

图
说
正
解

—王迎新/编

云南普洱茶

选一饼香正味酳的好茶 清心鉴茶

藏茶能升值吗 普洱茶绝妙的十大功效

普洱茶茶具的选择与冲泡



云南出版集团公司
云南科技出版社

图
说
正
解

王迎新 / 编

云南普洱茶



云南出版集团公司
云南科技出版社
· 昆明 ·



图书在版编目(CIP)数据

图说正解云南普洱茶/王迎新编.——昆明:云南科技出版社,2006.9

ISBN 7-5416-2420-9

I.图… II.王… III.茶-简介-云南省-图解
IV.TS272.5-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 109224 号

图说正解云南普洱茶

TUSHUO ZHENGJIE YUNNAN PUERCHA

云南出版集团公司 出版发行
云南科技出版社

(昆明市环城西路 609 号云南新闻出版大楼) 邮政编码:650034

云南福保东陆印刷股份有限公司印装 全国新华书店经销

开本:889mm×1194mm 1/24

印张:1.5 字数:10 千字

2006 年 10 月第 1 版 2006 年 10 月第 1 次印刷

印数:1~10 000

定价:10.00 元

目 录

壹 什么是普洱茶

- 一、正解普洱茶 /1
- 二、文献里的普洱茶 /2
- 三、云南大叶种茶 VS 普洱茶 /3
- 四、普洱茶的生普与熟普 /4
- 五、马帮走天下 /5

贰 普洱茶的产地

- 一、云南是世界茶树起源中心 /6
- 二、滇中四面尽茶山 /7
- 三、普洱地 普洱源 /8
- 四、陆羽《茶经》中为何没有云南茶区 /8
- 五、两广、四川、湖南、贵州及东南亚等国的普洱茶 /9
- 六、《红楼梦》中的“女儿茶” /9

叁 普洱茶的种类

- 一、饼、砖、沱、散 /10
- 二、古树茶、野生茶、台地茶 /10

肆 选一饼香正味醇的好茶

清心鉴茶篇——熟茶 /12

赏茶篇 /14

清心鉴茶篇——生茶 /15

赏茶篇 /16



目录

伍 普洱茶的选购与收藏

- 一、普洱茶的收藏误区 /17
- 二、什么是干仓、湿仓 /18
- 三、如何分辨干仓与湿仓普洱茶 /18
- 四、普洱茶的酸味和水味 /19
- 五、普洱茶是不是年代越久越好 /19
- 六、家庭如何储存普洱茶 /19
- 七、茶之十德 /20

陆 养生普洱

- 一、绝妙的保健功效 /21
- 二、时尚瘦身之选 /21
- 三、养生小单方 /21
- 四、普洱茶膏 /22
- 五、饮茶三忌 /22
- 六、古代茶饮养生趣闻：乾隆饮茶 /22

柒 藏茶能升值吗

- 一、普洱茶的增值 /23
- 二、经营普洱茶风险小 /24

捌 普洱茶的冲泡

紫砂壶冲泡法——瑞草堂沉香九式 /25

盖碗冲泡法——瑞草堂凝香九式 /26

- 一、醒茶 /27
- 二、普洱茶的留根闷泡 /27
- 三、壶里“茶山”能留否 /27
- 四、一壶不事二茶 /28
- 五、盖碗的妙用 /28
- 六、冲泡普洱茶时茶壶口的白沫是什么 /28
- 昆明九道茶 /29
- 七、古人择水妙语 /30
- 八、泡茶先知水 /30





壹

什么是普洱茶



一 正解普洱茶

云南省地方标准

『1993年普洱茶云南省地方标准』是这样定义的：普洱茶是以云南省一定区域内的云南大叶种晒青毛茶为原料，经过后发醇加工成的散茶和紧压茶。其外形色泽褐红；内质汤色红浓明亮，香气独特陈香，滋味醇厚回甘，叶底褐红。

