶六大茶类的结构比例随之发生了变化。其中绿茶的产量在六大茶类中的比例逐渐上升，从20世纪50年代的50%左右上升到目前的70%以上，而且绿茶中的名优茶产量也从20世纪80年代以来呈上升趋势，并有继续上升的势态。

茶是保健饮料。现代科学研究发现，茶叶中含有多种有益人体

健康的成分，诸如茶多酚、茶氨酸、茶多糖、多种维生素等，具有调节人体生理功能，即“三降”：降血压、降血糖、降血脂；“三抗”：抗衰老、抗辐射、抗癌症；“三增”：增力、增智、增美。茶在世界三大饮料（茶、咖啡、可可）中被公认为是一天然、营养、养生饮料。据报道，在20世纪90年代以前的科研主要是针对绿茶进行的结果，绿茶的保健功效随着大量研究成果已越来越为国内外所接受，从而推动了绿茶的消费量不断上升，亦为绿茶的生产、加工、包装、贮存科学化、标准化、生态化提出了更高的要求，尤其是绿茶中的名优茶。《中国名茶志》（中国农业出版社，2000年）统计，中国现有名优茶共计1017个，80%是绿茶类的，2004年浙江省评出的十大名茶则全部是绿茶，2005年安徽省评出的十大品牌名优茶中有九个是绿茶。随着茶叶深加工的发展，绿茶多元化利用正在形成，茶饮料的开发，单成分的提取，新型茶的研制等拓展了绿茶的用途领域。

由安徽农业大学夏涛教授编著的这本《中国绿茶》，内容包括绿茶溯源、绿茶产销、绿茶品饮与健康、绿茶选购与贮存四个部分。全书资料丰富翔实，阐述深入浅出，做到图文并茂，不仅文字流畅，而且科学性强，科普性与趣味性相结合，具有较好的可读性和较强的实用性。本书的问世，必将有利于倡导茶为国饮，有利于进一步充实爱茶人的物质生活和精神生活，有利于茶产业的发展。

王镇恒于上海寓中

第一章 绿茶溯源 / 7

中国茶叶的分类 / 8

绿茶的起源与发展 / 13

绿茶品类 / 18

名茶史话 / 23

第二章 绿茶产销 / 54

绿茶的产区 / 54

绿茶加工技术 / 60

名茶荟萃 / 66

绿茶销售 / 71

第三章 绿茶的品饮与健康 / 76

绿茶品饮 / 76

绿茶制品 / 102

绿茶与健康 / 106

第四章 绿茶选购与保存 / 128

绿茶选购 / 128

绿茶鉴别 / 132

绿茶贮存 / 137

第一章 绿茶溯源

“茶之为用，发乎神农氏，闻于鲁周公。”中国是茶的发祥地，也是最早利用茶的国家。东汉时期的《神农本草》中记述：“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶（茶）而解之”。自人类发现野生茶树，距今已有五千多年的历史了。茶最初是作为药用，后来发展成为饮料。

绿茶是历史上最早出现的茶类。人类利用茶叶的原始方式最早是从采摘茶鲜叶直接咀嚼，随后发展到生煮羹饮，继而晒干收藏。三国时开始采叶作饼，其后

发明了蒸青制法，这可以视为绿茶加工技术的萌芽。到12世纪发明炒青制法，真正意义上的绿茶

神农





古茶树



古茶树茶果



古茶树茶花

加工技术才趋于成熟，随后经不断革新与完善，绿茶品类越来越丰富。并由此推进，相继发明了黄茶、黑茶、白茶、青茶、红茶等茶类。

中国茶叶的分类

在漫长的茶叶历史发展过程中，历代茶人在茶叶加工方面积累了丰富的经验，制茶工艺技术不断革新，加上我国茶区分布很广，茶树品种繁多，于是便创造了

丰富多彩的茶类。就我国的茶叶种类和品名而言，从古至今已有数千种之多，堪称世界之最。难怪乎连茶叶行家们都常说：“茶叶喝到老，茶名记不了”。

我国茶叶分类至今尚无统一的方法，有以生产季节或产地命名，有以加工方法命名，有以茶叶的色、香、味、形命名，有以茶树品种命名等，这些分类方法都不够完整。比较科学合理的分类应该是依据茶叶加工方法和品质上

