

魏 琴 编著

休 闲 丛 书

品茶与保健

品

茶

与保健



上海科学技术出版社

休闲丛书

品茶与保健

魏 琴 编著

上海科学技术出版社

内 容 提 要

中国是茶叶的故乡。茶文化在我国已有数千年的历史。本书作者出身茶业世家,本人持有中华人民共和国国家认可的茶艺师资格证书,对茶道、茶艺、茶肴及茶的保健功效颇有研究。书中介绍了我国品茶史的起源和发展,茶叶的种类与保健作用,茶肴的制作、茶道艺术、冲泡技巧以及茶叶的选购与保藏,于中并穿插了一些趣闻轶事和传说典故,读来使人既受裨益,又感情趣。

图书在版编目(CIP)数据

品茶与保健/魏琴编著. —上海:上海科学技术出版社,2001.10

(休闲丛书)

ISBN 7-5323-6135-7

I. 品... II. 魏... III. 茶—文化—中国
IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 068622 号

责任编辑 姚伟民

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路 450 号 邮政编码 200020)

新华书店上海发行所经销 常熟市第六印刷厂印刷

2001 年 10 月第 1 版 2001 年 10 月第 1 次印刷

开本 787×1092 1/32 印张 5.75 插页 12 字数 114 000

印数 1—5 200 定价: 16.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,

请向本社出版科联系调换

茶

具



茶具与茶罐



茶具：盖杯三件套茶具（盖杯、碗杯、杯托）（左）
宜兴紫砂茶具（茶盘、茶壶、闻香杯、品茶小杯）（中）
茶海、湿漏勺（右前）
宜兴紫砂壶（右后）



配茶工作台



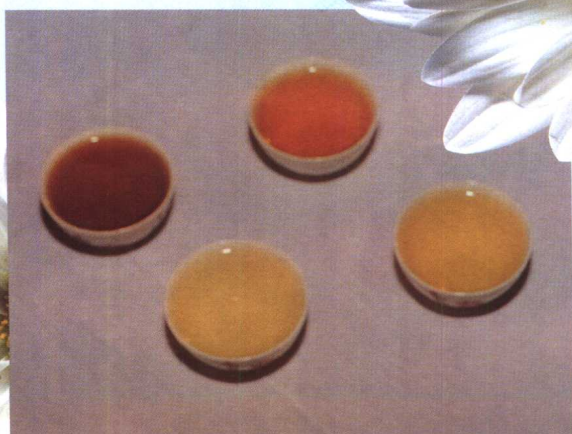
潮汕工夫茶具（左）：茶盘，茶杯（盖杯三件套），
茶海，湿漏勺，小瓷杯（8只），烟缸



工夫茶具：紫砂壶（左前），紫砂茶盘、小瓷杯、湿漏勺
（左后），茶夹、茶针、茶匙（中前），茶筒（中后），干漏勺
（右前），茶海（右后）



配茶干花



四种茶汤的颜色：红茶（左后），绿茶（左前），
花茶（右前），乌龙茶（右后）

冲

泡

法



西湖龙井茶的冲泡法:

1. 用下投法置茶
2. 悬壶高冲至7分满杯



黄山毛峰茶的冲泡法:

1. 用中投法冲 1/3 杯开水，浸润 1 分钟



2. 举杯闻香



3. 赏茶



4. 悬壶高冲至 7 分满杯

茶

肴



龙井凤爪



茶菜全席



龙井盐水肉



保健干花原料

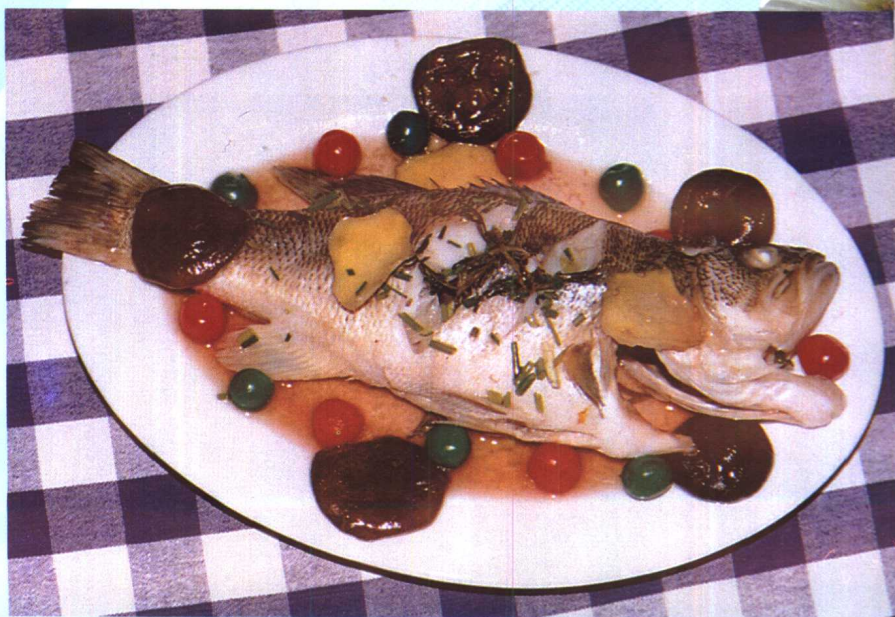




红茶盐水虾



清蒸龙井鲈鱼



乌龙蛤蜊汤



龙井虾仁



茶香肚片





茶香四季豆



龙井四宝素





绿茶盐焗鸡丝



茶末香炸牛蛙



茶香松仁豆



绿茶土豆饼