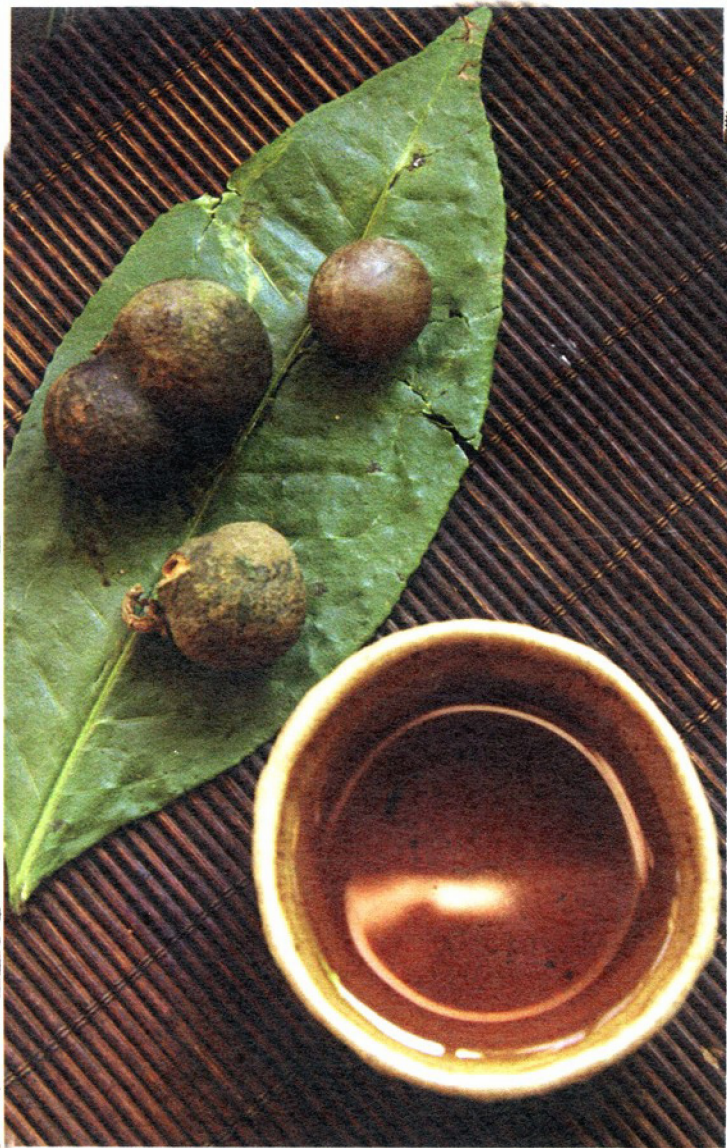


二 文献里的普洱茶

『茶出银生界诸山，散收无采造法。蒙舍蛮以椒姜桂和烹而饮之。』《蛮书》唐·樊绰

『普洱茶出云南普洱府』《本草纲目拾遗》明·李时珍『土庶所用，皆普茶也』。《滇略》明·谢肇淛

『普茶名重天下，出普洱所属六茶山，一曰攸乐，二曰革登，三曰倚邦，四曰莽枝，五曰蛮砖，六曰慢撒，周八百里，入山作茶者数十万人。』《滇海虞衡志》清·檀萃





三 云南大叶种茶 VS 普洱茶

云南这一方充满灵性的土地,哺育了无数神奇而美妙的植物。生长在高海拔无污染高原上的云南大叶种茶所内含的茶多酚、儿茶素、咖啡碱、茶氨酸和水浸出物含量都高于一般中小叶种茶树。

作为制作普洱茶的最好原料,云南大叶种茶因拥有天赋的优秀内质而具有了强劲的排他性。普洱茶在后发酵的过程中,在酶促作用以及微生物和水的湿热作用下,茶叶内含物发生了一系列的氧化、聚合、分解、降解和缩合反应,茶多酚、儿茶素、游离氨基酸等都大量减少。而茶叶中内含基质茶多酚、氨基酸等重要化合物含量越高,越有利于优质普洱茶的独特风味的形成。这也是中小叶种茶所不具备的条件。更为神奇的是,云南大叶种茶一旦离开了云南的土地,引种到其他地区,内含成分也就相应地减少了。所以说,是云南大叶种茶成就了普洱茶的独特与传奇,并使它拥有了笑傲江湖的排他性。