的差异来划分。即将中国茶叶分为基本茶类和再加工茶类。基本茶类包括绿茶、红茶、青茶(乌龙茶)、白茶、黄茶、黑茶六大类;再加工茶类包括花茶、紧压茶、萃取茶、果味茶、保健茶等。每一茶类又可以产地、品种、工艺与品质特色等分成若干个花色,每一花色又分若干等级。

绿茶

绿茶属不发酵茶类。以茶树新梢为原料,经高温杀青、揉捻、干燥等典型工艺制成,具有“清汤绿叶,滋味收敛性强”等特点。按其干燥和杀青方法不同,一般分为炒青绿茶、烘青绿茶、晒青绿茶和蒸青绿茶等四类。优质绿茶的干

茶色泽翠绿,冲泡后汤色黄绿清亮,香气多为清香或熟栗香,滋味鲜醇爽口,浓而不涩。

绿茶是生产历史最悠久的茶类,也是我国生产量、消费量和出口量最大的茶类,产区主要分布于浙江、安徽、江西等省。著名的品种有杭州的西湖龙井,安徽的黄山毛峰,太平猴魁和六安瓜片,江苏的洞庭碧螺春,江西的庐山云雾,河南的信阳毛尖等。

红茶

红茶属全发酵茶类。以茶树新鲜芽叶为原料,经萎凋、揉捻(切)、发酵、干燥等典型工艺制成。其汤色以红色为主调,红汤红叶。根据加工工艺的不同,红茶可分为小种红茶、工夫红茶和红碎茶。品质优

六安瓜片(绿茶类)



祁门红茶(红茶类)





铁观音(青茶类)



白毫银针(白茶类)

良的红茶干茶色泽乌黑油润,冲泡后汤色红艳明亮,香气似果香,又似花香,滋味鲜醇回甘。

著名的红茶品种有安徽的祁门红茶、云南的滇红、福建的闽红、江西的宁红等。

青茶(乌龙茶)

青茶亦称乌龙茶,属半发酵茶类,是我国六大茶类中独具特色的茶叶品类。乌龙茶的加工工艺是采摘具有一定成熟度的茶树鲜叶,经晒青萎凋后进行多次摇青,然后高温杀青,揉捻(或包揉)、干燥而成。其工艺综合了绿茶和红茶的制法,因此品质也介于绿茶和红茶之间,既有红茶的甜醇味,又有绿茶的清花香,叶底素有“绿叶红镶边”的美誉。乌龙茶的汤色

金黄,香气馥郁芬芳,花香明显,滋味浓厚爽口。

乌龙茶分为福建(又分为闽南乌龙和闽北乌龙)、广东和台湾三大产区,著名品种有闽南的安溪铁观音、闽北的武夷岩茶、广东的凤凰单丛和台湾的冻顶乌龙、文山包种等。

白茶

白茶是我国茶类中的珍品。因其成品茶多为芽头,满披白毫,如银似雪而得名。白茶的制作工艺只有萎凋和干燥两道工序,其关键在于萎凋。白茶制法的特点是既不破坏酶的活性,又不促进氧化作用,保持毫香,滋味鲜爽。优质的白茶干茶芽叶肥壮,毫色银白,汤色杏黄,香味



君山银针(黄茶类)



普洱散茶(黑茶类)

鲜醇清甜。

白茶主要产区在福建省建阳、福鼎、政和、松溪等县。主要品种有白毫银针、白牡丹等。

黄 茶

黄茶的制作与绿茶有相似之处，不同点是杀青后多了一道闷黄工序，这个闷黄过程正是黄茶制法的主要特点。优质黄茶的干茶金黄显毫，汤色浅黄，香气清新，滋味甜爽。

黄茶按鲜叶的嫩度和芽叶的大小，分为黄芽茶、黄小茶和黄大茶三类。主要名品有湖南的君山银针，四川的蒙顶黄芽等。

黑 茶

黑茶是我国生产历史十分悠久的特有茶类。茶鲜叶杀青

后，经特殊的“渥堆”工序，茶叶由绿变黑，故称黑茶。黑茶既可直接冲泡饮用，也可以压制成紧压茶（如各种砖茶、饼茶等）。黑茶的干茶色泽油黑或褐绿色，汤色橙黄或棕红色，滋味醇和。