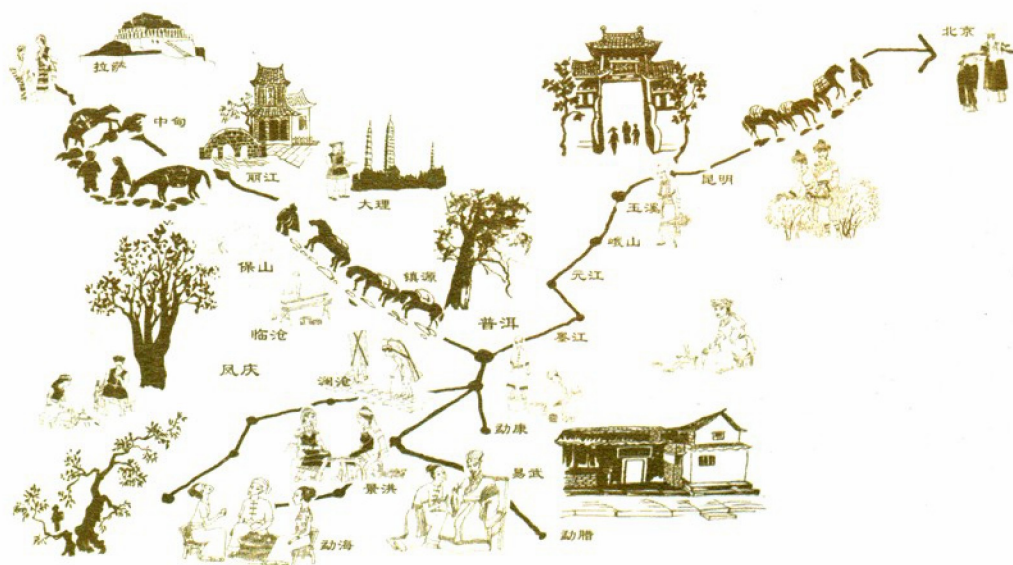
④ 普洱茶的生普与熟普

生普 采用云南大叶种茶晒青毛茶压制而成的紧、饼、方、砖茶称为生普。在储存过程中自然陈化。

熟普 采用云南大叶种茶晒青毛茶，经长期自然发酵或人工科学陈化发酵而成。



水浸出物	40.99%	茶多酚	17.31%	儿茶素	5.7%
粗纤维	15.15%	咖啡碱	2.89%	每克茶含氨基酸	2.02 毫克
茶黄素	0.22%	茶红素	0.39%	茶褐素	9.11%



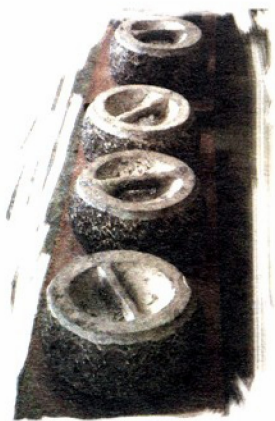


五 马帮走天下

明清时期,以普洱、思茅为中心,向东、西、南、北辐射出了5条茶马大道,这就是著名的茶马古道。古道上往来不绝的马帮把普洱茶驮运往内地、西藏和东南亚各国。

山间铃响马帮来,白莽莽的雪山,浓荫蔽日的原始森林,悬崖边陡峭的绝壁,一条弯弯曲曲的小路,青石板上深深浅浅的马蹄印,赶马人嘹亮的歌声。

采自各大茶山的鲜嫩的茶叶在茶农手中,晒青、揉制、蒸压成一饼饼一沱沱,再用山中的笋叶和竹笋包装后,随着马帮走向很远很远的地方。马背上那一驮驮茶,在颠簸的山路上渐渐沉睡过去,又在细雨中醒来。遥远的路途,阳光风雪雨露,催化着茶的成熟。一匹马,一驮茶,一条路,成就了今日今时的盖中传奇。





贰 普洱茶的产地



一 云南是世界茶树起源中心

云南的古地理、古气候具有适合生物生存和繁衍的条件。茶树的近缘植物是论证茶树原产地的重要依据。云南属亚热带气候类型,水热资源丰富,在常绿阔叶林作用下,发育形成的被子植物的茶科植物系统发育的优良条件,所以云南茶树的近缘植物特别多,素有云南山茶甲天下之美誉。据植物分类学,茶科植物共 23 属 380 多种,分布在我国的就有 260 多种,绝大部分又分布在云南。云南茶树近缘之多,可称世界之冠,这充分证明云南是茶树起源中心。

《云南省茶叶进出口公司志》

1980 年三四月间, 湖南茶叶研究所研究员刘宝祥等同志在云南勐海大黑山、南糯山、金平老林等地进行了考察研究,发现云南大部分地区受到第

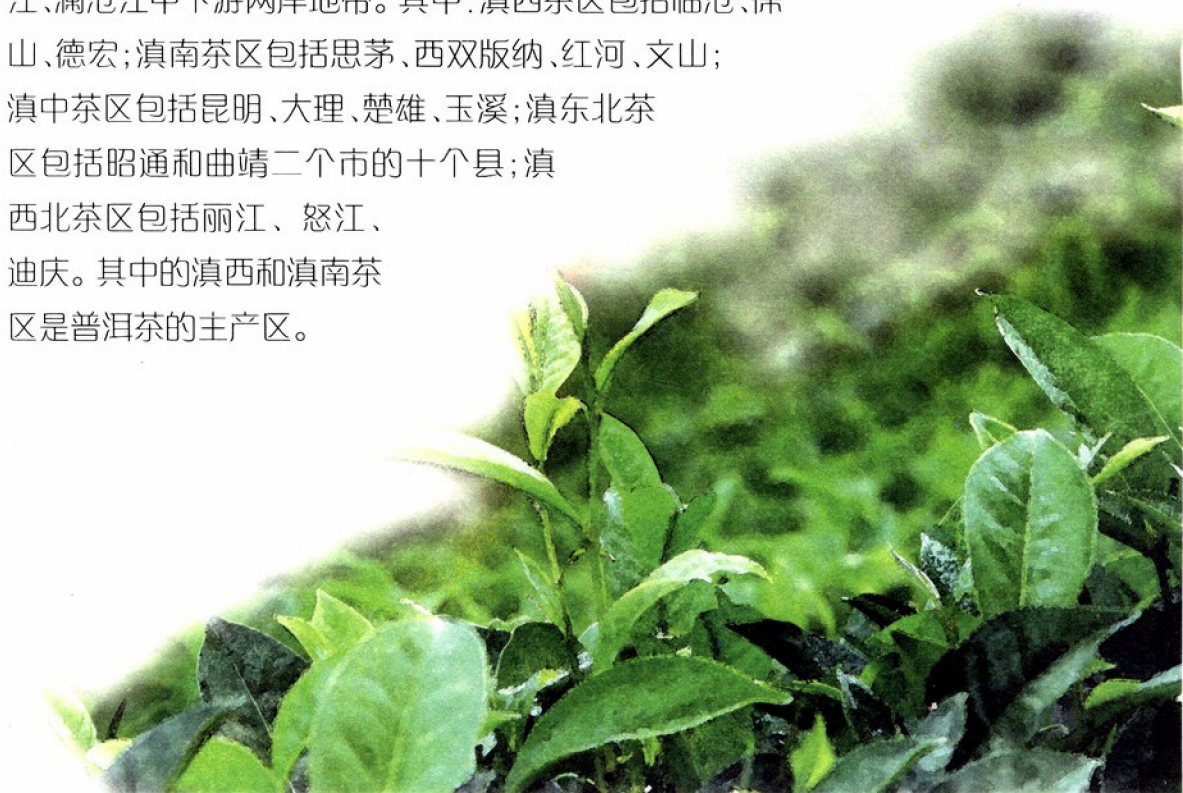


四纪冰期的袭击很轻,因而有许多第三纪植物,如市莲、鹅掌楸等,在其他地区早已绝迹,而在这一地区的原始森林中仍然耸立挺秀,茶树亦以其雄伟的树姿,生长于第二层的群落中。刘宝祥研究员等人经对云南古茶树采样生化测定,云南大叶种古茶树具有古老茶树的生物化学特征。科学家们根据以上考察论证,茶树起源于云南已是不争的事实。

《茶经述评》吴觉农 1987 年

二 滇中四面尽茶山

云南共分为五个茶区,主要分布在北纬 25 度以南哀牢山以西的怒江、澜沧江中下游两岸地带。其中:滇西茶区包括临沧、保山、德宏;滇南茶区包括思茅、西双版纳、红河、文山;滇中茶区包括昆明、大理、楚雄、玉溪;滇东北茶区包括昭通和曲靖二个市的十个县;滇西北茶区包括丽江、怒江、迪庆。其中的滇西和滇南茶区是普洱茶的主产区。





③ 普洱地 普洱源

普洱，唐代属银生府，清雍正七年（1729年）设置普洱府，辖思茅厅、六大茶山、橄榄坝、及江内、六版纳，并对江外车里定慰司实行羁縻管理。1951年更名为普洱县，隶属思茅地区。作为当年普洱茶的集散地，来自各茶区的晒青毛茶，有的经挑拣后内销，有的蒸压成饼茶，销往藏区或东南亚。普洱茶因地得名，普洱因茶而名扬四方。