主要产于湖南、湖北、四川、云南和广西等省、自治区。因以销往边疆地区为主，故以黑茶制成的紧压茶又称“边销茶”或“边茶”。普洱茶就属于黑茶类。

⑤ 再加工茶类

以绿茶、红茶、乌龙茶、白茶、黄茶、黑茶等基本茶类为原料，经再加工而成的产品称再加工茶。包括花茶、紧压茶、萃取茶、果味茶和药用保健茶等。

中国茶分类简表

基本茶类	绿茶	炒青绿茶	眉茶 珠茶	炒青、特珍、珍眉、凤眉、秀眉 珠茶、雨茶
		烘青绿茶	细嫩绿茶 普通烘青 细嫩烘青	西湖龙井、洞庭碧螺春、涌溪火青等 徽烘青、闽烘青、浙烘青等 黄山毛峰、太平猴魁、六安瓜片等
		蒸青绿茶		煎茶、玉露
		晒青绿茶		滇青、川青、陕青等
	红茶	小种红茶		正山小种、烟小种
		工夫红茶		祁红、滇红、川红、闽红等
		红碎茶		叶茶、碎茶、片茶、末茶
	乌龙茶 (青茶)	闽北乌龙		武夷岩茶、水仙、大红袍、肉桂
		闽南乌龙		铁观音、奇兰、黄金桂
		广东乌龙		凤凰单丛等
	白茶	台湾乌龙		冻顶乌龙、文山包种等
		白芽茶		白毫银针
		白叶茶		白牡丹、贡眉、寿眉
	黄茶	黄芽茶		君山银针、蒙顶黄芽等
		黄小茶		北港毛尖、沩山毛尖、温州黄汤等
		黄大茶		霍山黄大茶、广东大叶青
	黑茶	湖南黑茶		安化黑茶
		湖北老青茶		
		四川边茶		南路边茶、西路边茶
滇桂黑茶			普洱茶、六堡茶等	
花茶			茉莉花茶、玫瑰花茶、珠兰花茶等	
再加工茶类	紧压茶		黑砖、花砖、茯砖、方茶、饼茶等	
	萃取茶		速溶茶、罐装茶水等	
	果味茶		荔枝红茶、柠檬红茶等	
	药用保健茶		减肥茶、人参茶等	
	含茶饮料		茶可乐、茶汽水等	

绿茶的起源与发展

口述历史

茶之为用，最早从咀嚼茶树的鲜叶开始，发展到生煮羹饮。以茶作餐菜，见于《晏子春秋》记载：

“婴相齐景公时，食脱粟之饭，炙三戈五卵，茗菜而已”。茶作羹饮，晋代有《尔雅》记：“树小如梔子，冬生叶，可煮羹饮”；《晋书》记：“吴人采茶煮之，曰茗粥”。时至今



拉祜族烤茶



藏族酥油茶



临沧佤族烤茶



壮族打油茶



傣族火釜茶



傣族竹筒茶

日，世居云南西双版纳基诺山的基诺族仍保留一种传自古代的吃茶法——“凉拌茶”，即将新鲜茶叶揉碎放碗中，加入少许黄果叶、大蒜、辣椒和盐等作配料，再加入泉水拌匀，就做成美味可口的“凉拌茶”了。实际上，由于滇西相对封闭的社会环境和各少数民族对传统习俗的尊重，在云南西部许多少数民族仍保留着吃茶习俗。

陆羽



生活在大巴山、武陵山、大娄山等巴山峡川地区的土家族、苗族、仡佬族、侗族流行的打油茶、盐茶汤、姜茶汤、擂茶等均为宴饮吃茶风俗的遗存。

蒸青饼茶

三国魏朝，出现了茶叶的简单加工，即将采来的叶子先做成饼，再晒干或烘干。因茶饼具有浓烈的青草味，后经反复实践，便发明了蒸青制茶法，即将茶的鲜叶蒸后碎制，饼茶穿孔，贯串烘干。制造饼茶的过程，虽除去了青气，但仍有苦涩味。于是又通过洗涤鲜叶，蒸青压榨，去汁制饼，使茶叶苦涩味大大降低。到了唐代，蒸青作饼茶的制法已逐渐完善。世界上第一部茶学专著《茶经》的作者——后被古今中外称为“茶仙、茶圣、茶神”的陆羽，在他的著作中记述：“晴，采之。蒸之，捣之，拍之，焙之，穿之，封之，茶之干矣。”此乃绿茶加工技术的萌芽。

从两晋、南北朝开始，饮茶相