④ 陆羽《茶经》中为何没有云南茶区

云南作为世界最古老的茶区，有着悠久的种茶制茶和饮茶的历史，云南少数民族亦是茶文化的始祖。而在《茶经》中陆羽记录了43个产茶州郡，却未见提及云南茶区。全书仅在“七、之事”中，“南中茶子”、“生益州山陵道旁”两则稍微涉及云南，这到底是陆羽的疏忽还是其他的什么原因呢？



推究历史我们发现,《茶经》成书于公元 758 年前后,而在安史之乱前一年,即 754 年,南诏已立国。对于陆羽来说,当时的云南已不在大唐版图之内。由此看来,《茶经》中没有写云南茶区,不是云南没有茶区,也不是陆羽笔下的疏漏,而是当时的时势限定所致。

⑤ 两广、四川、湖南、贵州及东南亚等国的普洱茶

20 世纪 70 年代开始,广西、广东开始用当地大叶种茶或与云南的普洱毛茶拼配生产普洱茶。20 世纪 80 年代以来,四川、湖南、贵州等地也开始用中小叶种茶生产普洱茶。越南、泰国、印度尼西亚、老挝等国也生产边境普洱。不同产地普洱茶由于所用原料、加工方法的不同,品质风格有很大差异。

广西的普洱茶,不同于云南普洱,外形色泽黑褐,条索紧细,级别分明,滋味浓醇,汤色红褐欠亮。广东茶外形粗壮,滋味相对较厚。而四川、湖南、贵州的由中小叶种茶制成,外形条形较细,滋味平淡,陈香不足。

⑥ 《红楼梦》中的“女儿茶”

《红楼梦》第六十三回《寿怡红群芳开夜宴》中,有描写喝普洱茶女儿茶助消化的片段。贾宝玉生日之夜很晚未睡,荣国府女管家林之孝家的来怡红院查夜,宝玉说:“今日吃了面,怕停食,所以多玩一回。”林之孝家的向袭人等笑说:“该焖些普洱茶喝。”袭人、晴雯二人忙说:“焖了一茶缸女儿茶,已经喝过两碗了……”。这女儿茶便是普洱茶。





叁 普洱茶的种类

一 饼、砖、沱、散

普洱饼茶 又称“七子饼”，七饼为一提，以竹笋壳做外包装。每饼净重为 357 克。

普洱砖茶 外形压制成型，每块净重 250 克，四块一提，又称“四喜茶”。

普洱沱茶 外形为碗臼型，中心凹进，生熟都能压制。以下关茶厂所产的最为出名。

普洱班禅沱 外形如心脏型的紧压茶，有柄。每沱净重 250 克。

普洱散茶 晒青毛茶、或发酵后未压制的熟茶。

二 古树茶、野生茶、台地茶

乔木古树茶 百年乔木栽培型古茶树，水浸出物、茶多酚含量高，茶气足、味厚回甘好。生长在不同地方的古树茶品质和风格各有千秋。

野生茶 未经过人工驯化与选择自然生长的野茶树。有的野生型茶树茶性刺激或有微毒，不能饮用。





台地茶 是指采制于中华人民共和国成立后发展建立的密植条栽茶园，是现在大多数茶产品所用的原料。经茶叶科研部门的多年研究，培育出了很多茶树优良品种。如云抗10号、云抗14号、长叶白毫、香归银毫等。一些茶园正积极转换建设成为“有机茶园”和“无公害茶园”。





肆 选一饼香正味醇的好茶

清心鉴茶篇——熟茶

释放久聚的色与香……
 的旧梦中一点点苏醒伸展，在水中
 下来看弯曲沉睡的茶叶如何在数载
 来，未语先喧，但这只是个序曲。接
 陈香暗自从棉纸的毛孔间散出
 是件赏心悦目的事。

把玩一饼上好的普洱熟茶无疑



一 赏形

一款好茶那色泽褐红、条索肥嫩、紧结、油亮的外形无吝是妙手巧制的用心之作。而茶饼表面无光泽，或者呈灰白色或混夹有杂物是为品质或制作工艺有欠缺。



二 鉴色

俗话说，观音观香，普洱赏色。

陈期长的普洱熟茶，因后发酵时间长，茶褐素转化的关系，汤色会变得越来越红，呈现出宛如葡萄酒般的美丽色泽。如果茶汤泛青、泛黄属于陈期不足；茶汤呈褐黑色、浑浊不清、有悬浮物的那则是变质的普洱茶。

